



# breaking the silence

Gemeinsam für eine gesündere Schweiz.

## Medienmitteilung

### Adipositas und Gewichtsstigma in der Schweiz: Eine unterschätzte Herausforderung mit weitreichenden Folgen

ZÜRICH, 25. Februar 2026 – Eine repräsentative Schweizer Umfrage von [YouGov](#), durchgeführt im Rahmen der Partnerschaft von [iM puls](#) und [Novo Nordisk](#), zeigt, dass Adipositas in der Schweiz weit verbreitet, aber stark unterschätzt ist. Die Ergebnisse machen deutlich, wie wenig Bewusstsein für die Krankheit besteht und zeigen die Auswirkungen der Stigmatisierung – sowohl für Betroffene als auch die Gesellschaft.

#### Auf einen Blick

- **Adipositas oft unterschätzt - viele kennen die BMI-Grenze nicht:** 43% der Menschen in der Schweiz leben mit Übergewicht oder Adipositas (Obsan 2022), doch das Bewusstsein für Adipositas als chronische Erkrankung ist gering.
- **Erhebliche gesundheitliche Folgen:** 60% der Menschen, die mit Adipositas leben, berichten von mindestens einer chronischen Erkrankung, darunter Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Diabetes und psychische Belastungen wie Angst und Depressionen.
- **Gewichtsstigma ist weit verbreitet:** 76% der Befragten berichten über gewichtsbezogene Diskriminierung, die sich negativ auf Selbstvertrauen, Gesundheit und die Bereitschaft, Hilfe zu suchen, auswirkt.
- **Handlungsbedarf für eine integrativere Gesellschaft:** Die Ergebnisse unterstreichen die Notwendigkeit, Stigmatisierung abzubauen, Informationen zu verbreiten und Unterstützungssysteme zu schaffen.

#### Adipositas in der Schweiz: Missverstanden und übersehen

Neue Erkenntnisse aus der YouGov-Adipositas-Studie 2025 zeigen: Obwohl rund die Hälfte der Befragten (51%) angibt, den mit «Adipositas» assoziierten BMI zu kennen, schätzt etwa die Hälfte dieser Gruppe die Schwelle falsch ein. Das weist auf Wissenslücken hin, die dazu führen können, dass gesundheitliche Risiken nicht ausreichend ernst genommen werden. Zugleich zeigt die Studie: Adipo-

sitas ist in der Bevölkerung verbreitet. Das Ergebnis unterstreicht die Notwendigkeit besserer Information und einer einfühlsamen Kommunikation, die sowohl Fakten vermittelt als auch die Lebensrealität Betroffener respektiert.

### **Die Auswirkungen auf die Gesundheit unterschätzt**

Adipositas wird häufig als rein äusserliches Problem betrachtet, doch die Ergebnisse zeigen, dass damit ernsthafte gesundheitliche Folgen verbunden sein können. Bei Erwachsenen mit einem BMI über 30 berichten 60% über mindestens eine chronische Erkrankung, darunter Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Diabetes und orthopädische Komplikationen. Ältere Erwachsene (60–79 Jahre) sind besonders von diesen körperlichen Gesundheitsproblemen betroffen, während bei jüngeren Erwachsenen (18–29 Jahre) vermehrt psychische Belastungen aufgrund von Schamgefühlen, Angstzuständen und Depressionen auftritt.

*«Diese Ergebnisse werfen eine kritische Frage auf», sagt Selina Steinmann, Leiterin der Gesundheitsplattform iM puls. «Wie können wir als Gesellschaft gut unterstützen, wenn viele Menschen mit Adipositas bereits mit gesundheitlichen Herausforderungen leben und das Bewusstsein für diese chronische Erkrankung noch begrenzt ist? Es lohnt sich, mehr zu tun: verlässliche Informationen zugänglich machen und Verständnis fördern – um die Gesundheit vieler Menschen nachhaltig zu unterstützen.»*

### **Weitreichende Folgen von Gewichtsstigma**

Die Stigmatisierung von Menschen, die mit Adipositas leben, ist in der Schweizer Gesellschaft tief verwurzelt – in fast allen Lebensbereichen: am Arbeitsplatz, in der Schule, in der Öffentlichkeit, im Gesundheitswesen und sogar bei Freunden und Familie. Alarmierend ist, dass 76% aller Befragten über gewichtsbezogene Diskriminierung berichten und fast die Hälfte der Menschen, die mit Adipositas leben, selbst schon (häufig oder gelegentlich) stigmatisiert wurde.

Die Befragten nannten persönliche Stigma-Beispiele wie:

- *«Man wird als übergewichtige Person schnell als faul abgestempelt.»*
- *«Im Flugzeug, wenn der Sicherheitsgurt zu kurz ist.»*
- *«In meiner Primarschulklasse hatte es ein Mädchen, das übergewichtig war und deshalb von anderen gehänselt wurde.»*
- *«In der Badi wurde abfällig über eine übergewichtige Frau gesprochen.»*
- *«Beim Bewerbungsprozess, d.h. dass Frauen nach ihrem Aussehen eingestellt wurden oder werden.»*
- *«Meine Mutter macht immer wieder mal spitze Bemerkungen.»*
- *«In den Medien werden Frauen ständig bewertet anhand von ihrem Körper, sieht man überall.»*
- *«Im Spital haben die Leute über mich geschwätzt, während ich sie durch den Vorhang hören konnte.»*
- *«Mein Arzt sagte: ‹Verlieren Sie zuerst 20 kg, dann werden wir sehen, ob eine Adipositas-Behandlung notwendig ist.›*

Etwa 40% der Menschen, die mit Adipositas leben, sagen, dass Stigmatisierung ihr Selbstvertrauen und ihre Bereitschaft, Hilfe zu suchen, untergräbt. Jüngere Erwachsene (18–29 Jahre) sind besonders betroffen und berichten über mehr gewichtsbezogenen Stress und Scham.

*«Die Stigmatisierung von Menschen, die mit Adipositas leben, ist keine blosse Nebenwirkung, sondern ein integraler Bestandteil der Gesundheitsbelastung», sagt Anne Mette Wiis Vogelsang, General Manager, Novo Nordisk Schweiz. «Sind wir bereit, in einer Gesellschaft zu leben, in der Kinder wegen Adipositas in der Schule gemobbt, Erwachsene am Arbeitsplatz diskriminiert werden und Betroffene sich beschuldigt fühlen, selbst wenn sie Hilfe suchen?»*

### **Für eine integrativere Gesellschaft: Strukturelle Lösungen sind entscheidend**

Trotz der Verfügbarkeit von gesundheitsfördernden Infrastrukturen – wie Sportanlagen und Ernährungsberatung – bleibt die Gewichtsabnahme für Menschen, die mit Adipositas leben, eine komplexe Herausforderung. Laut der Studie haben 85% der Befragten mit Adipositas bereits versucht, ihr Gewicht zu verringern. Viele berichten jedoch von begrenztem Erfolg. Motivation, Zeitmangel und arbeitsbedingter Stress wurden als zentrale Hindernisse für einen gesunden Lebensstil genannt. Diese Barrieren wirken entmutigend und das Gefühl verstärken, dass Fortschritte schwer zu erreichen sind. Denn Adipositas ist eine komplexe chronische Erkrankung, die durch genetische, psychologische, hormonelle und Umweltfaktoren beeinflusst wird.

Die Befragten wurden aufgefordert, Massnahmen zu benennen, die ihrer Meinung nach Diskriminierung und Vorurteile gegenüber Menschen, die mit Übergewicht oder Adipositas leben, verringern und ein stigmafrees Umfeld fördern könnten. Die häufigsten Antworten waren:

- Sensibilisierung in Schulen (56 %)
- Informationskampagnen für die Öffentlichkeit (36 %)
- Arbeitsplatzinitiativen und gezielte Sensibilisierung (27 %)

iMpuls arbeitet gemeinsam mit Novo Nordisk daran, die Lücke zwischen Wissen zu schliessen. Durch Initiativen wie die Plattform iMpuls wird sichergestellt, dass Prävention nicht nur Theorie bleibt, sondern praktische und integrative Werkzeuge für alle bietet. Die Partnerschaft fördert nachhaltige Ansätze für ein gesünderes Leben.

### **Über die «Adipositas-Studie 2025»**

Die «Adipositas-Studie 2025» wurde von [YouGov](#) im Rahmen der Partnerschaft von [iMpuls](#) und [Novo Nordisk](#) durchgeführt. Die Online-Befragung wurde zwischen dem 17. und 28. November 2025 bei der Schweizer Wohnbevölkerung im Alter von 18 bis 79 Jahren über das YouGov-Portal erhoben. Die Befragung umfasste 1'500 Interviews, darunter eine bevölkerungsrepräsentative Stichprobe mit 1'000 Personen, sowie Ergänzungen auf Untergruppen, wie z.B. Tessin, um auch innerhalb dieser Gruppen mögliche Unterschiede statistisch valide auswerten zu können. Source: YouGov Switzerland 2025 © All rights reserved.

## Über iMpuls

Die Migros engagiert sich seit Jahren für die Gesundheit der Schweizer Bevölkerung. Als eines der vier strategischen Geschäftsfelder ist Gesundheit ein zentraler Bestandteil der Unternehmensstrategie. Mit iMpuls bietet die Migros eine Plattform, die Menschen mit Wissen, Inspiration und konkreten Angeboten zu Fitness, Ernährung, Entspannung und Prävention auf ihrem Weg zu einem gesünderen Leben begleitet. Dieses Engagement wird von Medbase getragen, die zur Migros-Gruppe gehört und schweizweit umfassende medizinische, therapeutische und pharmazeutische Dienstleistungen anbietet.

## Relevante Links

- Übergewicht und Adipositas (Alter: 15+) Obsan, 2022 <https://ind.obsan.admin.ch/indikator/monam/uebergewicht-und-adipositas-alter-15>
- Ergebnisse der Adipositas-Studie 2025: <https://impuls.migros.ch/adipositas-studie>
- Fokussierte Ressourcen – Übergewicht und Adipositas auf iMpuls Gesundheitsplattform <https://impuls.migros.ch/de/medizin/krankheiten/adipositas>

## Kontakt

iMpuls – Medbase Gruppe

Isabel Gherbal

Leiterin Kommunikation

+41 (0)52 260 29 43

medien@medbase.ch