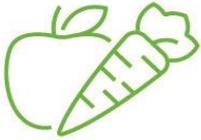


ERNÄHRUNGSKOMPETENZ: VIER MINUS

Prof. Dr. med. Kai Kolpatzik, MPH, EMPH
Leiter der Abteilung Prävention im AOK-Bundesverband

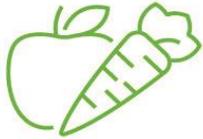
Klimaherbst Ernährung, 04.10.2021



Was ist Ernährungskompetenz?

„Ernährungskompetenz ist das Rüstzeug, das Individuen, Haushalte, Gemeinden oder Nationen dazu befähigt, die Qualität der Ernährung durch Anpassungen zu gewährleisten und eine ernährungsbezogene Widerstandsfähigkeit über die Lebensspanne hinweg abzusichern. Sie setzt sich zusammen aus einer Sammlung von ineinandergreifendem Wissen, Fertigkeiten und Verhaltensweisen, die erforderlich sind, um Essen zu planen, zu organisieren, auszuwählen und vorzubereiten, sodass ernährungsspezifische Bedürfnisse abgedeckt und die Aufnahme von Nährstoffen abgesichert werden können. Somit handelt es sich um grundsätzliche Fertigkeiten, die für eine gesunde und lebenslange Ernährung erforderlich sind.“

Quelle: Übersetzung in Anlehnung an Vidgen & Gallegos (2014)



Was ist Ernährungskompetenz?

1. planen	Auf Basis der zeitlichen und finanziellen Ressourcen werden die bestmöglichen Entscheidungen für eine ausgewogene Ernährung getroffen und in den Alltag integriert.
2. auswählen	Nahrungsmittel werden verglichen und mit Blick auf Nährstoffe, Verwendungszweck, Herkunft und Lagerbarkeit ausgewählt und auf ihre Qualität hin geprüft.
3. zubereiten	Schmackhafte Gerichte werden unter Berücksichtigung der grundsätzlichen Hygieneregeln auf unterschiedliche Art und Weise zubereitet und Rezepte variiert.
4. essen	Gemeinsam gesunde Mahlzeiten zu genießen und zugleich ungünstige Ernährungsweisen zu reduzieren steigert das persönliche Wohlbefinden.

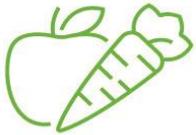


Was ist Ernährungskompetenz?

Das Zusammenspiel persönlicher und systemisch bedingter Ernährungskompetenz



Quelle: Eigene Darstellung modifiziert nach Parker & Ratzan (2010)



Studiendesign

Methode	Quantitative, standardisierte Online-Befragung mit Pre-Test (CAWI: Computer Assisted Web Interviews)
Feldzeit	07. Januar bis 19. Januar 2020
Dauer	Ø15 Minuten je Interview
Stichprobe	<ul style="list-style-type: none">• Umfang: n=1.974 im Alter zwischen 18-69 Jahren• Bundesweit repräsentative Stichprobe nach Mikrozensus-Angaben des statistischen Bundesamtes in Bezug auf Alter, Geschlecht, Bildungsstand und Einkommen• Umfangreiche Datenbereinigung und Plausibilitätsprüfungen (u.a. nach Bearbeitungsdauer, inhaltlichen Widersprüchen, etc.)
Durchführung	Facit Digital GmbH
Studienleitung	Dr. Kai Kolpatzik



Stichprobe

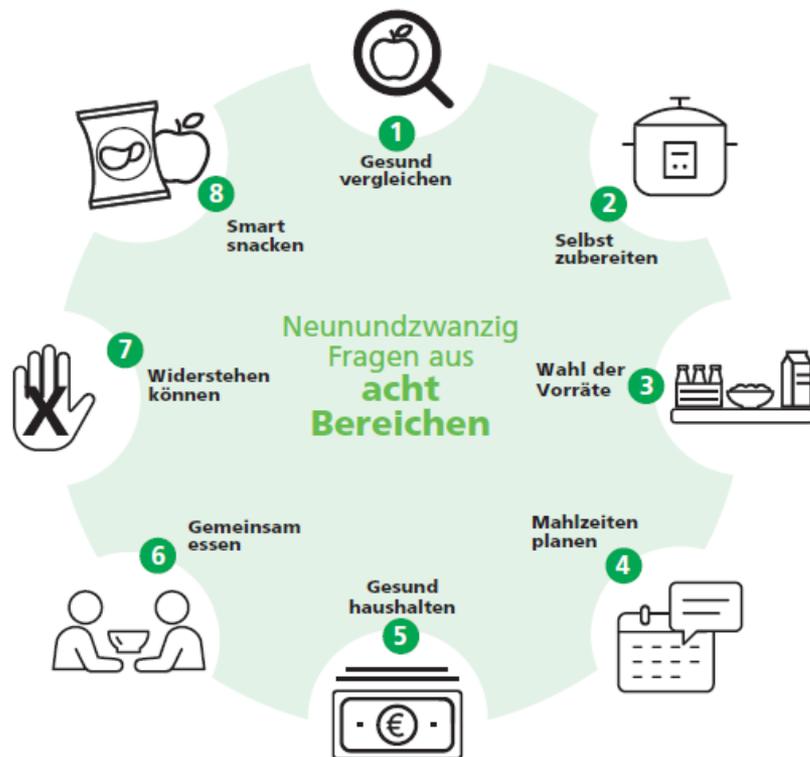
		Anzahl	Mikrozensus
Alter	18–24	213	11%
	25–39	497	28%
	40–59	862	42%
	60–69	402	18%
Geschlecht	männlich	934	49%
	weiblich	1037	51%
	divers	3	-
höchster Schulabschluss	noch Schüler/-in	22	1%
	Abgang ohne Abschluss	25	4%
	Haupt- oder Volksschulabschluss	658	31%
	Mittlere Reife	613	31%
	Abitur	656	33%
Migrationshintergrund	ohne Migrationshintergrund	1659	-
	mit Migrationshintergrund	315	-

Anzahl und Anteil der Gruppen hier aufgeführt nach Datenbereinigung (u.a. nach Bearbeitungsdauer, inhaltlichen Widersprüchen, auffällig repetitives Antwortverhalten, etc.). Die Erhebung erfolgte quottiert ausgerichtet an der Mikrozensus-Verteilung von 2017 18+. Als Menschen mit Migrationshintergrund werden Personen bezeichnet, die selbst oder deren Eltern in einem anderen Land geboren sind.



Food Literacy Score - Themenbereiche

Die 29 Fragen zur Erhebung der Ernährungskompetenz lassen sich in 8 Themenbereiche einteilen:



Eigene Darstellung modifiziert nach Poelman et al., 2018

Abb. 6: Der Food Literacy-Score – die 29 Einzelfragen

1. Wenn Sie etwas essen möchten, berücksichtigen Sie dann, was Sie später am Tag noch essen werden?
2. Wenn Sie etwas essen möchten, achten Sie dann darauf, was Sie bereits früher am Tag gegessen haben?
3. Wählen Sie Lebensmittel aus, die zu Ihrer Stimmung passen?
4. Haben Sie für sich selbst gesunde Snacks dabei, wenn Sie unterwegs sind?
5. Stellen Sie sich vor, Sie sind irgendwo, wo Sie köstliche Dinge riechen und sehen. Können Sie widerstehen und nichts kaufen?
6. Sind Sie in der Lage, zu leckeren Snacks nein zu sagen, wenn Sie sie gerne wollen?
7. Sind Sie in der Lage, sich gesund zu ernähren, wenn eine Situation entsteht, die vom normalen Alltag abweicht?
8. Sind Sie in der Lage, sich gesund zu ernähren, wenn Sie sich gestresst fühlen (oder unter Stress stehen)?
9. Haben Sie gesunde Snacks für sich selbst im Haus?
10. Haben Sie vier oder mehr Packungen oder Tüten mit Chips, Brezeln oder herzhafte Snacks im Haus?
11. Haben Sie vier oder mehr Packungen oder Tafeln von Süßigkeiten, Keksen oder Schokolade im Haus?
12. Haben Sie vier oder mehr Flaschen zuckergetränkter Getränke oder Limonade im Haus?
13. Haben Sie vier oder mehr Flaschen oder Packungen Fruchtjuice oder Fruchtsäfte im Haus?
14. Kaufen Sie gesunde Lebensmittel, auch wenn Sie nur wenig Geld haben – zum Beispiel Gemüse, Obst oder Vollkornprodukte?
15. Kaufen Sie gesunde Lebensmittel, auch wenn Sie etwas laurer sind?
16. Überprüfen Sie die Nährwertkennzeichnung von Produkten auf ihren Kalorien-, Fett-, Zucker- oder Salzgehalt?
17. Vergleichen Sie den Kalorien-, Fett-, Zucker- oder Salzgehalt verschiedener Produkte miteinander?
18. Können Sie die Qualität von frischen Lebensmitteln durch Sehen, Riechen oder Fühlen erkennen?
19. Können Sie eine Mahlzeit aus frischen Zutaten zubereiten?
20. Fällt es Ihnen schwer, eine Mahlzeit mit mehr als fünf frischen Zutaten zuzubereiten?
21. Können Sie frischen Fisch auf unterschiedliche Arten zubereiten?
22. Können Sie frisches Gemüse auf unterschiedliche Arten zubereiten?
23. Können Sie ein Kochrezept selbst verändern?
24. Finden Sie es wichtig, am Esstisch zu sitzen, wenn Sie gemeinsam mit anderen essen?
25. Finden Sie es wichtig, gleichzeitig zu essen, wenn Sie mit anderen zusammen sind?
26. Beschäftigen Sie sich während des Essens auch mit anderen Dingen?
27. Essen Sie den Inhalt einer Packung Chips, Süßigkeiten oder Kekse auf einmal auf?
28. Essen Sie Obst als Snack beziehungsweise Zwischenmahlzeit?
29. Essen Sie Gemüse als Snack beziehungsweise Zwischenmahlzeit?

Quelle: Übersetzung nach Poelman et al. (2018)



Definition: Food Literacy Score

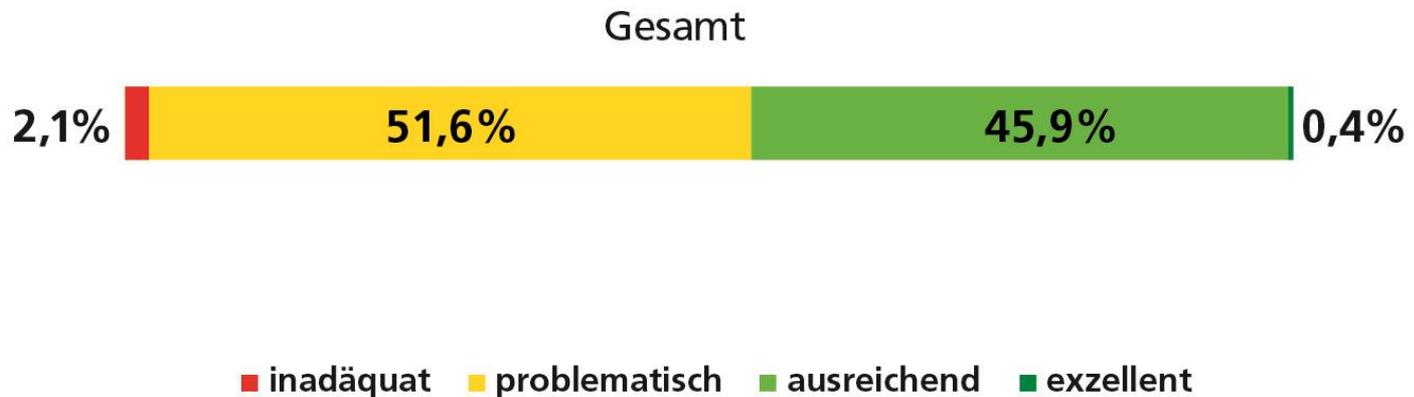
- Der Food Literacy Score jeder Person berechnet sich aus dem Mittelwert über 29 Fragen zum Verhalten und zur Einstellung rund um das Thema Ernährung.
- Dieser Score* kann einen Wert von 1 – 5 annehmen und wird eingeteilt in 4 Kategorien:
 - 1,00 – 2,49: Ernährungskompetenz **inadäquat**
 - 2,50 – 3,49: Ernährungskompetenz **problematisch**
 - 3,50 – 4,49: Ernährungskompetenz **ausreichend**
 - 4,50 – 5,00: Ernährungskompetenz **exzellent**(5 wäre die bestmögliche Ernährungskompetenz)

*Berechnung und methodische Herleitung IGES

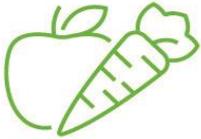


Ernärungskompetenz im Überblick

Die zentralen Ergebnisse der Studie auf einen Blick. Mehr als die Hälfte der Befragten (53,7 Prozent) verfügt über eine problematische oder inadäquate Ernärungskompetenz.

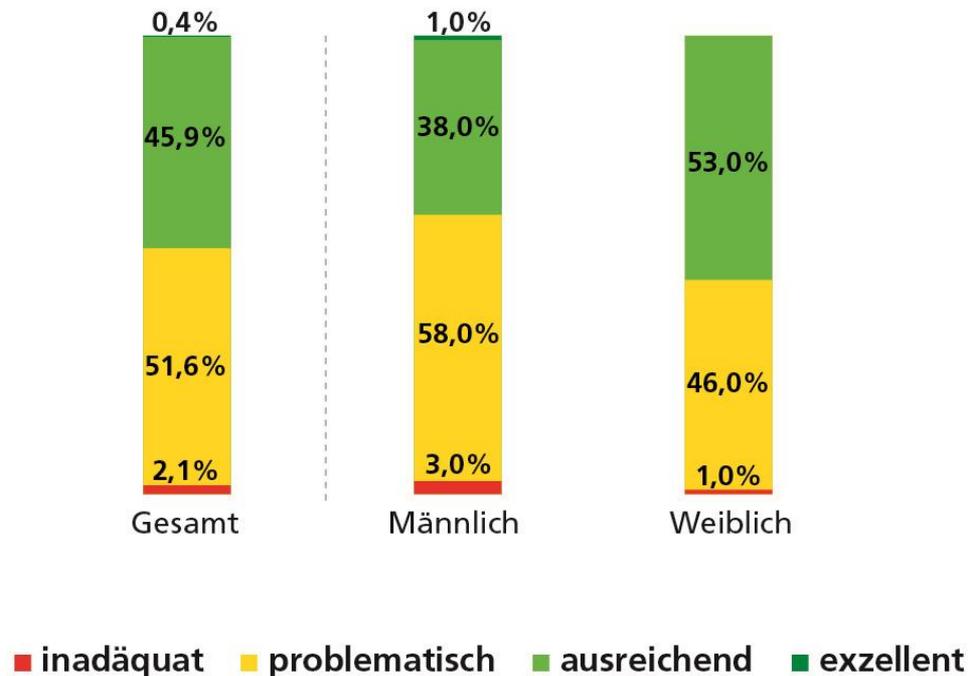


Basis: 1.974 Befragte

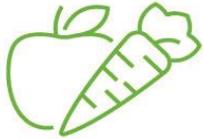


Frauen haben deutlich höhere Ernährungscompetenz

Verteilung des Food Literacy Scores (FLS) nach Geschlecht

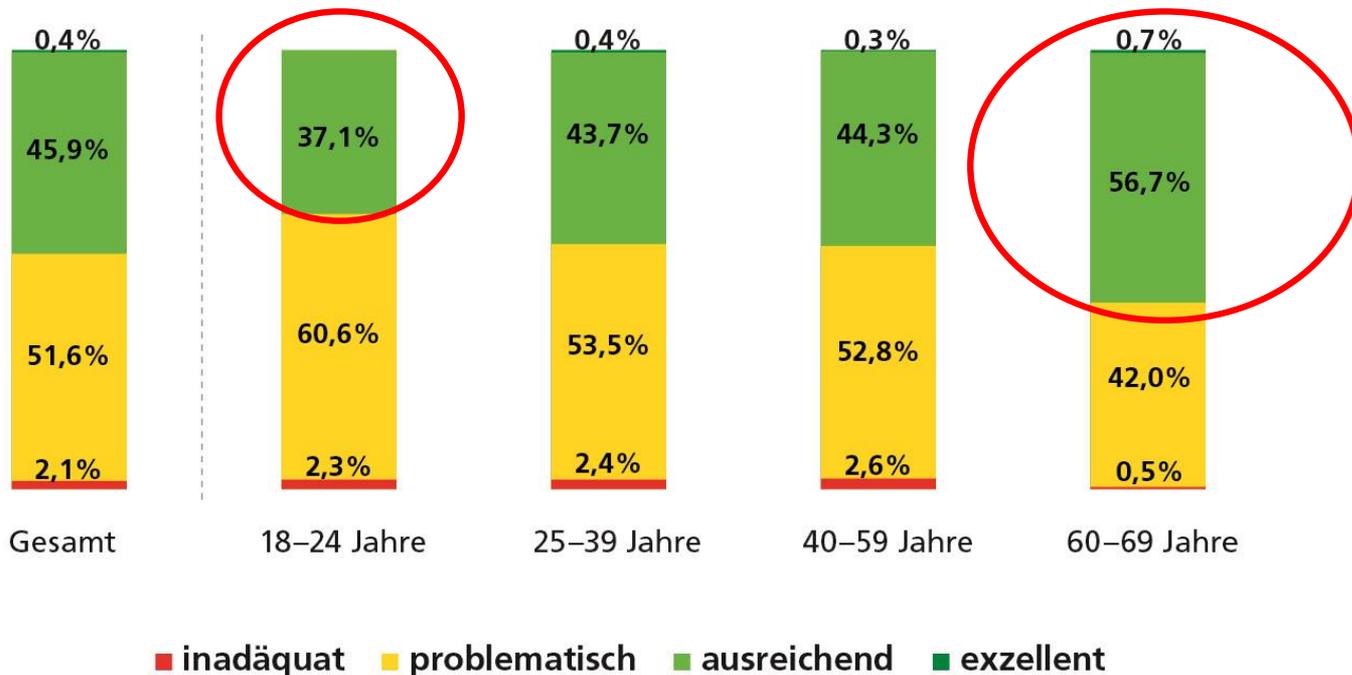


Basis: 1.974 Befragte | Männlich = 934, Weiblich = 1037, Geschlechtskategorie „Divers“ hier nicht dargestellt, da Fallzahl mit n=3 zu klein
Signifikant: problematisch bei Männlich; ausreichend bei Weiblich (95% Signifikanzniveau).



Bessere Ernährungskompetenz in höchster Altersgruppe

Verteilung des Food Literacy Scores (FLS) nach Altersgruppen

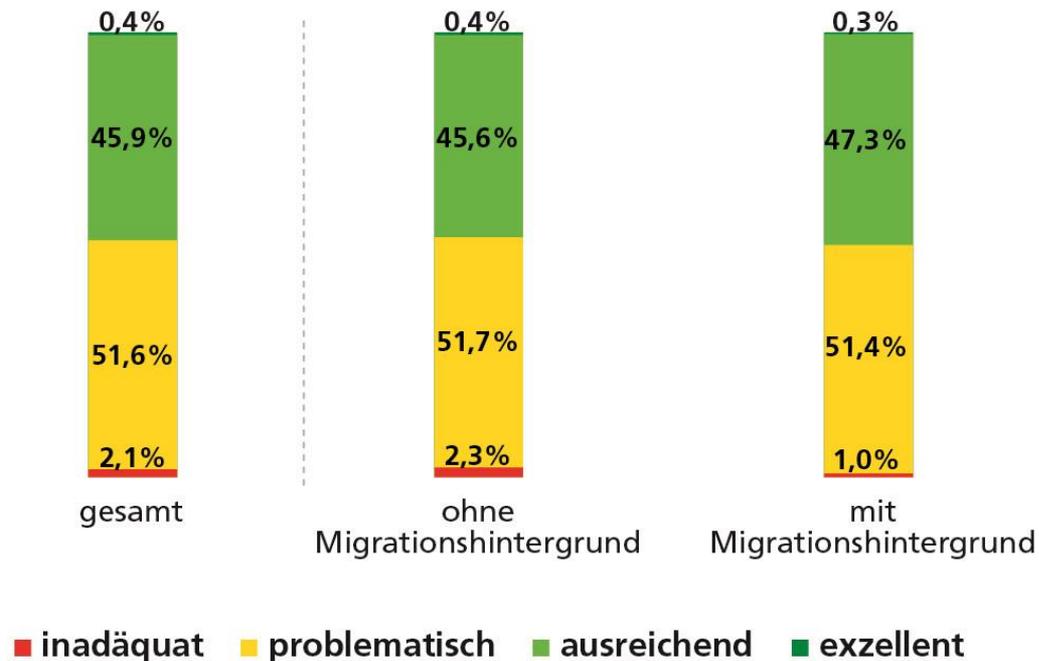


Basis: 1.974 Befragte | 18-24 Jahre = 213, 25-39 Jahre = 497, 40-59 Jahre = 862, 60-69 Jahre = 402
Signifikant: Ausreichend bei 60-69 Jährige (95% Signifikanzniveau).

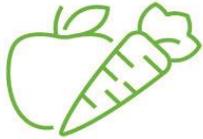


Migrationshintergrund kaum Einfluss auf Ernährungscompetenz

Verteilung des Food Literacy Scores (FLS) nach Migrationshintergrund

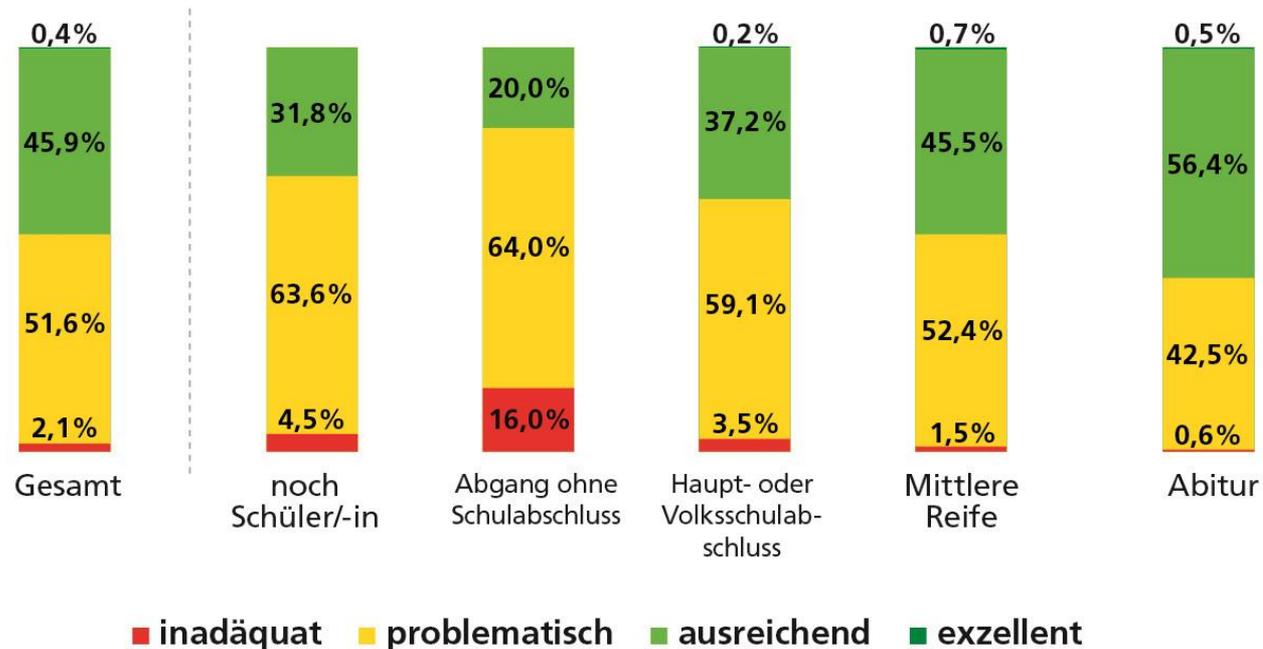


Basis: 1.974 Befragte | Mit Migrationshintergrund = 315, Ohne Migrationshintergrund = 1659. Keine signifikanten Unterschiede vorhanden (95% Signifikanzniveau).
Als Menschen mit Migrationshintergrund werden Personen bezeichnet, die selbst oder deren Eltern in einem anderen Land geboren sind.

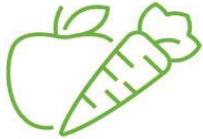


Hoher Zusammenhang von Schulabschluss und Ernährungskompetenz

Verteilung des Food Literacy Scores (FLS) nach Schulabschluss

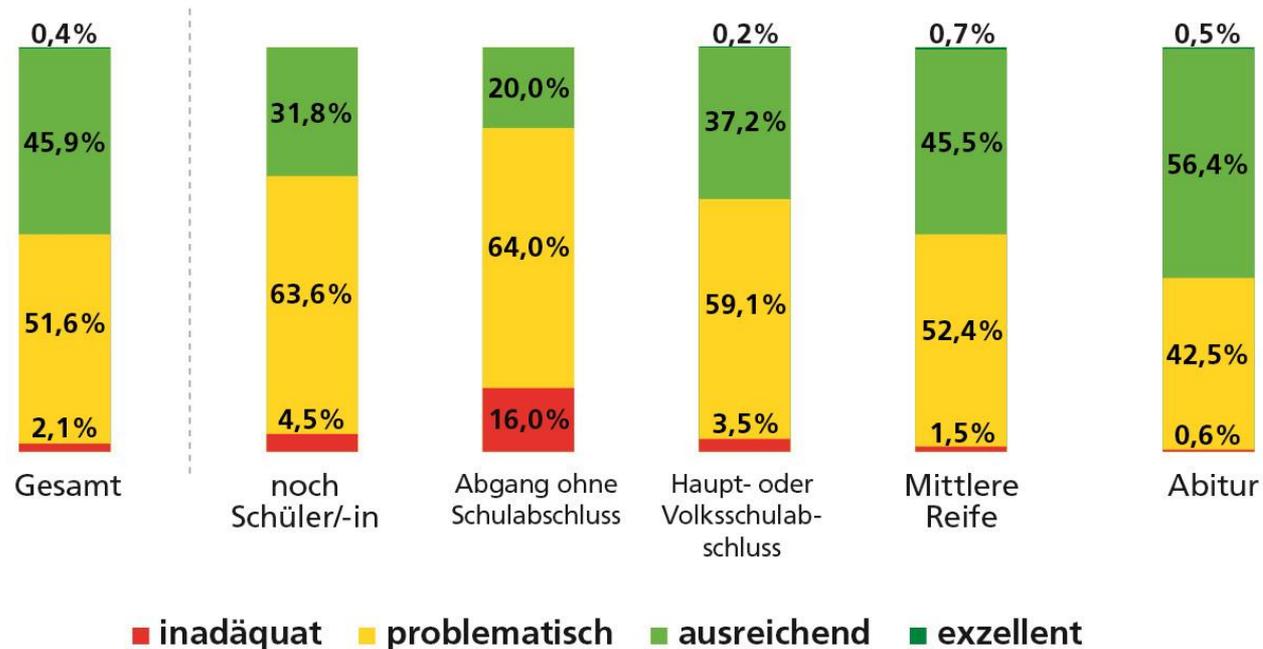


Basis: 1.974 Befragte | Noch Schüler/-in=22, Abgang ohne Abschluss=25, Haupt- oder Volksschulabschluss=658, Mittlere Reife=613, Abitur=656
Signifikant: inadäquat und problematisch bei Abgang ohne Abschluss, ausreichend bei Abitur (95% Signifikanzniveau).



Hoher Zusammenhang von Schulabschluss und Ernährungscompetenz

Verteilung des Food Literacy Scores (FLS) nach Schulabschluss

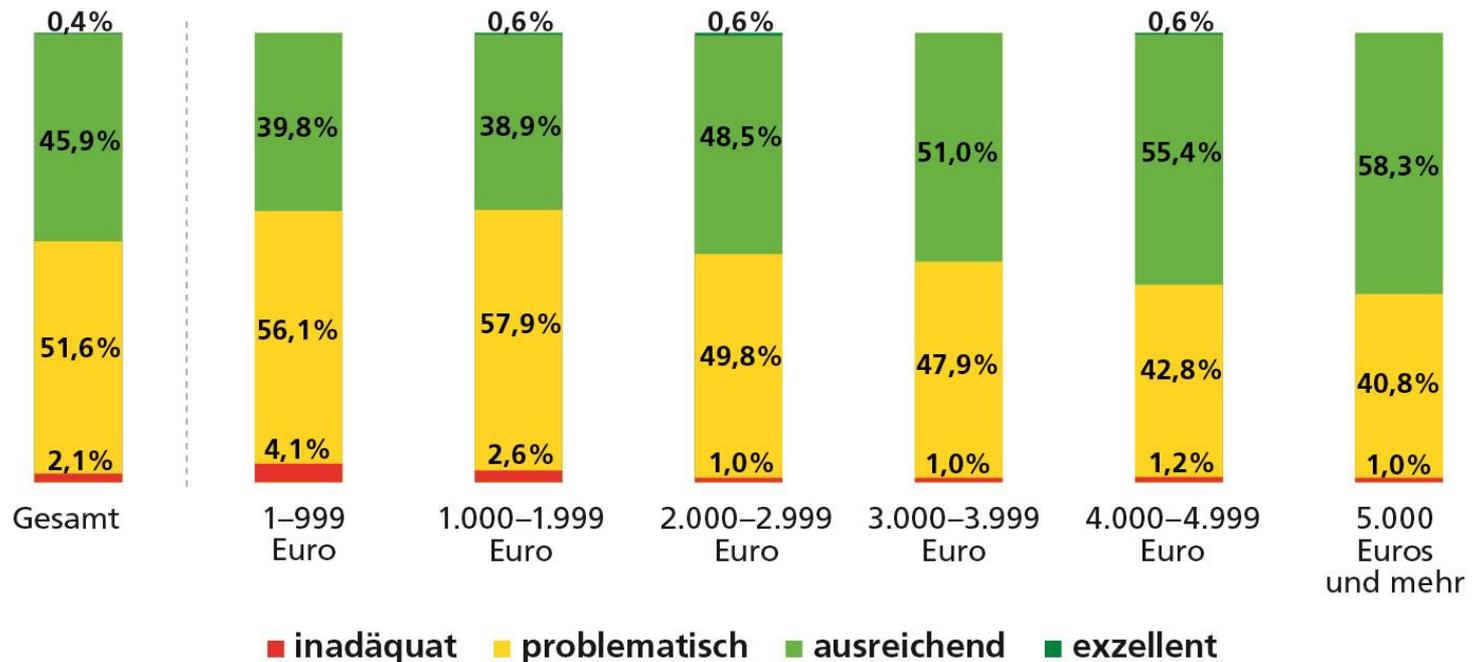


Basis: 1.974 Befragte | Noch Schüler/-in=22, Abgang ohne Abschluss=25, Haupt- oder Volksschulabschluss=658, Mittlere Reife=613, Abitur=656
Signifikant: inadäquat und problematisch bei Abgang ohne Abschluss, ausreichend bei Abitur (95% Signifikanzniveau).



Mit dem Einkommen steigt auch Ernährungscompetenz an

Verteilung des Food Literacy Scores (FLS) nach Haushaltsnetto-Einkommen

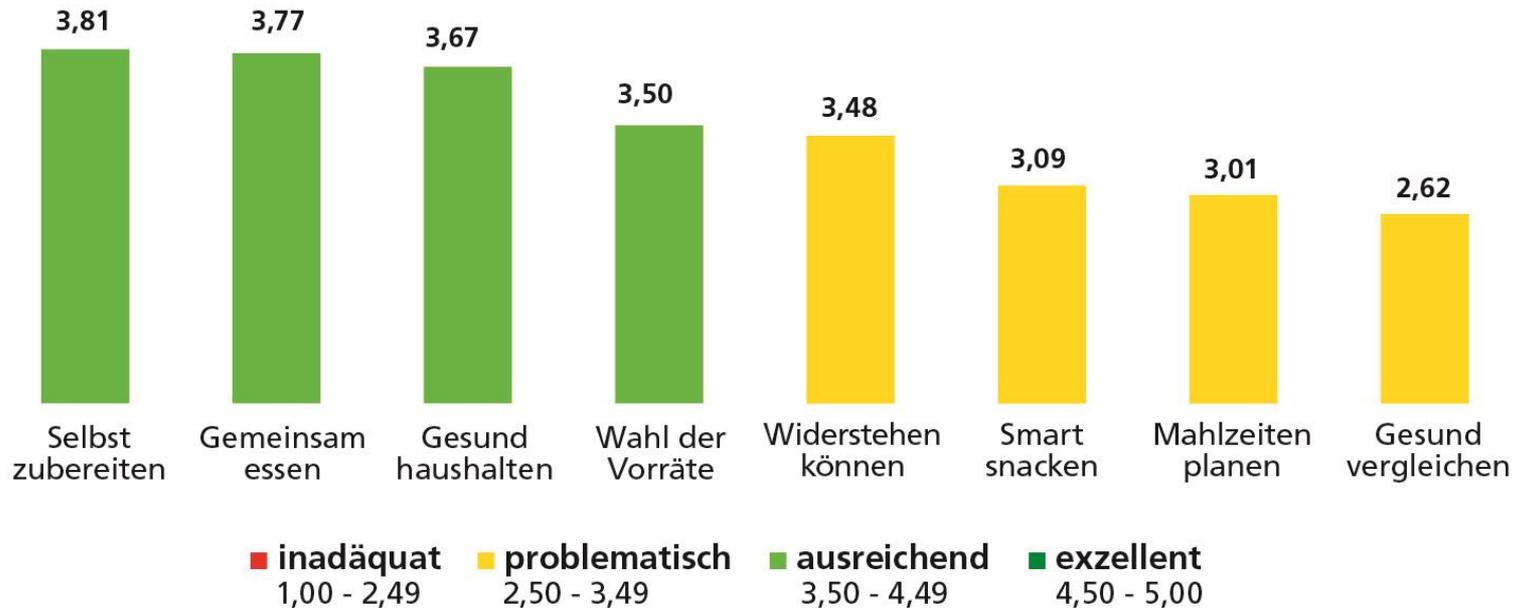


Basis: 1.780 Befragte, die Angaben über Haushaltsnetto-Einkommen abgegeben haben. 33 Befragte wählten Option „Weiß nicht“, 161 Befragte wählten die Option „Keine Angabe“.
1-999€ = 244, 1.000-1.999€ = 499, 2.000-2.999€ = 478, 3.000-3.999€ = 290, 4.000-4.999€ = 166, 5.000€ und mehr = 103
Signifikant: Ausreichend bei 4.000-4.999€ und 5.000€ und mehr (95% Signifikanzniveau).



Vergleichen und Planen fallen am schwersten

Food Literacy Score in einzelnen Themenbereichen



Basis: 1.974 Befragte, Mittelwerte mit einer Skal von 1 (schlecht) bis 5 (sehr gut)
Berechnung: Erstellung des Food Literacy Scores nur anhand der jeweiligen Kategorie.



Nährwertangaben am Beispiel Speiseeis

NÄHRWERTANGABEN	
DURCHSCHNITTLICHE WERTE	pro 100ml
Brennwert	1050 kJ
	250 kcal (Kalorien)
Eiweiß	4 g
Kohlehydrate	30 g
davon Zucker	23 g
Fett	13 g
davon gesättigte Fettsäuren	9 g
davon ungesättigte Fettsäuren	0 g
davon mehrfach ungesättigte Fettsäuren	3 g
davon Trans-Fettsäuren	1 g
Ballaststoffe	0 g
Natrium	0,05 g

Zutaten: Sahne, Magermilch, Zucker, Vollei, Stabilisatoren (Guarkernmehl), Erdnussöl, Vanilleextrakt



Angenommen Ihnen wurde geraten, zum Nachtisch nicht mehr als 60 Gramm Kohlenhydrate zu sich zu nehmen, wie viel dürfen Sie dann höchstens von der Eiscreme essen?

Stellen Sie sich vor, Sie sind gegen folgende Substanzen allergisch: Penicillin, Erdnüsse, Latexhandschuhe und Bienenstiche. Könnten Sie diese Eiscreme gefahrlos essen?



Einschätzung der Kompetenz bei NVS deutlich höher

Aber rund 15,8 Mio. Erwachsene* haben Schwierigkeiten mit der Nährwertkennzeichnung.

Newest Vital Sign (NVS)-Bewertung



■ Literalität eingeschränkt ■ Literalität möglicherweise eingeschränkt ■ Literalität adäquat

Basis: 1.974 Befragte

Sehr wahrscheinlich eingeschränkt“ = 0 – 1 richtige Antworten | „Möglicherweise eingeschränkt“ = 2 – 3 richtige Antworten | „Sehr wahrscheinlich adäquat“ = 4 – 6 richtige Antworten

* Hochrechnung basierend auf Angaben des statistischen Bundesamtes Stand 31.12.2018: 56,3 Mio. im Alter zw. 18-69 Jahren.



Ergebnisse zusammengefasst

- Hoher sozialer Status (hier: Bildungs- und Einkommensindex) geht mit hoher Ernährungscompetenz einher
 - Geschlecht Einzelfaktor mit stärkstem Zusammenhang mit Ernährungscompetenz, gefolgt von Bildung (schulisch und beruflich) und Alter
 - Sozio-demografische Gruppen mit insgesamt höchster Ernährungscompetenz zeigen auch in fast allen Themenbereichen die höchste Kompetenz
 - Niedrigste Kompetenz immer in den Themenbereichen „Gesund vergleichen“ und „Mahlzeiten planen“
- ➔ Zielgruppen: Männer, Personen mit niedriger schulischer und beruflicher Bildung, jüngere Personen



ARZTE ZEITUNG ONLINE
16.06.2020

„Nur jeder dritte junge Erwachsene weiß, wie gesunde Ernährung funktioniert“

Gesunde Ernährung ist in Deutschland auch eine Frage der Bildung und des Einkommens. Eine aktuelle AOK-Studie zeigt „alarmierende Ergebnisse“. Von Margarethe Urbancik

20.06.2020 | 03:07 | Ernährungsgewohnheiten

Ernährungskompetenz bei vielen Bürgern nur schwach ausgeprägt

Berlin - Bei Kenntnissen rund um eine gesunde Ernährung haben laut einer Umfrage viele Bundesbürger Schwächen.



Umfrage: Viele Bürger mit schwacher Kompetenz für gesunde Ernährung. (c) proplanta

Neues Deutschland Berlin

17.06.2020 Seite 11 Auflage: 39.254

Versteckter Zucker bleibt unerkannt

ÄÖK-Studie: Alarmierende Wissenslücken in Sachen gesunder Ernährung vor allem bei jungen Erwachsenen

aerzteblatt.de

Vermischtes

Ernährungskompetenz der Deutschen ist problematisch

Dienstag, 16. Juni 2020





Herausforderungen für eine bessere Ernährungskompetenz





Ansatzpunkte zur Verbesserung der Ernährungscompetenz



**Konkretisierung der
Herausforderungen und
Ansatzpunkte am Beispiel
Zucker**

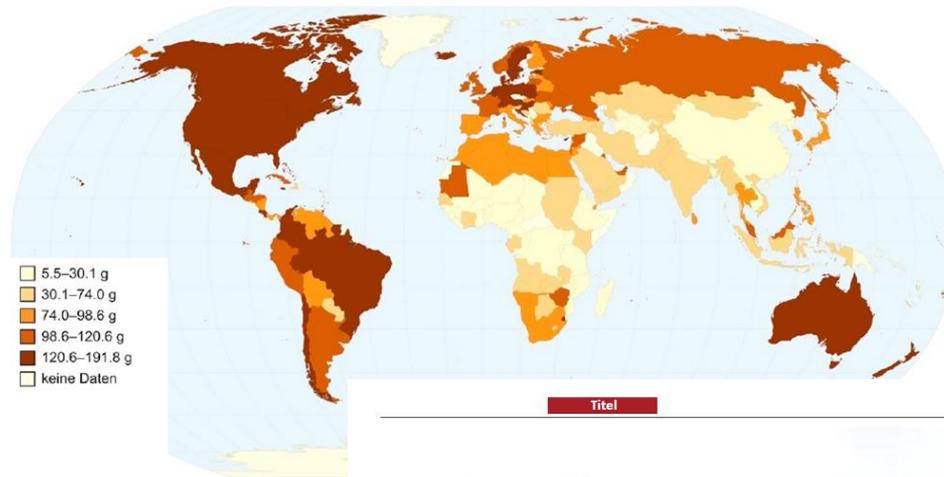
Zuckerreduktion schon lange dringend erforderlich



Zuckerreduktion schon lange dringend erforderlich

Täglicher Zuckerkonsum weltweit (g pro Person)

Quelle: <http://chartsbin.com>

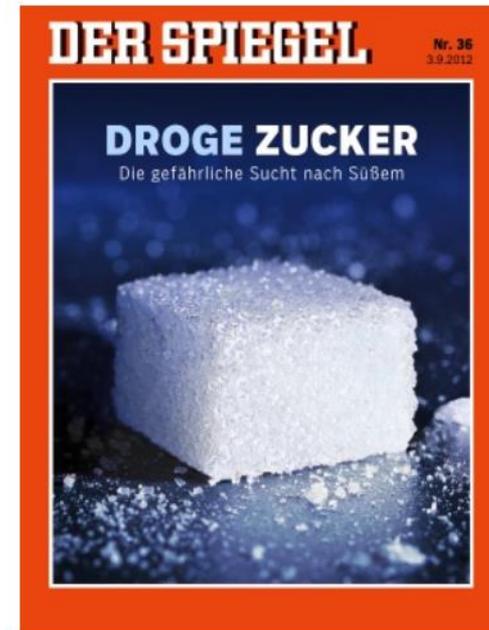


Die süße Droge

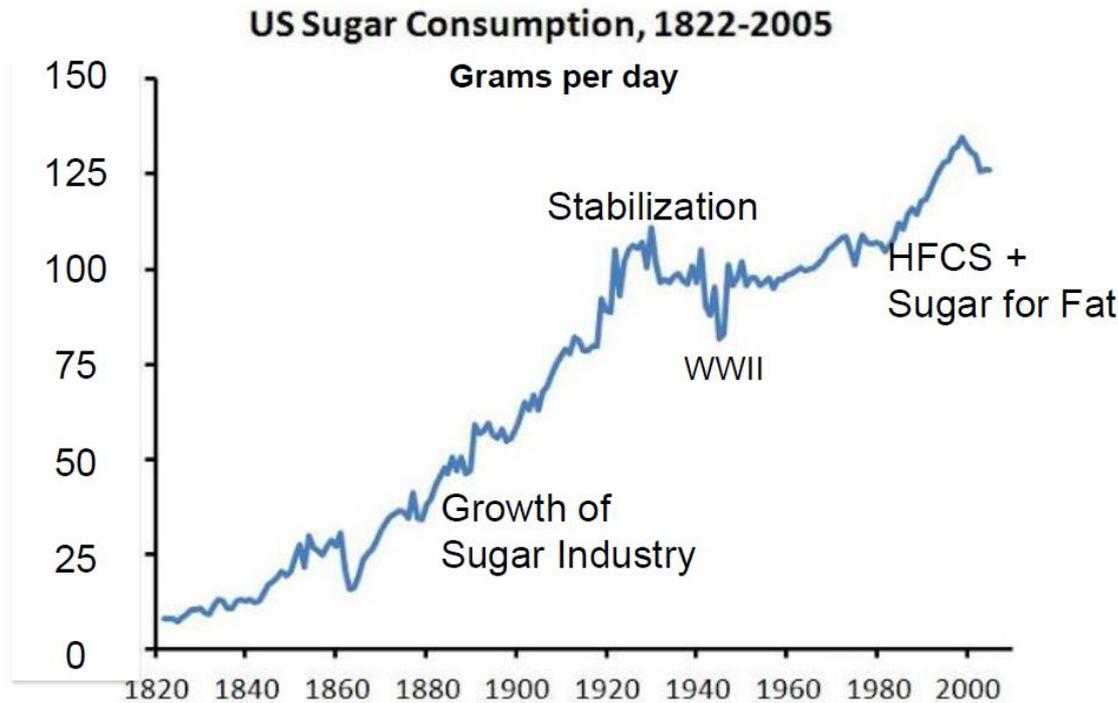
Übergewicht wird zur größten Gesundheitsgefahr der Moderne. Doch warum essen sich die Menschen so dick? Forscher haben ein Genussmittel im Verdacht: den Zucker. Ist er so gefährlich wie Alkohol oder Nikotin?



DER SPIEGEL 36/2012



Zucker - früher und heute



WHO-Empfehlung:
 50 Gramm Pro Tag (Erwachsene)
 25 Gramm pro Tag (Kinder)

In Deutschland aktuell:

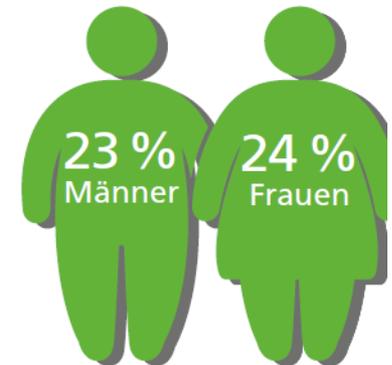


Oder 95 Gramm pro Tag.
 Jeder Erwachsene verzehrt
 fast doppelt so viel Zucker wie
 von der WHO empfohlen.

U.S. Commerce Service 1822-1910, combined with Economic Research Service, USDA 1910-2010

Eine adipogene Umwelt

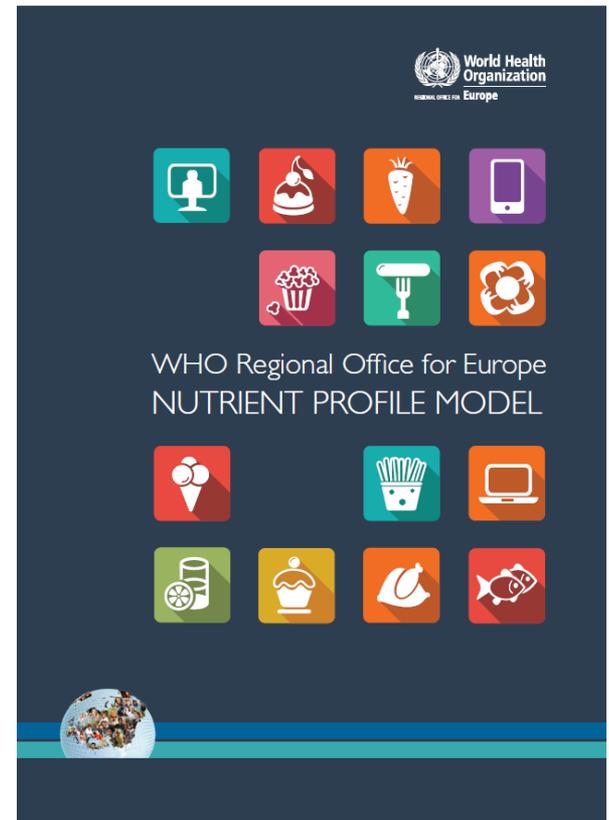
- Rund **60 %** der Erwachsenen in Deutschland gelten als **übergewichtig** (Mensink et al., 2013).
- Die Folgeerkrankungen wie Diabetes oder Herz-Kreislaufkrankungen verursachen millionenfaches Leid und immense Kosten für unser Solidarsystem: **63 Milliarden Euro** werden in Deutschland jährlich für die Behandlung der Folgen von **Adipositas** ausgegeben (Effertz et al., 2015).
- **8,4 Milliarden Euro** kostet die Behandlung von Karies jährlich (GBE, 2018)
- So sind nach aktuellen Daten des Robert-Koch-Institutes **27 % der Mädchen aus einkommensschwachen Familien übergewichtig**, aber nur 6,5 % aus einkommensstarken Familien (Schienkiewitz et al., 2018).
- Daten des Landesgesundheitsamts Brandenburg zeigen das Phänomen „**hidden hunger**“: **Kinder aus sozialschwachen Familien waren im Schnitt 1,5 cm kleiner** als Gleichaltrige aus besserverdienenden Elternhäusern (Baten & Böhm, 2010)



Aus dicken Kindern werden dicke Erwachsene. Fast ein Viertel der Männer und Frauen in Deutschland sind adipös.

Hintergrund - Frühstückscerealien

- Frühstückscerealien enthalten überdurchschnittlich viel zugesetzten Zucker.
- Vor allem Familien verzehren eine hohe Menge an Frühstückscerealien.
- Die WHO empfiehlt daher im Rahmen des Nährwertprofilmodells maximal 15 Gramm Zucker pro 100 Gramm Frühstückscerealien.



Forschungsfragen der AOK-Cerealienstudie

- Welche Frühstückscerealien kaufen die Verbraucherinnen und Verbraucher?
- Wie unterscheiden sich verschiedene Zielgruppen soziodemographisch in ihrem Kaufverhalten?
- Was für Zuckergehalte haben die gekauften Frühstückscerealien?



Süß, süßer, Frühstück –
die AOK-Cerealienstudie

Studiendesign der AOK-Cerealienstudie



Datenbasis: Verbraucherpanel der Gesellschaft für Konsumforschung (GfK) mit rund 30.000 Haushalten liefern Daten zur Verkaufshäufigkeit von Frühstückscerealien



Produkte: Erfassung des Zuckergehalts von rund 1400 Produkten. Diese decken 99 Prozent der jährlich an Privathaushalte verkauften Gesamtmenge an Cerealien ab.



Zeitraum: Stichtagerhebung von Produkten, die zwischen November 2018 bis Oktober 2019 auf dem Markt erhältlich waren



Region: Deutschland



Kennzahlen: Zuckergehalt in Gramm pro 100 Gramm Frühstückscerealien, Menge der gekauften Frühstückscerealien, Soziodemografische Merkmale (Alter, Familienstand, Einkommen, soziale Schicht)

Kategorisierung von Frühstückscerealien

Cornflakes, Müsli & Co: Das alles sind CEREALIEN

Kategorisierung von Frühstückscerealien



- Cornflakes pur und gezuckert ohne Kinderartikel
- Gepuffte Cerealien ohne Kindercerealien
- Kindercerealien, basierend auf dem GfK-Attribut Kinderprodukte: bevorzugt auf Kinder ausgerichtete Produkte, oft mit Bildchen

Traditionelle Cerealien



- Klassisches Basismüsli
- Klassisches Bircher-/Früchtemüsli
- Knuspermüsli
- Knuspermüsli pur
- Knuspermüsli Frucht/Nuss/Schoko

Müsli



- Produkte aus der Kategorie Getreideflocken, Teilmarkt Flocken mit Zusatz (meist in Form von Milchpulver)
- Ausgeschlossen wurden alle reinen Hafer-/Getreideflocken und Kleien

Porridge und Frühstücksbreie

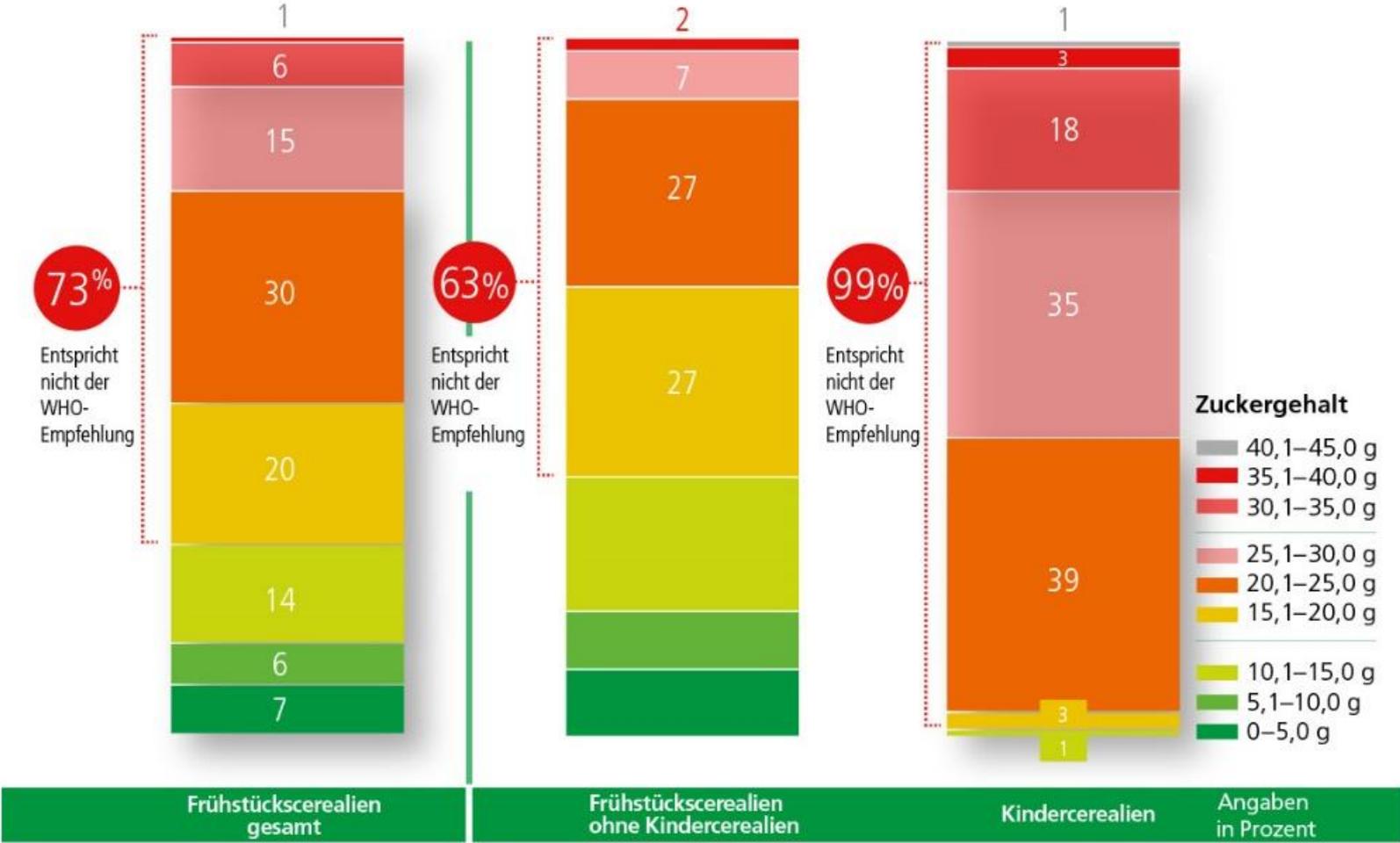


- Produkte aus der Kategorie Babycerealien, Teilmarkt Frühstückscerealien, diese Produkte sind oft im Babyregal positioniert
- Ausgeschlossen wurden alle Babybreie, ob mit oder ohne Milchpulverzusatz

Frühstückscerealien für Kleinkinder

Kindercerealien sind Zuckerbomben

Frühstückscerealien aufgeteilt nach Zuckergehalt – prozentuale Mengenverteilung



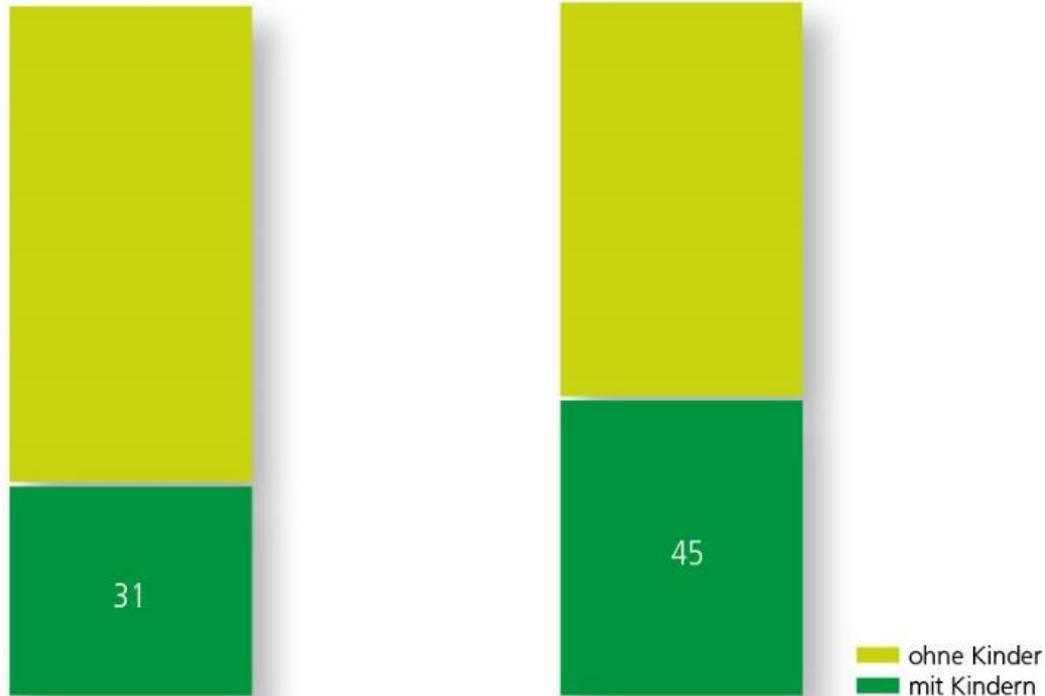
Familien kaufen besonders viele Cerealien

Verteilung der Haushalte mit/ohne Kinder in Prozent

22 % der Haushalte in Deutschland sind Familien,
aber ...

... fast ein Drittel der Cerealienkäufer
sind Familien

... Familien kaufen 45%
aller Frühstückscerealien



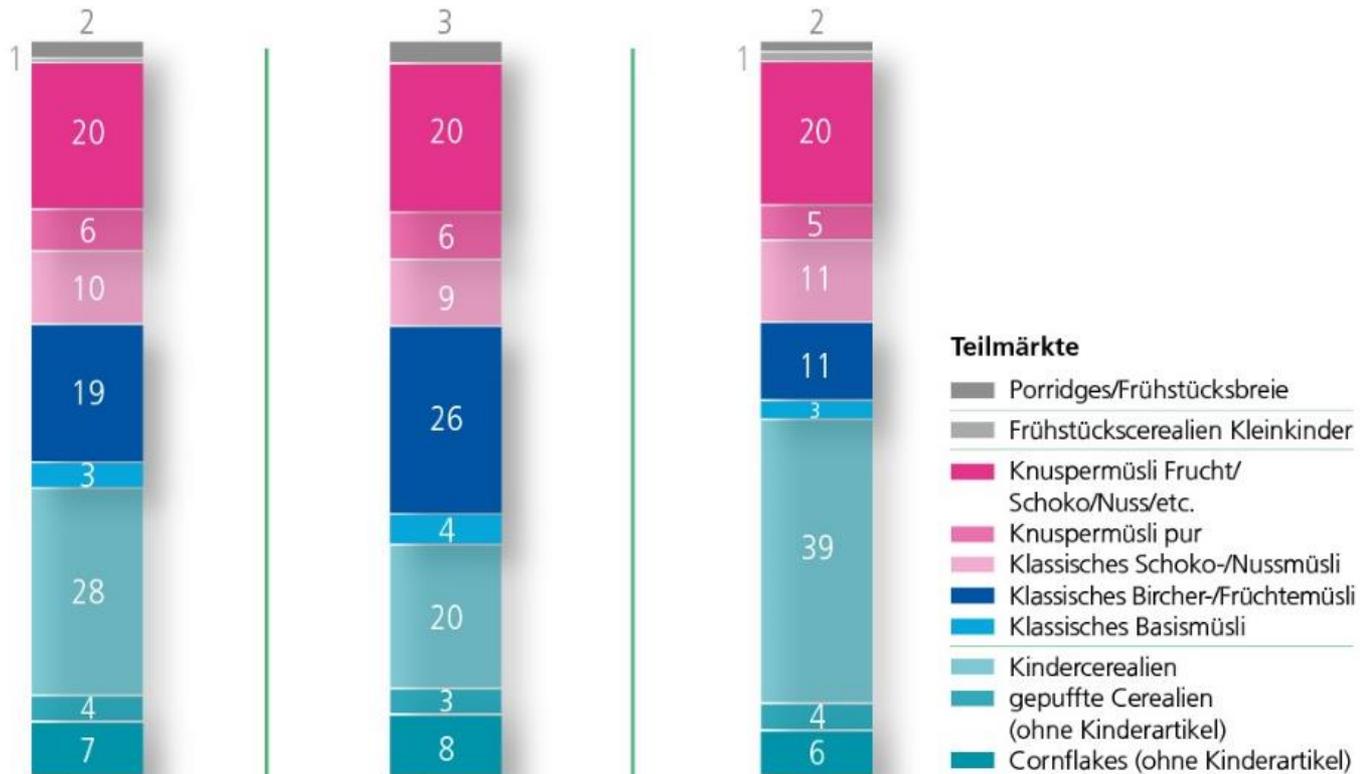
Anteil Haushalte

Menge

Angaben in Prozent

Familien kaufen vor allem süß

Familienstand und Kaufverhalten nach Teilmärkten – Anteil Menge in Prozent



Teilmärkte

- Porridges/Frühstücksbreie
- Frühstückscerealien Kleinkinder
- Knuspermüsli Frucht/Schoko/Nuss/etc.
- Knuspermüsli pur
- Klassisches Schoko-/Nussmüsli
- Klassisches Bircher-/Früchtemüsli
- Klassisches Basismüsli
- Kindercerealien
- gepuffte Cerealien (ohne Kinderartikel)
- Cornflakes (ohne Kinderartikel)

Käufer
Frühstückscerealien
Gesamt

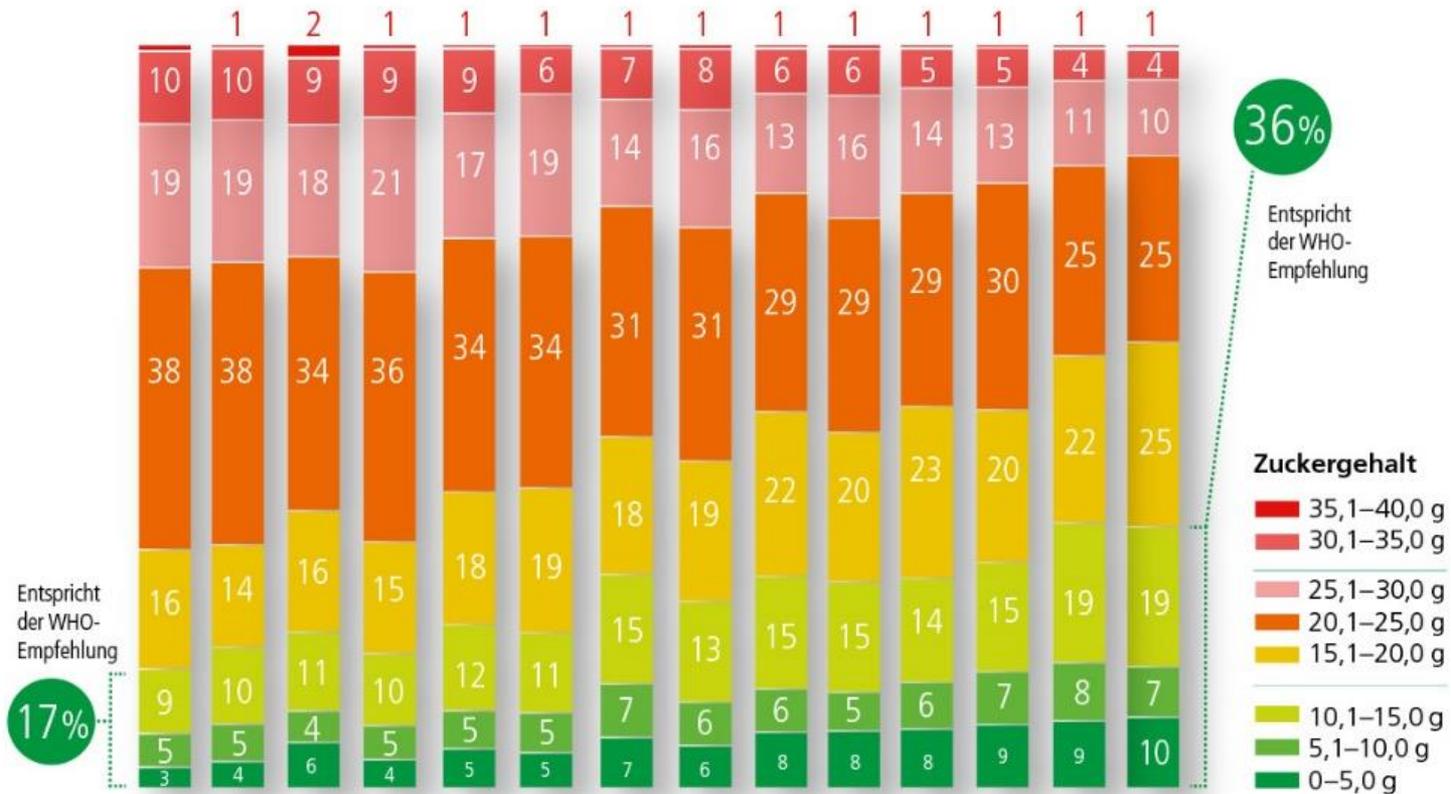
Ohne Kinder
54,8

Mit Kindern
45,2

Angaben in Prozent

Höheres Einkommen sorgt für eine gesündere Produktwahl

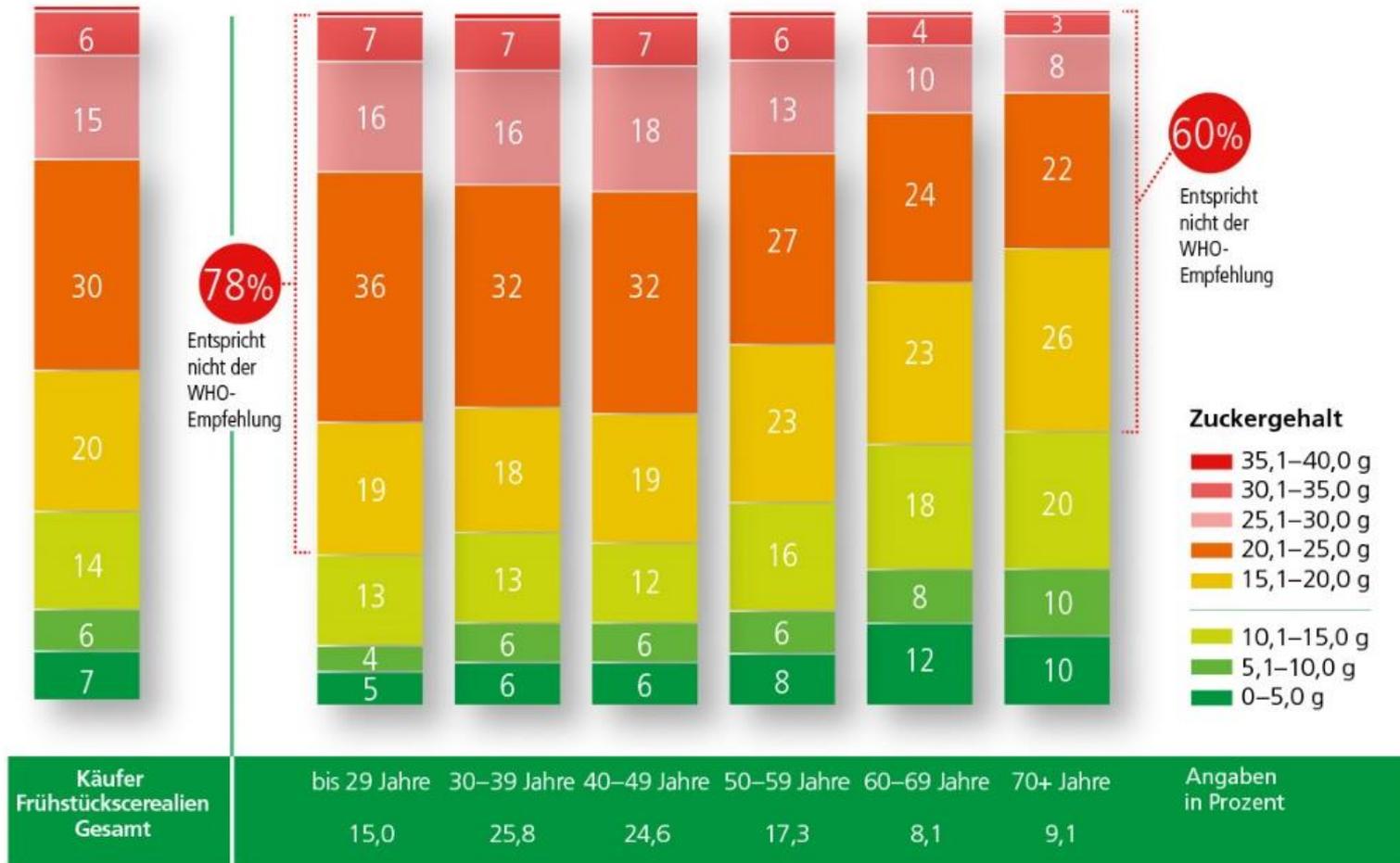
Zuckergehalte nach Nettoeinkommen pro Kopf – Anteil Menge in Prozent



bis 499 Euro 500–624 Euro 625–749 Euro 750–874 Euro 875–999 Euro 1.000–1.124 Euro 1.125–1.249 Euro 1.250–1.374 Euro 1.375–1.499 Euro 1.500–1.749 Euro 1.750–1.999 Euro 2.000–2.249 Euro 2.250–2.499 Euro 2.500 Euro und mehr

Jüngere Haushalte kaufen eher süß

Zuckergehalte nach Alter – Anteil Menge in Prozent



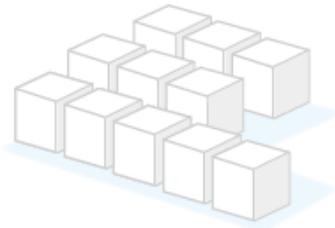
Eltern unterschätzen den Zuckergehalt von Lebensmitteln und Getränken



1. Deutscher Zuckerreduktionsgipfel



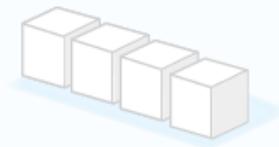
Tatsächliche Menge:



92% der Eltern unterschätzen Zuckermenge



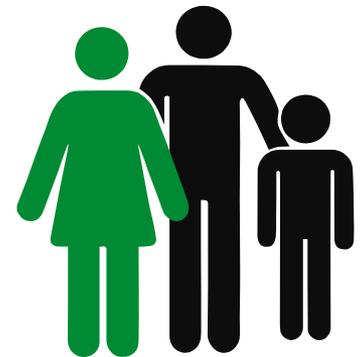
Geschätzte Menge:



Der Zuckergehalt eines handelsüblichen 250-Gramm-Fruktjoghurts beträgt ca. elf Zuckerwürfel. 92 Prozent der Eltern unterschätzten den Zuckergehalt deutlich. Durchschnittlich wurde der Zuckergehalt um sieben Zuckerwürfel unterschätzt.

Eltern unterschätzen den Zuckergehalt von Lebensmitteln und Getränken

- 92% der Eltern unterschätzten den Zuckergehalt von Lebensmitteln und Getränken teilweise massiv
- Durchschnittlich wurde der Zuckergehalt um 7 Zuckerwürfel oder ungefähr 64 Prozentpunkte unterschätzt
- **Je mehr** der Zuckergehalt **unterschätzt wird, desto höher** war der **BMI** der Kinder
- Um adäquate Ernährungsentscheidungen für ihre Kinder zu treffen, müssen Eltern abschätzen können, wie viel Zucker in Essen und Getränken enthalten ist



(Dallacker et al., 2018)

Unternehmen werben gezielt für ungesunde Produkte bei Kinder

- Mehr als **60 Prozent aller Webseiten** für Lebensmittel nutzen spezielle Elemente, mit denen Minderjährige gezielt zum Konsum animiert werden
- Überwiegend werden **Produkte mit zu hohem Zucker-, Salz- oder Fettgehalt** beworben
- **Kinder** kommen **täglich** zwischen **8 und 22 Mal** mit **Online-Werbeaktivitäten** von Lebensmittelherstellern in Kontakt
- Unternehmen nutzen Kindermarketing für ungesunde Lebensmittel **trotz freiwilliger Verpflichtung** im Rahmen des EU-Pledge
- **Freiwillige Selbstverpflichtung** von Unternehmen im Rahmen des EU-Pledge ist **wirkungslos**

(Effertz, 2017)

Die politische Diskussion der vergangenen Legislatur in Deutschland

Die Nationale Reduktions- und Innovationsstrategie für Zucker, Fette und Salz in Fertigprodukten des BMEL

DIE HANDLUNGSFELDER DER REDUKTIONS- UND INNOVATIONSSTRATEGIE

1 **Kinder und Jugendliche stärken**
Im Fokus: Produkte mit Kinderoptik, Säuglings- und Kleinkindernahrung, Schul- und Kitaessen

4 **Salz reduzieren**
Im Fokus: Salzspeisen, Unterstützung des Handwerks

2 **Zucker reduzieren**
Im Fokus: Absenkung der Gesamtkalorien, Verbesserung der Nährstoffzusammensetzung

5 **Forschung und Innovation fördern**
Im Fokus: Ausweitung von Forschungs- und Innovationsvorhaben, transparente Kommunikation

3 **Fette reduzieren**
Im Fokus: industrielle trans-Fettsäuren, gesättigte Fettsäuren

6 **Ernährungskompetenz steigern**
Im Fokus: Aufklärungskampagnen, Wissen verständlich vermitteln

[bmel.de](https://www.bmel.de) 

- Primär freiwillige Prozess- und Zielvereinbarung
- Umsetzung der Ziele bis 2025
- Transparenz durch digitale Plattform
- Begleitgremium



Zweifel an Erfolg durch freiwillige Prozess- und Zielvereinbarungen



Notwendigkeit für eine signifikante Reduktion von Zucker, Salz und Fett vor 2025



Mangelnde Berücksichtigung der Empfehlungen von Fachgesellschaften aus Gesundheits- und Verbraucherschutz im Begleitgremium

Unzureichende Ziele der Industrie in Bezug auf Zuckerreduktion

Wirtschaftsvereinigung Alkoholfreie Getränke e.V. (wafg):

15 prozentige Reduktion von Kalorien bzw. zugesetzten Zucker von bezogen auf die Jahre 2015 – 2025 in alkoholfreien Erfrischungsgetränken und fruchthaltigen Getränken

Deutscher Brauer Bund e.V.:

... empfiehlt ebenfalls eine auf das gesamte Portfolio bezogene Kalorienreduktion um 15% bei der Kategorie Erfrischungsgetränken für die Periode 2015- 2025.

Verband der deutschen Fruchtsaftindustrie e.V. (VdF)

.. setzt sich für eine schrittweise Reduzierung von zugesetztem Zucker in fruchthaltigen Getränken mit Zuckerzusatz um 15 % im Zeitraum 2015 bis 2025 ein.

Hersteller von Frühstückscerealien im Verband der Getreide-, Mühlen- und Stärkewirtschaft e.V. (VGMS)

Bei Frühstückscerealien werden bis Ende 2025 auf Basis des Jahres 2012 die Gesamtzuckeranteile der in ihrer Aufmachung an Kinder gerichteten Produkte um durchschnittlich mindestens 20 Prozent reduziert – gewichtet nach ihrem Absatz



Rückgang von Übergewicht und Adipositas bei Kinder und Erwachsenen auf Grund geringer und nicht wissenschaftsbasierter Ziele unrealistisch



Verjäherte Ausgangswerte auf Produktebene (2012 und 2015) statt Ausgangswerte aus den Jahren 2018/19



Lebensmittelhandel hat eigene Reduktionsstrategien für Eigenmarkenprodukte entwickelt und z.T. die Einführung des Nutri-Scores angekündigt

Forderungen der AOK an eine effektive Strategie zur Zuckerreduktion



-50% Reduktion des Zuckergehaltes in zuckergesüßten **alkoholfreien Erfrischungsgetränken** und des zugesetzten Zuckers in **Milchprodukten**



Frühstückscerealien sollten gemäß den **WHO-Empfehlungen** maximal **15 Gramm Zucker pro 100 Gramm** enthalten



Der Nutri-Score als **verständliche Lebensmittelkennzeichnung** soll als **verpflichtendes Modell auf EU-Ebene** eingeführt werden



Verbot von an Kinder gerichtete Werbung für stark zucker-, salz- und fett-haltige Lebensmittel, wenn das Produkt nicht dem Nährwertprofil der WHO entspricht



Verbindliche Umsetzung der Standards für die Kita- und Schulverpflegung



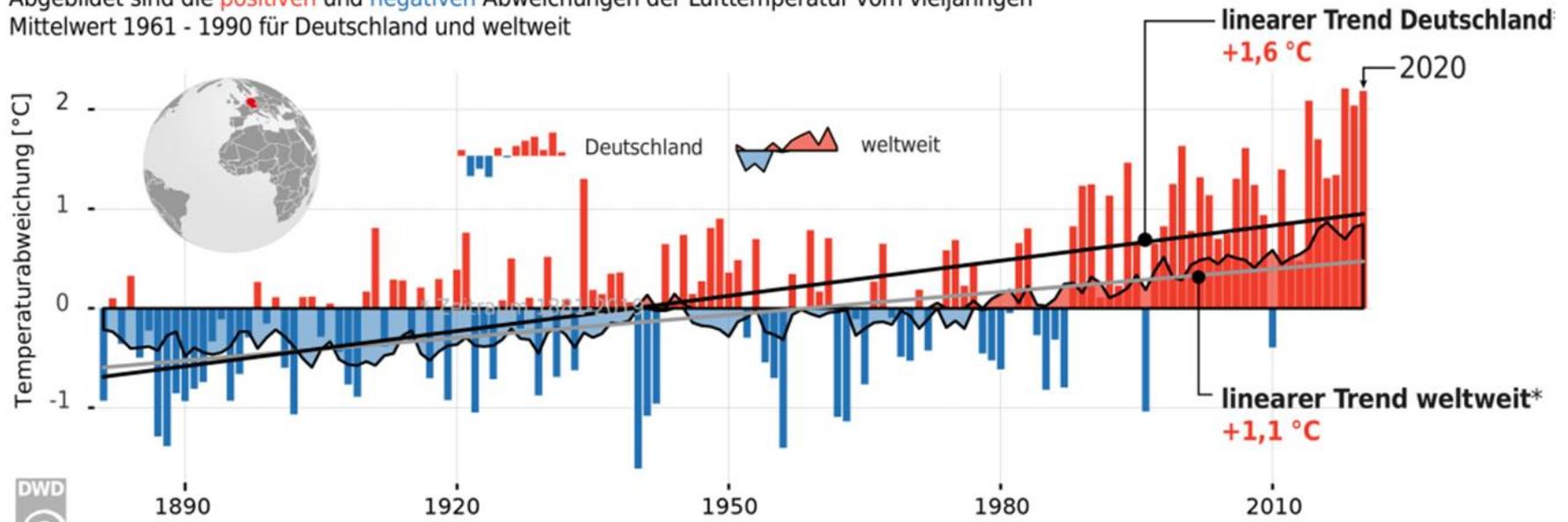
Umsetzung gesetzgeberischer Maßnahmen, u.a. in Bezug auf Softdrinks nach dem Vorbild Großbritanniens

**Die ernährungspolitische Diskussion
in Deutschland muss um die Aspekte
Klima und Nachhaltigkeit
ergänzt werden**

Der Klimawandel ist gekommen um zu bleiben!

Erwärmungstrend in Deutschland stärker als weltweit

Abgebildet sind die **positiven** und **negativen** Abweichungen der Lufttemperatur vom vieljährigen Mittelwert 1961 - 1990 für Deutschland und weltweit



www.dwd.de/klima |
2021 Quelle: Deutschland: DWD, Global: NOAA

* Zeitraum 1881-2020

Abb. 15: Vergleich der Temperaturentwicklung weltweit (Quelle: NOAA) und dem Gebietsmittel für Deutschland seit 1881. Die Geraden zeigen jeweils den linearen Trend im Gesamtzeitraum. Näheres zum Vergleich der globalen und nationalen Temperaturentwicklung findet sich unter www.dwd.de/DE/leistungen/besondereereignisse/temperatur/20200128_vergleich_de_global.pdf

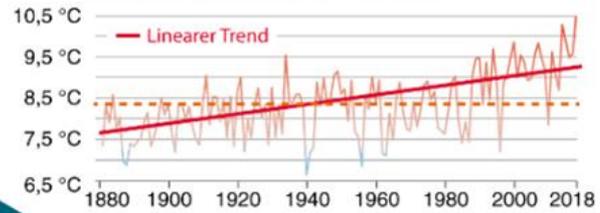
Was bedeutet das für uns in Deutschland?

Folgen der Erderhitzung in Deutschland

Bereits heute sind Folgen des Klimawandels in Deutschland spürbar und messbar

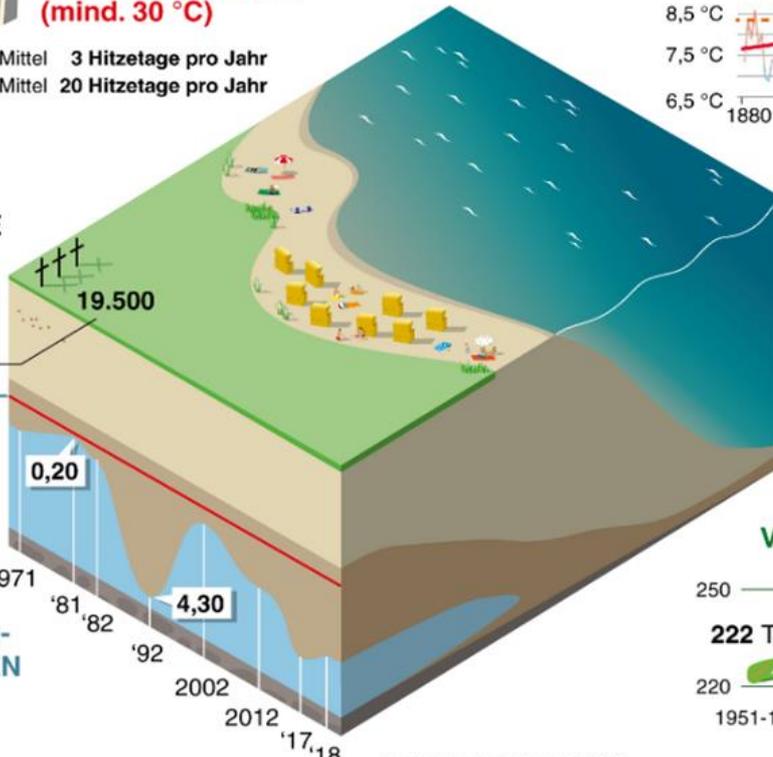


MITTLERE LUFTTEMPERATUR IST UM 1,5° IN DEUTSCHLAND GESTIEGEN



HITZEBEDINGTE TODESFÄLLE

Hitzebedingte Todesfälle in den Hitzesommern 2003, 2006 und 2015

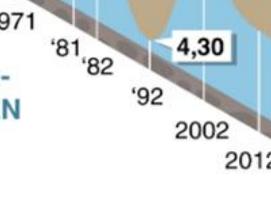


19.500

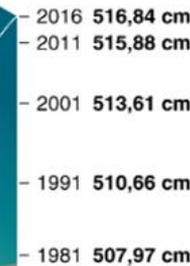
Anzahl der Monate mit Unterschreitung der Referenzwerte (Durchschnittswerte 1971-2000)

0,20

NIEDRIGE GRUNDWASSERSTÄNDE WERDEN HÄUFIGER

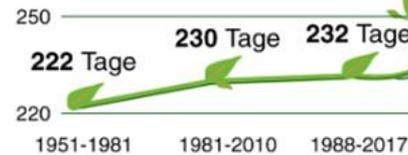


DER MEERESSPIEGEL STEIGT (am Beispiel Cuxhaven)



+8,9 cm

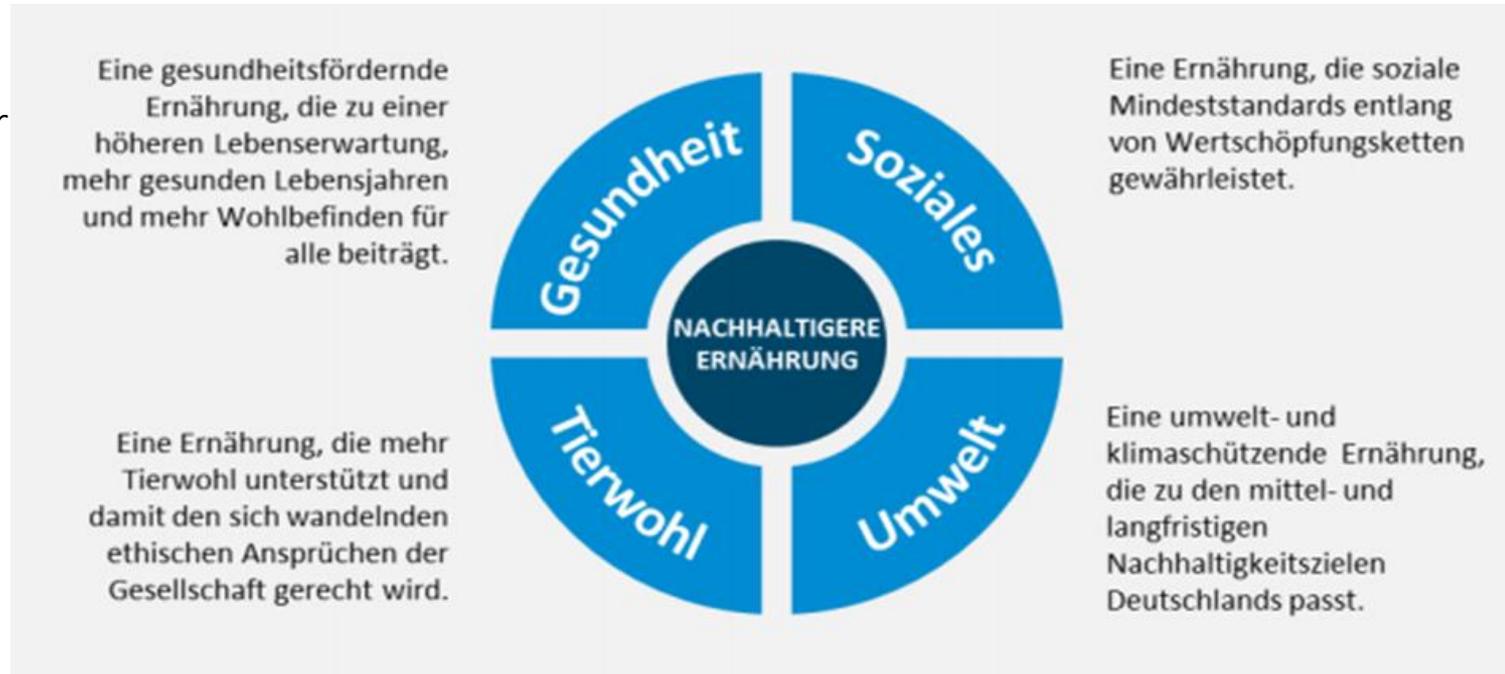
DAUER DER VEGETATIONSPERIODE



Quelle: Monitoringbericht 2019

Gutachten des **Wissenschaftlichen Beirats gesundheitlicher Verbraucherschutz** (WBAE, 2020): Integrierte Ernährungspolitik entwickeln und faire Ernährungsumgebungen gestalten

Die „**Big Four**“ nachhaltigerer Ernährung



Quelle: BMEL - Publikationen - Kurzfassung - Politik für eine nachhaltigere Ernährung: Eine integrierte Ernährungspolitik entwickeln und faire Ernährungsumgebungen gestalten - WBAE-Gutachten

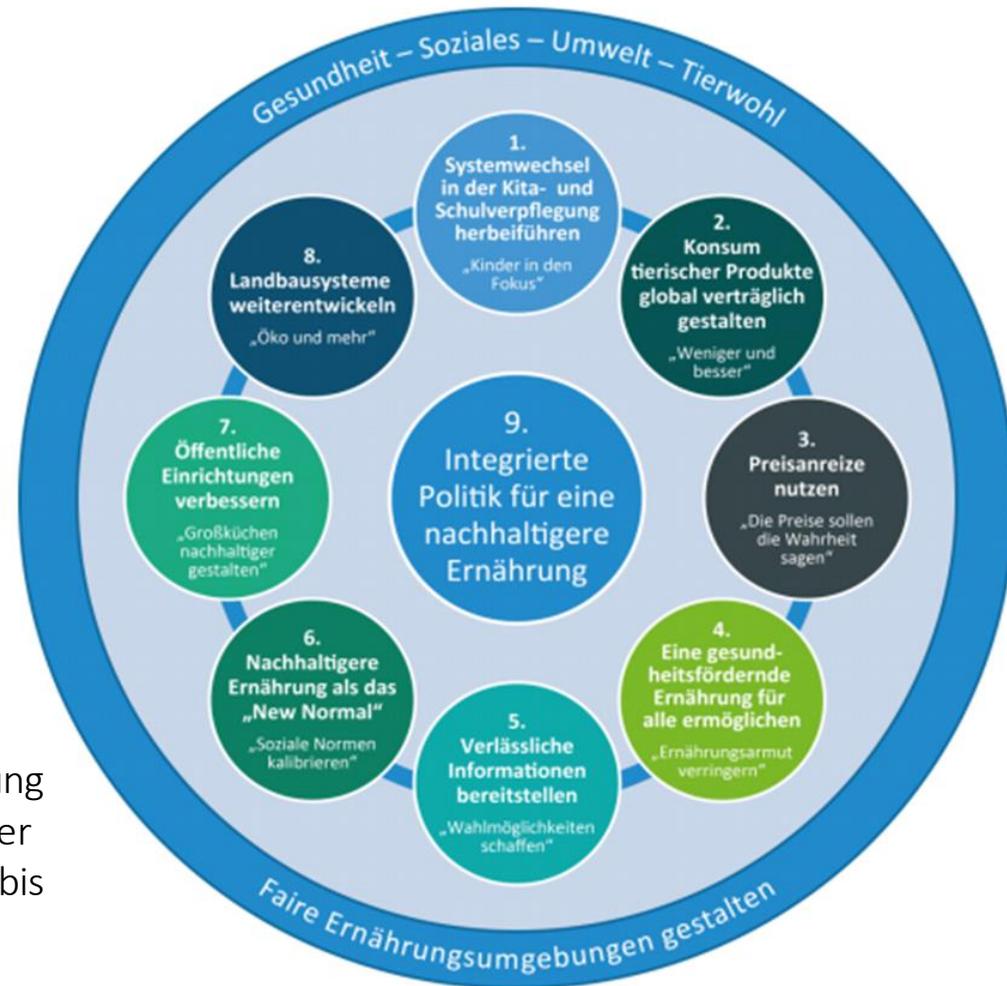
Kritik des Gutachtens:

Bestehende Rahmenbedingungen wenig nachhaltigkeitsförderlich, die Verantwortung wird zu stark auf das Individuum verlagert

Gutachten des WBAE: 9 zentrale Empfehlungen für eine integrierte Politik für eine nachhaltigere Ernährung

Fazit des Gutachtens:

- „Eine umfassende Transformation des Ernährungssystems ist sinnvoll, sie ist möglich, und sie sollte umgehend begonnen werden.“
- Die Realisierung der empfohlenen Maßnahmen würde erhebliche staatliche Mehrausgaben erfordern. Im Verhältnis zu den erwartbaren hohen gesellschaftlichen und individuellen Folgekosten der gegenwärtigen Ernährung würden diese Ausgaben allerdings eine gesamtgesellschaftlich gebotene Investition darstellen.
- Eine deutlich stärkere Vernetzung zwischen einzelnen Politik-Ressorts, insbesondere Ernährung und Landwirtschaft, Gesundheit und Umwelt, aber auch zwischen Politikerebenen von der Kommune bis hin zur EU erforderlich.



Quelle: BMEL - Publikationen - Kurzfassung - Politik für eine nachhaltigere Ernährung: Eine integrierte Ernährungspolitik entwickeln und faire Ernährungsumgebungen gestalten - WBAE-Gutachten

Klimabilanz von Lebensmitteln

Fleischkonsum

Wie viel Fleisch essen die Deutschen pro Jahr? *(in Kilogramm pro Kopf)*

	1995	2000	2005	2010	2015	2020
Rind- und Kalbfleisch	 11,5	 9,7	 8,4	 8,9	 9,5	 9,8
Schweinefleisch	 39,8	 39,5	 39,5	 40,2	 37,9	 32,8
Geflügelfleisch	 8,0	 9,6	 10,5	 11,4	 12,0	 13,3
Fleisch gesamt	62,1	61,5	60,4	62,4	61,1	57,3

Das steckt hinter einem Kilogramm Rindfleisch

- rund 30 Prozent des weltweit genutzten Wassers werden für die Erzeugung von tierischen Produkten verwendet

- der Futtermittelanbau den größten Anteil am Wasserverbrauch ein.

- für 1 Kg Rindfleisch werden bis zu 7 Kilogramm Futtermittel und 15.300 Liter Wasser benötigt)

→ Mit dieser Wassermenge könnte man ein Jahr lang täglich duschen.

Klimabilanz von Lebensmitteln

AOK-Fokus Gemeinschaftsverpflegung



Ziele im Bereich Gemeinschaftsverpflegung

- Anteil an Bio-Essen in Kindertagesstätten, Schulen, Kantinen, Mensen und beim Catering in öffentlichen Einrichtungen erhöhen
- Reduktion des Fleischanteils
- Besseres Essen für alle ohne Mehrkosten (Bsp. Kopenhagen Modell)
- Ganzheitlicher Ansatz: Entwicklung einer Ernährungsstrategie die alle Bereiche des Ernährungssystems: Erzeugung, Verarbeitung, Versorgung und Entsorgung abdeckt
- Reduktion der Müll- und Lebensmittelentsorgung

AOK-Ansatz

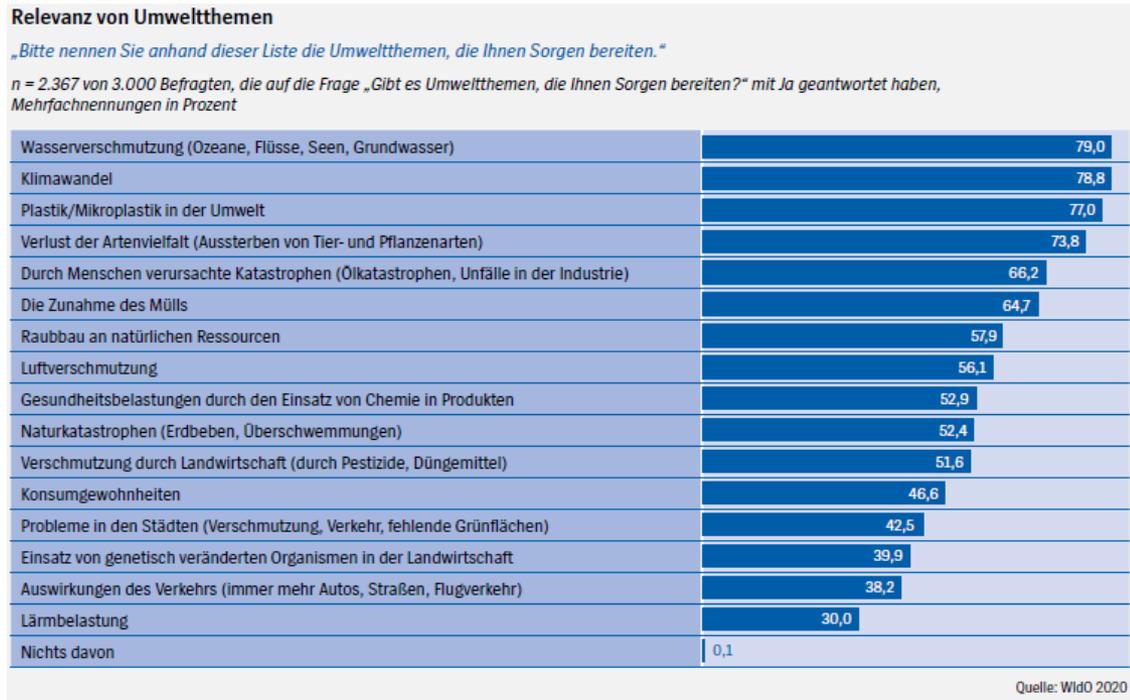
Die vier Bereiche



WIdO-Monitor

Studie: „Gesundheitliche Belastungen durch Umwelteinflüsse“

- Umweltschutz hat für die Menschen über alle gesellschaftlichen Schichten hinweg eine große Bedeutung
- Für die meisten (78,9%) gibt es mehrere Umweltthemen, die Ihnen Sorge bereiten
- Mehr als drei Viertel der Befragten sorgen sich „stark“ oder „sehr stark“ (76,4%) um die Gesundheit unserer Kinder und Enkelkinder
- Drei Viertel sind aufgeschlossen selbst zum Umweltschutz beizutragen



WIdO Versorgungsreport 2021

Schwerpunkt: Klima und Gesundheit

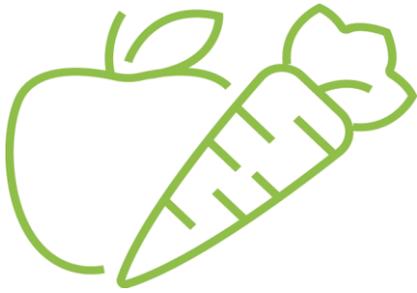
- Die Analyse des Klimaforschungsinstitut Mercator Research Institute on Global Commons and Climate Change (MCC) belegt, dass jeder vierte AOK-Versicherte über 65 Jahre überdurchschnittlich gefährdet ist, an heißen Tagen gesundheitliche Probleme zu bekommen und ins Krankenhaus zu müssen.
- An Hitzetagen mit über 30 Grad Celsius kam es in im Durchschnitt der Jahren 2008 bis 2018 hitzebedingt zu drei Prozent mehr Krankenhausesinweisungen in dieser Altersgruppe, dies entspricht 40 hitzebedingten Klinikeinweisungen je Million Älterer – zusätzlich zum normalen Tagesschnitt von 1.350 Einweisungen.
- Die Wissenschaftler prognostizieren, wenn die Erderwärmung ungebremst voranschreitet, könnte sich bis zum Jahr 2100 die Zahl der hitzebedingten Klinikeinweisungen versechsfachen!
- Die bundesweite Onlinebefragung (n=3006) des WIdOs zu zentralen Fragestellungen des Klima- und Gesundheitsbewusstseins der Bevölkerung zeigt, das deutlicher Informationsbedarf der Bevölkerung zu den gesundheitlichen Risiken des Klimawandels wie Hitze, UV-Strahlung, Luftschadstoffe und Pollenallergene besteht. Ebenso ist das Schutzverhalten, insbesondere der Älteren, starke verbesserungsfähig.



Best Practice aus dem AOK-System Arzneimittelausschreibungen - Neue Standards

- Das Nachhaltigkeit und Klimaschutz im Vertragsbereich gehören für die AOK-Gemeinschaft bereits zur Geschäftspolitik.
- 2020 hat die AOK-Gemeinschaft eine Initiative für bessere Versorgungssicherheit, Arbeits- und Umweltschutzstandards im Bereich der Arzneimittelproduktion gestartet.
- Ausschreibung für antibiotische Wirkstoffe setzt neue Standards für Versorgungssicherheit und Umweltschutz:
 - Einhaltung von am Produktionsstandort geltenden Vorgaben zu Grenzwerten für Arzneimittelrückstände im Produktionsabwasser
 - Sicherstellung der Gesundheit der eigenen Beschäftigten sowie der der Zulieferer
 - Gewährleistung der Versorgungssicherheit durch stabile Lieferketten





Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit!

Prof. Dr. med. Kai Kolpatzik, MPH, EMPH
Abteilungsleiter Prävention

AOK-Bundesverband
Rosenthaler Straße 31
10178 Berlin

Fon 030 34646 2228
Kai.kolpatzik@bv.aok.de



Hintergründe

Zahlen und Fakten – CO₂

- In Deutschland lebt etwa ein Prozent der Weltbevölkerung, aber Deutschland verursacht mehr als zwei Prozent der Welt-Emissionen von CO₂ (DKK, 2020)
- Deutschland liegt mit jährlich 800 Millionen Tonnen weltweit an sechster Stelle der größten Verursacher von CO₂. Die EU liegt mit 3,5 Milliarden Tonnen weltweit an Platz 3 (EDGAR-Datenbank, 2017)
- Für die Zukunft gibt es unterschiedliche Klimasimulationen. In dem Weiter-wie-bisher-Szenario für Baden-Württemberg würde es bis zum Jahr 2070 zu weiteren Temperatursteigerungen kommen. Konkret sind dies rund 37 Sommertage (Tage mit Temperaturmaximum > 25° C), 17 Hitzetage (Tage mit Temperaturmaximum > 30° C) und 10 tropische Nächte (Tage mit Temperaturminimum > 20° C) mehr als heute (Jacob et al., 2020)
- Der CO₂-Fußabdruck des deutschen Gesundheitssektors ist beträchtlich. Er macht etwa 5 Prozent der nationalen Treibhausgasemissionen aus und trägt direkt zum Klimawandel bei (Lancet Countdown Deutschland, 2019)