

Stellungnahme der Einzelsachverständigen
Dr. Andrea Lambeck

Deutscher Bundestag
Ausschuss für
Ernährung und Landwirtschaft
Ausschussdrucksache
19(10)159-E
ÖA "Ernährung" am 24. Juni 2019
17. Juni 2019

für die 32. Sitzung
des Ausschusses für Ernährung und Landwirtschaft

öffentliche Anhörung zu:

- Antrag der Fraktion der FDP

Mehr Bildung, Bewegung und besseres Essen
BT-Drucksache 19/9926,

- Antrag der Fraktion DIE LINKE.

Für eine zukunftsweisende und soziale Ernährungspolitik

Besonders für Kinder

BT-Drucksache 19/7025

und

- Antrag der Fraktion BÜNDNIS 90/DIE GRÜNEN

Gesunde Ernährung im Alltag einfach machen

Ernährungswende umsetzen

BT-Drucksache 19/6441

am Montag, dem 24. Juni 2019,

12:30 Uhr bis 14:30 Uhr

Paul-Löbe-Haus,

Konrad-Adenauer-Str. 1 , 10557 Berlin,

Sitzungssaal: E.400

Deutscher Bundestag
Ausschuss für Ernährung und Landwirtschaft
Platz der Republik 1
11011 Berlin

Dr. Andrea Lambeck
Geschäftsführerin
0228 28922-0
a.lambeck@vdoe.de

Bonn/Berlin, 14. Juni 2019

Öffentliche Anhörung am 24. Juni 2019

Stellungnahme zu

- dem Antrag der FDP „Mehr Bildung, Bewegung und besseres Essen“ (BT-Drucksache 19/9926)
- dem Antrag der Fraktion DIE LINKE „Für eine zukunftsweisende und soziale Ernährungspolitik – Besonders für Kinder“ (BT-Drucksache 19/7025)
- dem Antrag der Fraktion BÜNDNIS 90/DIE GRÜNEN „Gesunde Ernährung im Alltag einfach machen – Ernährungswende umsetzen“ (BT-Drucksache 19/6441)

Als Oecotrophologin/Ernährungswissenschaftlerin und Geschäftsführerin des Berufsverbands Oecotrophologie e.V. stimme ich grundsätzlich positiv und optimistisch, dass alle drei Oppositionsfraktionen innerhalb weniger Monate einen Antrag zum Thema „Ernährung“ an den Deutschen Bundestag gestellt haben. Die Regierungskoalition ihrerseits hat im Koalitionsvertrag bereits wesentliche Punkte ihrer Ernährungsstrategie für die Legislatur formuliert und arbeitet an deren Umsetzung.

Besonders begrüßenswert finde ich, dass das Thema insgesamt sehr ganzheitlich angegangen wird, also über den gesundheitlichen Aspekt der Ernährung hinaus auch Aspekte wie die Nachhaltigkeit und die ökologische und die soziale Komponente der Ernährung betrachtet werden.

Zu den in den Anträgen formulierten teils unterschiedlichen, teils gleichlautenden Forderungen ist aus ernährungswissenschaftlicher Sicht folgendes zu bedenken:

Ernährungsbildung ist essentiell!

Veränderte gesellschaftliche Rahmenbedingungen haben dazu geführt, dass Ernährungswissen nicht mehr selbstverständlich von Generation zu Generation weitergegeben wird (Berufstätigkeit v.a. der Frauen, veränderte Haushaltsstrukturen, verändertes Konsumverhalten, verstärkter Außer-Haus-Verzehr, zurückgehende Haushalts- und Kochkompetenz). Kenntnisse über Lebensmittel und Ernährung erhalten Menschen zunehmend aus den Medien, vor allem auch aus den Sozialen Medien, sowie über Werbung und nicht über die klassischen Bildungsinstitutionen. Problematisch hierbei ist, dass die Qualität der Informationen nicht immer gesichert ist. Menschen brauchen jedoch

Orientierung, um sich in der „Nahrungsmittel-Umwelt“ (Formulierung aus dem Antrag der Fraktion DIE LINKE) zurecht zu finden.

- Erforderlich ist eine nachhaltige „Bildungsoffensive“ zur Steigerung der Ernährungs- und Lebensmittelkompetenz über die verschiedenen Lebenswelten hinweg (Kita, Schule, Erwachsenenbildung)
- Die Vermittlung von Ernährungs- und Lebensmittelkompetenz muss dauerhaft in Theorie und Praxis erfolgen!
- Besonders wichtig ist hier eine angemessene/ausreichende Qualifikation der Lehrkräfte!

Ernährungsberatung

Ernährungsberatung muss durch qualifizierte Fachkräfte durchgeführt werden. Im Bereich der krankenkassenfinanzierten Präventionsmaßnahmen ist dies durch den Präventionsleitfaden des GKV-Spitzenverbandes geregelt, dennoch tummeln sich auf dem Markt unzählige „selbsternannte“ Ernährungsberater und zunehmend auch Influencer, die mit teils abstrusen bis unverantwortlichen Empfehlungen auf das Essverhalten der Menschen Einfluss nehmen. Auch im Sinne des gesundheitlichen Verbraucherschutzes ist hier dringend Handlungsbedarf bei gleichzeitiger Stärkung des Tätigkeitsgebiets der professionellen Ernährungsberatung

Kennzeichnung

Ernährungsbildung bzw. die somit entwickelte Ernährungs- und Lebensmittelkompetenz ermöglicht Menschen sodann auch die Interpretation von Angaben auf der Verpackung – dennoch ist es sinnvoll, an einer schnell und leicht erfassbaren Kennzeichnung zu arbeiten. Es geht darum, bestmögliche Transparenz zu schaffen, dabei muss das System einfach und leicht verständlich sein, darf andererseits aber auch nicht zu stark vereinfachen. Ob eine farbliche Kennzeichnung wie die Ampelkennzeichnung oder der NutriScore oder aber eine nicht mit den klassischen Ampelfarben arbeitende Version, wie das Modell vom MRI oder der Vorschlag des BLL hilfreich ist, hängt sicher vom Interesse und von der Rezeptionsfähigkeit des Verbrauchers ab. Zusätzlich zu einer Verbraucherbefragung ist eine wissenschaftliche Untersuchung hierzu unumgänglich. Letztlich muss die Auswahl bzw. Entscheidung für oder gegen ein bestimmtes Produkt auch individuell getroffen werden (können); ein Mensch mit Hypertonie achtet stärker auf den Salzgehalt, ein Mensch mit einer Fettstoffwechselstörung eher auf den Gehalt an Fett und einzelner Fettsäuren. Ein zu befürchtender Nachteil der farblichen Nährwertkennzeichnung ist die Fehlinterpretation. Zum einen, weil stark zucker- oder fettreduzierte Produkte meist hochverarbeitet und damit nicht unbedingt gesundheitsförderlich aber grün gekennzeichnet sind (Stichwort Süßstoff statt Zucker). Zum anderen, weil manche Menschen, insbesondere solche mit einem problematischen Essverhalten, die Produkte mit roter Kennzeichnung als besonders attraktiv, weil zuckergesüßt und vollfett, folglich als wohlschmeckend identifizieren.

Die bisher übliche Lebensmittelkennzeichnung auf allen vorverpackten Lebensmitteln und Speisen ermöglicht dem interessierten und aufgeklärten Verbraucher eine Orientierung – erforderlich wäre jedoch auch eine Information zu den Nährwerten der frisch zubereiteten Speisen und auf losen Produkten. (Auch ein Vollkorncroissant aus dem Bio-Laden enthält viel Fett und somit viele Kalorien!)

Entscheidend ist eine insgesamt ausgewogene Ernährung – einzelne Lebensmittel hingegen als gut oder schlecht bzw. gesund oder ungesund zu bewerten, kann nicht zielführend sein. Dafür ist die Ernährung zu komplex und muss zudem als Teil eines insgesamt gesundheitsförderlichen Lebensstils mit ausreichend Bewegung, Schlaf und Entspannung, Stressbewältigung etc. gesehen werden.

Werbung

Werbung für Lebensmittel einzuschränken oder gar zu verbieten, ist vermutlich genauso wenig realistisch oder gar sinnvoll wie ein „Verbot der Meinungsmache“. In unserer Gesellschaft der Meinungsfreiheit gehört es meines Erachtens dazu, sich mit den Meinungen und Aussagen unterschiedlichster Absender auseinanderzusetzen und sich eine eigene Meinung zu bilden, wofür im Fall der Lebensmittelwerbung wiederum ein Mindestmaß an Ernährungsbildung hilfreich ist.. Hierzu gehört auch der Umgang mit und das Verständnis von Werbung – es ist unbedingt nötig, dies bereits in der Kindheit zu erlernen, da eine werbefreie Umwelt wohl eine Utopie sein dürfte. Zudem stellt sich die Frage, wie weit denn ein Werbeverbot gehen sollte oder müsste, um bestimmte Produkte für Verbraucher weniger präsent/begehrt zu machen?

Außer-Haus-Verzehr

Der Außer-Haus-Verzehr nimmt weiter zu. Immer mehr Menschen nehmen ihre Mahlzeiten außer Haus zu sich. Dabei verschwinden bereits die klassischen Mahlzeitenmuster; Stichwort „Snackification“ (Hanni Rützlers Food Report 2019). Passend zu den Bemühungen zur Verbesserung der Ernährungskompetenz sollten auch Anreize für die Verbesserung der Möglichkeiten für eine gesundheitsfördernde Ernährung außer Haus in den verschiedenen Lebenswelten geschaffen werden. (z.B. Qualität der Angebote der Gemeinschaftsgastronomie. Hier verweise ich auf die DGE-Qualitätsstandards sowie auf die Schulprogramme zur Steigerung des Gemüse- und Obstverzehrs sowie von Milch und (Leitungs-)Wasser). Die kostenlose oder zumindest -günstige Bereitstellung von Trinkwasser in der Gastronomie sowie im öffentlichen Raum halte ich auch unter dem Aspekt der Reduktion von Plastikflaschen/Müllvermeidung für eine gute Idee.

Kostenfreie Verpflegung

Eine kostenfreie Verpflegung, wie sie die Fraktion DIE LINKE fordert, mag in Kitas die Beteiligung aller Kinder an der Verpflegung erst ermöglichen und ist daher zu begrüßen. Ab dem Schulalter sollten Kinder jedoch auch im Sinne der Wertschätzung für Lebensmittel lernen, dass Essen einen Wert/Preis hat. Zudem hat die unlängst veröffentlichte SLIC-Studie (Size and Lung Function in Children) in einer Untersuchung mit 2.171 Grundschulern aus 13 Londoner Bezirken gezeigt, dass Kinder, die in einer Schulmensa kostenlos verköstigt werden, zu Übergewicht neigen.

Frische Zubereitung

Die Annahme, dass **eine frische Zubereitung** der Speisen notwendig und grundsätzlich besser ist, ist ernährungsphysiologisch nicht haltbar. Viele Kriterien sind entscheidend, u.a. Rezepturen, Warmhaltezeiten bzw. zeitlicher Abstand zwischen Ernte, Verarbeitung und Verzehr.

Hartz-IV-Sätze

Die Frage, ob die Hartz-IV-Sätze für eine gesunde Ernährung ausreichen, ist nicht eindeutig zu beantworten, wenngleich es hierzu schon diverse wissenschaftliche Arbeiten gibt. Die Aussage, dass „billige“ Nahrungsmittel per se schlechter seien und weniger wertvolle Mikronährstoffe enthalten, ist fachlich nicht korrekt! Es hat sich gezeigt, dass ein geringes Haushaltsbudget häufiger mit einer mangelnden hauswirtschaftlichen Kompetenz einhergeht. Mit entsprechender Kenntnis lässt sich sehr wohl mit wenig Geld eine ausgewogene Ernährung gestalten (saisonaler Einkauf, Vorratshaltung, Speiseplanung, Resteverwertung).

Die Forderung der Fraktion DIE LINKE nach einer Kindergrundsicherung führt ggf. zu Alternativen für die Auszahlung von Kindergeld. Dies ist jedoch eine politische und keine ernährungswissenschaftlich zu beantwortende Frage.

Steuer

Die von der Fraktion BÜNDNIS 90/DIE GRÜNEN geforderte Steuer auf einzelne Lebensmittel (Softdrinks) bzw. Inhaltsstoffe (Zucker) führt ist wissenschaftlich noch nicht langfristig untersucht. Auch wenn hiermit das Einkaufsverhalten bezüglich bestimmter Produkte gelenkt wird, führt dies nicht automatisch zu einer gesünderen Ernährung, da Kompensationseffekte zu erwarten sind (Nachsüßen, Auswahl anderer Getränke, wie z.B. Saft).

Darüber hinaus kann durch die Veränderung der Preise für die einzelne Produkte innerhalb einer Kategorie das Thema „Wertschätzung von Lebensmitteln“ negativ beeinflusst werden; teure, also hochwertige Produkte mit viel Zucker; preiswerte, minderwertige Produkte mit wenig Zucker.

Da das Hauptkriterium beim Einkauf von Lebensmitteln der Geschmack, und nicht der Preis ist, ist es aus meiner Sicht sinnvoller, die Hersteller durch die Reduktions- und Innovationsstrategie zur Entwicklung wohlschmeckender und gleichzeitig zuckerreduzierter Produkte zu animieren, sowie zu konkreten Commitments aufzufordern.

Erforderlich ist eine Kombination aus Verhältnis- und Verhaltensprävention!

Die Aussage, dass Verhaltensprävention ineffektiv sei, ist nicht haltbar.

Letztlich wirkt die **Reduktions- und Innovationsstrategie** des BMEL über Verhältnis- und Verhaltensprävention. Wenn die Verhältnisse verändert werden (hier das Lebensmittelangebot) muss auch der Verbraucher das Verhalten ändern, nämlich die veränderten Lebensmittel akzeptieren und nicht etwa nachsalzen oder nachsüßen.

Ursachen von Übergewicht und Adipositas sind multifaktoriell – ihnen kann nur mit einem gesamtgesellschaftlich getragenen Maßnahmenbündel entgegengewirkt werden; Rahmenbedingungen für einen gesundheitsförderlichen Lebensstil verbessern; Räume und Anreize für Bewegung, Angebote an schmackhaften und ausgewogenen Speisen in Bildungs- und sonstigen öffentlichen Einrichtungen (Kitas, Schulen, Mensen, Krankenhäuser, Senioreneinrichtungen, Behörden und auch in staatlichen Betrieben, wie z.B. der Bahn) → betriebliches Gesundheitsmanagement

Letztlich wird sich ein Angebot an „gesünderen“ oder vorteilhafteren Lebensmitteln und Speisen dann durchsetzen, wenn die Verhaltensprävention gewirkt hat und wenn die Produkte zugleich attraktiv sind.

Kalorien – entscheidend ist die Energiebilanz! Eine alleinige Reduktion der Energiezufuhr ist unter dem Aspekt der Körperzusammensetzung weder für die Prävention, noch für die Therapie von Übergewicht ausreichend – für einen gesunden Körper ist regelmäßige ausreichende Bewegung und damit eine Erhöhung des Energieverbrauchs erforderlich. Nur so kann stoffwechselaktive Muskelmasse erhalten und aufgebaut werden.

Abgesehen davon hat die Nationale Verzehrstudie NVS II eindrücklich aufgezeigt, dass die Kalorienaufnahme in Deutschland im wünschenswerten Bereich liegt, bei Frauen sogar im unteren Empfehlungsbereich, kann eine zu starke Fokussierung auf den Kaloriengehalt einzelner Lebensmittel auch zu einer unausgewogenen Ernährung führen.

In diesem Zusammenhang möchte ich vor einer übermäßigen Betonung des Körpergewichts und des Kaloriengehalts von Lebensmitteln warnen, da hiermit das Problem der Ess-Störungen gefördert werden kann, was insbesondere bei jungen Mädchen nach wie vor zunimmt.

Forschungsbedarf

Grundsätzlich besteht Forschungsbedarf und die Wirksamkeit von Maßnahmen der Prävention muss durch wissenschaftliche Begleitung evaluiert werden. An dieser Stelle möchte ich daher den dringenden Appell an alle Entscheider richten, die Rahmenbedingungen für Gesundheitsförderung und Prävention, sowie für die begleitende Forschung zu verbessern. Mit zu kurzen Projektlaufzeiten und unzureichender finanzieller Ausstattung lässt sich Gesundheitsförderung und Prävention mittels Ernährung nicht nachhaltig und qualitätsgesichert umsetzen, geschweige denn optimieren.