

# Die Digitale Ernährungswelt: Apps und Co. auf dem Prüfstand

Kirsten Schlegel-Matthies, Universität Paderborn

Die Digitalisierung hat inzwischen das gesamte Leben durchdrungen und dazu geführt, dass mittlerweile Wearables, Apps und Online-Portale zu Ernährung, Fitness, Gesundheit usw. den Alltag der Menschen prägen. Scheinbar unbegrenzte Möglichkeiten der Beeinflussung und Verbesserung von Lebensstilen, Bewegungsverhalten und Ernährungsweisen tun sich auf. Für Bildungsmaßnahmen bieten sich vermeintlich Potenziale durch die Nutzung „zielgruppengerechter“ bzw. „zielgruppenorientierter“ Onlineanwendung und Smartphone-Apps.

Die Zahl der Apps zum Themenbereich Ernährung wächst stetig und ist kaum überschaubar. Ebenso unüberschaubar sind die Anwendungsinhalte, von reinen Wissens- und Informations-Apps über Einkaufshilfen, Speisepläne, Rezeptangebote, Kalorienberechnungen bis hin zu Beratungs- und Coaching-Apps, Apps zur Berechnung des individuellen Ernährungsstatus, Apps für Bildungsmaßnahmen usw. Bisher wenig in den Fokus kommt dabei die Frage danach, was Ernährungs-Apps überhaupt leisten können, welche Begleiterscheinungen und Konsequenzen mit ihrer Nutzung verbunden sind und welchen tatsächlichen Nutzen sie überhaupt haben.

Der Vortrag wird diesen Fragen nachgehen und insbesondere den Fokus auf die Nutzung von Ernährungs-Apps für Bildungsmaßnahmen legen. Können Ernährungs- Apps einen sinnvollen Beitrag zur Ernährungsbildung leisten? Wie müssten solche Apps dann gestaltet sein? Wo sind die Grenzen und vielleicht sogar Gefahren solcher Apps für Ernährungsbildung? Der Vortrag versucht dieses Spannungsfeld mit Berücksichtigung des REVIS-Referenzrahmens auszuloten.

## Literatur:

Gigerenzer, G., Schlegel-Matthies, K., Wagner, G. G.: Digitale Welt und Gesundheit. eHealth und mHealth – Chancen und Risiken der Digitalisierung im Gesundheitsbereich. Veröffentlichungen des Sachverständigenrats für Verbraucherfragen.

[[www.svr-verbraucherfragen.de/wp-content/uploads/2016/01/Digitale-Welt-und-Gesundheit.pdf](http://www.svr-verbraucherfragen.de/wp-content/uploads/2016/01/Digitale-Welt-und-Gesundheit.pdf)]