

## Kurzfassung

AußendienstmitarbeiterInnen spielen eine immer größer werdende Rolle in der heutigen Geschäftswelt. Ihre Hauptaufgaben bestehen darin, Produkte zu vertreiben, KundInnen zu besuchen und/oder Servicetätigkeiten durchzuführen.

Die verschiedenen beruflichen Anforderungen (Zeit- und Termindruck, lange Autofahrten) erzeugen bei AußendienstmitarbeiterInnen Stress, welcher eine Änderung der Ernährungsgewohnheiten hervorrufen kann.

Die Forschungsfrage und der Inhalt dieser Arbeit lauten daher: „Wie gestalten sich die Ernährungsgewohnheiten von MitarbeiterInnen im Außendienst am Beispiel des Medizintechnikkonzerns Covidien?“

Bei der Befragung wurde die durchschnittliche Menge und Auswahl an Speisen, Getränken und Lebensmitteln erhoben, ebenso wie die Frequenz und Dauer der einzelnen Mahlzeiten. Die Ergebnisse wurden mit den Empfehlungen der Deutschen Gesellschaft für Ernährung verglichen und stimmen zum Teil mit den Ernährungsgewohnheiten der AußendienstmitarbeiterInnen überein.

Frühstück und Abendessen werden von einem Großteil der Befragten zu Hause gegessen, das Mittagessen vorwiegend im Auto oder im Schnellimbiss (Fast Food, Kebabstand, Würstelstand), die Nachmittagsjause zu einem Großteil im Auto.

Aufgrund der vorliegenden Ergebnisse kristallisieren sich zwei weitere Aussagen heraus: AußendienstmitarbeiterInnen neigen in Stresszeiten oft dazu, auf das Essen zu vergessen und der Body-Mass-Index der AußendienstmitarbeiterInnen steigt mit der Anzahl der Jahre im Außendienst stärker, als es aufgrund des zunehmenden Alters zu erwarten wäre.