

Kurzfassung

Weniger Übergewicht durch mehr Information?

Möglichkeiten und Grenzen einer erweiterten Kennzeichnung von Lebensmitteln

Prof. Dr. Andreas Hahn, Hannover

„GDA-Nährwertkompass“ versus „Ampelkennzeichnung“ – welches Modell für eine erweiterte Lebensmittelkennzeichnung überzeugt? Beide Modelle bieten Anlass zur Kritik, wird doch der Energie- und Nährstoffgehalt eines Lebensmittels in Bezug zur gewünschten Aufnahme gestellt. Während damit verbundene Unschärfen beim GDA-Nährwertkompass durch Aufklärung behoben werden könnten, ist die durch die Farben rot (hoch), gelb/orange (mittel) und grün (niedrig) wertende Vorgehensweise bei der „Ampelkennzeichnung“ als willkürlich anzusehen. Denn es liegen keine wissenschaftlich abgesicherten und begründbaren Grenzwerte für die Zufuhr von Energie und Nährstoffen aus einem einzelnen Lebensmittel vor. In gesundheitlicher Hinsicht ist ein einzelnes Lebensmittel ein „Nichts“.

Grundsätzlich besteht in der Ernährungswissenschaft Konsens darüber, dass der Einfluss der Ernährung auf die Gesundheit immer nur auf Basis einer langfristigen Kostform insgesamt beurteilt werden kann. Dabei kann lediglich annäherungsweise eine Aussage dazu getroffen werden, welche Lebensmittelgruppen welchen Anteil in der Ernährung stellen sollten. In keiner Form ist es indes möglich, kurzfristig und auf der Ebene einzelner Lebensmittel Bewertungen vorzunehmen. Aus heutiger Sicht ist eine präventiv orientierte Ernährungsweise durch einen hohen Anteil an Gemüse und Obst sowie Vollkornprodukten gekennzeichnet. Aber auch alle anderen Lebensmittel besitzen eine Bedeutung im Speiseplan – Verbote bestehen nicht. Somit führt auch eine farbliche Wertung die Verbraucher in die Irre. Während eine rote Kennzeichnung ein Verbot signalisiert, wiegt eine grüne Kennzeichnung in vermeintlicher Sicherheit, die „richtige“ oder gesunde Wahl getroffen zu haben.

Mehr Gesundheit durch erweiterte Kennzeichnung?

Stillschweigend wird vorausgesetzt, dass der Kennzeichnung eines Lebensmittels eine Schlüsselrolle beim Verzehr zukommt. Betrachtet man jedoch die kürzlich veröffentlichten Daten der Nationalen Verzehrsstudie II wird deutlich: Nur rund 20 Prozent der Konsumenten nutzen Lebensmittelverpackungen mehr-

mals pro Woche bis täglich, um sich Ernährungsinformationen zu beschaffen. Insgesamt ist die Vorstellung, Fehlernährung und damit Übergewicht und seine Folgen ließen sich mit mehr Information beseitigen, von geradezu absurder Schlichtheit: Das Wirkungspotenzial einer solchen erweiterten Kennzeichnung wird bei weitem überschätzt. Dies wäre nur gegeben, wenn die kognitive Komponente beim Essen im Vordergrund des individuellen Verhaltens steht. Studien belegen aber, dass Essen keinesfalls auf einen physiologisch-rationalen Prozess reduziert werden kann.

Was alles ist zu kennzeichnen?

Die GDA- und die Ampel-Kennzeichnung berücksichtigen nur Zucker, Fett, gesättigte Fettsäuren und Natrium/Salz. Immerhin: Beim GDA-Modell wird noch der Energiegehalt ausgewiesen, und alle Angaben erfolgen absolut und in Prozent des Richtwertes für die Tageszufuhr basierend auf einer Ernährung mit 2.000 kcal und pro Portion. Die Ampel bezieht alle Angaben lediglich auf 100 Gramm, nicht auf eine Portion. Dabei sind die Portionsgrößen bei Lebensmitteln und Speisen höchst unterschiedlich und nicht einheitlich 100 Gramm. Unverzichtbar dürfte eine Angabe des Brennwertes sein, schon vor dem Hintergrund der Prävalenz des Übergewichts. Ob und wenn in welcher Menge zum Beispiel Natrium/Salz und Zucker als unerwünscht anzusehen sind, ist nicht klar. Diskutiert werden müsste zudem, ob nicht auch eine Kennzeichnung von Stoffen wie Vitamin D, Jod oder Omega-3-Fettsäuren, die gesundheitsförderliche Wirkungen ausüben und häufig nicht in der wünschenswerten Menge aufgenommen werden, zwingend erfolgen sollte. Bislang hat noch keine breite wissenschaftliche Diskussion darüber stattgefunden, welche Nährstoffe in eine Kennzeichnung einbezogen werden sollten.

Ganzheitlichkeit ist gefragt

Eine ganzheitliche Aufklärung des Verbrauchers über einen gesunden Lebensstil, das Erlernen der Bedeutung von Lebensmitteln und die Vermittlung von Handlungskompetenz – beginnend in der Familie und im Kindergarten bis hin zu allen gesellschaftlichen Bereichen – müssen weiterhin im Vordergrund stehen. Ganzheitlichkeit ist bei den vorliegend diskutierten Modellen aber schon deshalb nicht gegeben, weil sie ohnehin nur verpackte Lebensmittel berücksichtigen, nicht aber an Theken und Ständen verkaufte Produkte und keine in der Gastronomie und der Gemeinschaftsverpflegung zubereiteten Speisen.

REDAKTION UND RÜCKFRAGEN

:RELATIONS GESELLSCHAFT FÜR KOMMUNIKATION MBH

MÖRFELDER LANDSTR. 72 · 60598 FRANKFURT/M. · TEL.: (069) 963652-0 · FAX: (069) 963652-15 · E-MAIL: WPD@RELATIONS.DE