

19.05.2026 - 10:00 Uhr

## 20 Jahre BMI-Monitoring: Übergewicht bei Kindern rückläufig – soziale Unterschiede bleiben



**Bern, 19. Mai 2026.** Seit 20 Jahren analysiert Gesundheitsförderung Schweiz gemeinsam mit den schulärztlichen Diensten der Städte Bern und Zürich und des Kantons Basel-Stadt Daten zum Körpergewicht von Volksschüler\*innen auf verschiedenen Schulstufen. Die Jubiläumsausgabe des BMI-Monitorings zeigt: Der Anteil übergewichtiger und adipöser Schüler\*innen ist seit 2005 von rund 20 Prozent auf aktuell 15,5 Prozent gesunken – der tiefste Wert seit Beginn der Erhebungen. Dennoch bleibt Übergewicht ein relevantes Thema: Jede\*r sechste Schüler\*in ist betroffen.

### Rückgang über 20 Jahre

Als das BMI-Monitoring im Schuljahr 2005/06 startete, war die Ausgangslage von deutlicher Besorgnis geprägt. International sprach die WHO bereits 1997 von einer «Epidemie der Adipositas». Basel-Stadt berichtete beispielsweise über eine Verdoppelung des Anteils der übergewichtigen Kinder und Jugendlichen zwischen den späten 1970er und den frühen 2000er Jahren. Gleichzeitig fehlten ausserhalb einzelner Städte systematisch erhobene Daten zu Kindern und Jugendlichen.

Vor diesem Hintergrund lancierte Gesundheitsförderung Schweiz gemeinsam mit den schulärztlichen Diensten der Städte Bern und Zürich und des Kantons Basel-Stadt und dem Forschungsunternehmen Lamprecht und Stamm Sozialforschung und Beratung AG eine erste Analyse der schulärztlichen Gewichtsdaten. Was 2005/06 als «Pilotstudie» begann, entwickelte sich zu einem jährlichen Monitoring, um die Entwicklung der Gewichtsdaten zu beobachten. Heute ist das BMI-Monitoring die längste und kontinuierlichste Datensammlung zu Übergewicht und Adipositas bei Kindern und Jugendlichen in der Schweiz. Damals waren rund 20 Prozent der untersuchten Kinder und Jugendlichen übergewichtig oder adipös. 20 Jahre später liegt dieser Anteil bei 15,5 Prozent – dem tiefsten Wert seit Projektbeginn.

### Soziale Herkunft als entscheidender Faktor

Die Analysen zeigen über die Jahre ein konsistentes Bild: Die Geschlechterunterschiede sind gering, und Kinder und Jugendliche aus «privilegierten» Quartieren sind seltener von Übergewicht betroffen als solche aus anderen Quartieren. Unterschiede nach Staatsangehörigkeit haben sich im Zeitverlauf verringert.

Anders verhält es sich bei der sozialen Herkunft: Kinder von Eltern ohne nachobligatorische Schulbildung sind deutlich häufiger von Übergewicht oder Adipositas betroffen als Kinder von Eltern mit einem höheren Bildungsabschluss. Die soziale Herkunft erweist sich damit als besonders wichtiger Risikofaktor für Übergewicht und Adipositas.

### **Prävention wirkt – Handlungsbedarf bleibt**

Die positive Entwicklung der letzten Jahre lässt sich nicht auf einen einzelnen Faktor zurückführen. Veränderungen in der sozialen Zusammensetzung der Bevölkerung haben ebenso dazu beigetragen wie gesellschaftliche Entwicklungen im Ernährungs- und Bewegungsverhalten. Auch Massnahmen der Prävention und Gesundheitsförderung – etwa Initiativen für eine ausgewogene Verpflegung im Setting Schule oder verbesserte Sportangebote auf kommunaler Ebene – dürften Wirkung gezeigt haben.

„Die Zahlen sind ermutigend. Sie zeigen, dass langfristige Gesundheitsförderung Wirkung entfaltet“, so Thomas Mattig, Direktor von Gesundheitsförderung Schweiz. „Gleichzeitig machen sie deutlich, dass Veränderungen Zeit brauchen und nicht von heute auf morgen erreicht werden können. Umso wichtiger ist es, Gesundheitsförderung und Prävention langfristig und konsequent umzusetzen.“

20 Jahre nach Start des BMI-Monitorings zeigt sich damit ein differenziertes Bild: Der Höhepunkt der «Epidemie der Adipositas» scheint bei Kindern und Jugendlichen überwunden. Dennoch bleibt Handlungsbedarf. Jede\*r sechste Schüler\*in ist weiterhin von Übergewicht betroffen, jede\*r Fünfundzwanzigste von Adipositas. Ohne eine kontinuierliche Gesundheitsförderung besteht zudem das Risiko, dass erzielte Fortschritte nicht gesichert werden können. Massnahmen für ein gesundes Körpergewicht müssen deshalb weitergeführt und bedarfsgerecht verstärkt werden.

### **Weitere Informationen**

Für weitere Auskünfte oder Fragen steht Ihnen die Medienstelle von Gesundheitsförderung Schweiz ([medien@gesundheitsfoerderung.ch](mailto:medien@gesundheitsfoerderung.ch)) gerne zur Verfügung.

Weitere Hintergründe, Zahlen und Einordnungen finden Sie auch im [Mediendossier zum BMI-Monitoring](#).

### **Gesundheitsförderung Schweiz**

Wankdorfallee 5, CH-3014 Bern

Tel. +41 31 350 04 04

[www.gesundheitsfoerderung.ch](http://www.gesundheitsfoerderung.ch)

### **Medieninhalte**



Diese Meldung kann unter <https://www.presseportal.ch/de/pm/100001194/100940114> abgerufen werden.