

Ressort: Vermischtes

## Umfrage: Mehrheit hat nach Diät Probleme mit gesundem Lebensstil

Berlin, 10.05.2013, 07:08 Uhr

**GDN** - Abnehmen ist das eine, das Gewicht dann zu halten das andere: Letzteres scheint vielen Menschen schwer zu fallen trotz bester Vorsätze und anfänglicher Erfolge. Das Magazin "Apotheken Umschau" hat in einer repräsentativen Umfrage Abnehmwillige nach den Ursachen gefragt.

Sechs von zehn (58,7 Prozent) der Befragten, die in den letzten fünf Jahren zumindest einmal bewusst abzuspecken versucht haben, fällt es schwer, alte Gewohnheiten aufzugeben, weshalb sie keinen dauerhaften Erfolg bei der Umstellung ihrer Ernährungsgepflogenheiten haben. Die Wunderwaffe Sport im Kampf gegen zu viele Kilos scheidet bei mehr als jedem Zweiten (55,1 Prozent) aus, da diese Art der Freizeitbeschäftigung von diesen Befragten nur "ungern" betrieben wird. Jedem Vierten (24,3 Prozent) gelingt es aus Zeitgründen nur an den Wochenenden und im Urlaub auf eine gesunde Ernährung zu achten und 17,0 Prozent sagen auch, dass ihre Arbeitssituation eine Umstellung ihrer Ernährungsgewohnheiten nicht zulasse.

### Bericht online:

<https://www.germindailynews.com/bericht-13413/umfrage-mehrheit-hat-nach-diaet-probleme-mit-gesundem-lebensstil.html>

### Redaktion und Verantwortlichkeit:

V.i.S.d.P. und gem. § 6 MDStV:

### Haftungsausschluss:

Der Herausgeber übernimmt keine Haftung für die Richtigkeit oder Vollständigkeit der veröffentlichten Meldung, sondern stellt lediglich den Speicherplatz für die Bereitstellung und den Zugriff auf Inhalte Dritter zur Verfügung. Für den Inhalt der Meldung ist der allein jeweilige Autor verantwortlich.

### Editorial program service of General News Agency:

United Press Association, Inc.  
3651 Lindell Road, Suite D168  
Las Vegas, NV 89103, USA  
(702) 943.0321 Local  
(702) 943.0233 Facsimile  
[info@unitedpressassociation.org](mailto:info@unitedpressassociation.org)  
[info@gna24.com](mailto:info@gna24.com)  
[www.gna24.com](http://www.gna24.com)