

ernährung heute 3_2019

Gesprächsbasis Evidenz oder Emotion?

fokus

Ernährungsstudien verstehen

Autor: Jürgen König, Seite: 04-08

- Dheghan M, et al: Associations of fats and carbohydrate intake with cardiovascular disease and mortality in 18 countries from five continents (PURE): a prospective cohort study. Lancet 2017; 390:2050-2062.
- GBD 2017 Diet Collaborators: Health effects of dietary risks in 195 countries, 1990–2017: a systematic analysis for the Global Burden of Disease Study 2017. Lancet 2019; 393:1958-1972.
- Michaelsson K, et al: Milk intake and risk of mortality and fractures in women and men: cohort studies. BMJ 2014; 349:g6015.
- NCD Risk Factor Collaboration (NCD-Risk): Rising rural body-mass index is the main driver of the global obesity epidemic in adults. Nature 2019; 569:260-264.
- Toews I, et al: Association between intake of non-sugar sweeteners and health outcomes: systematic review and meta-analyses of randomised and non-randomised controlled trials and observational studies. BMJ 2019; 364:k4718.

fokus

Evidenzbasierte Kommunikation

Autorin: Marlies Gruber, Seite: 09-10

- Hollands GJ et al.: Altering the Availability or Proximity of Food, Alcohol, and Tobacco Products to Change their Selection and Consumption. Cochrane Database of Systematic Reviews 2019, Issue 9. Art. No.: CD012573. DOI: 10.1002/14651858.CD012573.pub3.
- Sommer I: Evidenz in der Ernährungsforschung: Was ist möglich? Vortrag beim feh-Dialog „Ernährungsstudien in der Kritik“ am 11.6.2015 in Wien. www.forum-ernaehrung.at/events/feh-dialog-ernaehrungsstudien-kritik-zwischen-den-zeilen/ (Zugriff: 9.9.2018).
- Lühnen J et al.: Leitlinie evidenzbasierte Gesundheitsinformation (2017). www.leitlinie-gesundheitsinformation.de (Zugriff: 9.9.2018).
- Craig P et al.: Developing and Evaluating Complex Interventions: The New Medical Research Council Guidance. BMJ 337: a1655. DOI: 10.1136/bmj.a1655 (2018).
- Howick J et al.: The 2011 Oxford CEBM Evidence Levels of Evidence (Introductory Document). Oxford Centre for Evidence-Based Medicine (2011).
- Mörixbauer A, Gruber M, Derndorfer E: Handbuch Ernährungskommunikation. Springer Spektrum, Berlin (2019).
- World Health Organization: Sugars Intake for Adults and Children. Guideline (2015).

fokus

Ein Navi für bessere Ernährung?

Autorinnen: Nicole Stark und Elisabeth Sperr, Seite: 12-13

- Kast B: Der Ernährungskompass. Das Fazit aller wissenschaftlichen Studien zum Thema Ernährung. C. Bertelsmann Verlag, München (2018).

lebensmittel

Olivenernte: Vom Baum zum Öl

Autorinnen: Angela Mörixbauer und Eva Derndorfer, Seite: 14-17

- Olivenöl-Verordnung: Durchführungsverordnung (EU) Nr. 1348/2013 vom 16. Dezember 2013.
- Peri C: In: Olive Oil. Sensory Science, Monteleone & Langstaff (Hrsg.), Wiley Blackwell (2014).
- Vekiari SA et al.: Characterization and Seasonal Variation of the Quality of Virgin Olive Oil of the Throumbolia and Koroneiki Varieties from Southern Greece. *Grasas y Aceites* 61 (3): 221–231 (2010).
- factfish.com: Oliven, Ertrag (Hektogramm pro Hektar) – für alle Länder: www.factfish.com/de/statistik/oliven%2C%20ertrag (Zugriff: 5.8.2019).
- Mrasek V: Erfolg mit Schattenseiten – Explodierender Oliven-Anbau führt zu Problemen. Deutschlandfunk, 6.6.2013. www.deutschlandfunk.de/erfolg-mit-schattenseiten.676.de.html?dram:article_id=249096 (Zugriff: 5.8.2019).
- Wikipedia: Olivenbaum – Ernte. <https://de.wikipedia.org/wiki/Olivenbaum#Ernte> (Zugriff: 5.8.2019).
- Wikipedia: Olivenöl – Herstellungsmethoden. <https://de.wikipedia.org/wiki/Olivenöl#Herstellungsmethoden> (Zugriff: 5.8.2019).

Lebensmittel

Zuckeralternativen: Süßer Ersatz mit Mehrwert?

Autorin: Carina Kern, Seite: 18-21

- Statista: Pro-Kopf-Konsum von Zucker in Österreich in den Jahren 2006/7 bis 2017/18 (in Kilogramm). <https://de.statista.com/statistik/daten/studie/287859/umfrage/pro-kopf-konsum-von-zucker-in-oesterreich/> (Zugriff: 18.8.2019).
- Gruber M: Ist brauner Zucker gesünder als weißer? www.forum-ernaehrung.at/artikel/detail/news/detail/News/ist-brauner-zucker-gesuender-als-weisser/ (Zugriff: 1.8.2019).
- Knies JM: Von Agavendicksaft bis Kokosblütenzucker. *Ernährungsumschau* 2, Spezial Zuckeralternativen, Seite M88–M98 (2019).
- Bundesministerium für Nachhaltigkeit und Tourismus (BMNT): Zuckerrübe in Österreich. www.bmnt.gv.at/land/produktion-maerkte/pflanzliche-produktion/zucker-staerke/Zuckerruebe.html (Zugriff: 18.8.2019).
- Verbraucherschutzzentrale Bundesamt: Zucker hat viele Namen. www.lebensmittelklarheit.de/informationen/zucker-hat-viele-namen (Zugriff: 18.8.2019).
- aid Infodienst Ernährung, Landwirtschaft und Verbraucherschutz: Zucker, Sirupe, Honig, Zuckeraustauschstoffe und Süßstoffe. www.stern.de/resource/blob/7208210/cd604823ce35de9f4f1fd5c74b321c6a/broschüre-zucker--sirupe--honig--zuckeraustauschstoffe-und-suessstoffeker-data.pdf (Zugriff: 17.8.2019).
- Bundesministerium für Gesundheit und Frauen: Gesamte Rechtsvorschrift für Honigverordnung. www.ris.bka.gv.at/GeltendeFassung.wxe?Abfrage=Bundesnormen&Gesetzesnummer=20003174 (Zugriff: 15.8.2019).
- Statistik Austria: Versorgungsbilanzen. Versorgungsbilanz für Honig 2012/13 bis 2017/18. www.statistik.at (Zugriff: 9.8.2019).
- Germscheid V: Alles, was uns das Leben versüßt – Zucker und andere Süßungsmittel. www.vis.bayern.de/ernaehrung/lebensmittel/gruppen/zucker.htm (Zugriff: 23.7.2019).
- Agriculture and Agri-Food Canada: Statistical Overview of the Canadian Maple Industry 2017. www.agr.gc.ca/eng/industry-markets-and-trade/canadian-agri-food-sector-intelligence/horticulture/horticulture-sector-reports/statistical-overview-of-the-canadian-maple-industry-2017/?id=1524607854094 (Zugriff: 25.7.2019).
- Rimbach G: *Lebensmittel-Warenkunde für Einsteiger*. Springer Verlag, Heidelberg (2010).
- Stiftung Reformhaus-Fachakademie: Reissirup. www.reformhaus-fachlexikon.de/lexikoneintraege/warenkunde-suessungsmittel/eintrag/reissirup/ (Zugriff: 25.7.2019).
- Willems JL, Low NH: Major Carbohydrate, Polyol, and Oligosaccharide Profiles of Agave Syrup. Application of this Data to Authenticity Analysis. *J Agric Food Chem* 60: 8745–8754 (2012).

- Mellado-Mojica E, Lopez M: Identification, Classification, and Discrimination of Agave Syrups from Natural Sweeteners by Infrared Spectroscopy and HPAEC-PAD. *Food Chem* 167: 349–357 (2015).
- Deutsches Ernährungsberatungs- & -informationsnetzwerk (DEBInet): Lebensmittel. www.ernaehrung.de/lebensmittel/ (Zugriff: 26.7.2019).
- Marcus JB: *Culinary Nutrition: The Science and Practice of Healthy Cooking*. Academic Press, Waltham/Oxford (2014).
- Van den Berg A, Perkins T, Isselhardt M: Sugar Profiles of Maple Syrup Grades. 2006. 18A (4). <https://pdfs.semanticscholar.org/c924/54182853c4c72ca977e7e78bf581f826df3e.pdf> (Zugriff: 29.7.2019).
- Hesecker H, Hesecker B: *Die Nährwerttabelle*. 2. Aufl., Umschau Verlag, Neustadt an der Weinstraße (2013).
- Wander AG. Gerstenmalzextrakt. www.wander.ch/b2b/gerstenmalzextrakt (Zugriff: 29.7.2019).
- Karlson P et al.: *Karlsons Biochemie und Pathobiochemie*. 15. Auflage, Thieme, Stuttgart/New York (2005).
- Biesalski HK, Grimm P, Nowitzki-Grimm S: *Taschenatlas Ernährung*. 6. Auflage, Thieme, Stuttgart/New York (2015).
- Jensen T et al.: Fructose and Sugar: A Major Mediator of Non-alcoholic Fatty Liver Disease. *J Hepatol* 68: 1063–1075 (2018).
- Rosenplenter K, Nöhle U: *Handbuch Süßungsmittel: Eigenschaften und Anwendung*. 2. Auflage, Behr's Verlag, Hamburg (2007).
- Bundesministerium für Justiz und für Verbraucherschutz: Diätverordnung in der Fassung der Bekanntmachung vom 28. April 2005 (BGBl. I S. 1161), die zuletzt durch Artikel 22 der Verordnung vom 5. Juli 2017 (BGBl. I S. 2272) geändert worden ist (2017).
- Europäische Union (EU): Richtlinie 2001/111/EG des Rates vom 20. Dezember 2001 über bestimmte Zuckerarten für die menschliche Ernährung. <https://eur-lex.europa.eu/legal-content/DE/TXT/HTML/?uri=LEGISSUM:l21130&from=DE> (Zugriff: 29.7.2019).
- Bundesministerium für Gesundheit und Frauen (BMGF): Verordnung der Bundesministerin für Gesundheit und Frauen über bestimmte Zuckerarten. Zuckerverordnung. BGBl. II Nr. 472/2003. www.ris.bka.gv.at/GeltendeFassung.wxe?Abfrage=Bundesnormen&Gesetzesnummer=20002946 (Zugriff: 29.7.2019).
- Europäische Union (EU): Verordnung Nr. 11169/2011 des Europäischen Parlaments und des Rates vom 25. Oktober 2011 über die Information der Verbraucher über Lebensmittel. Lebensmittelinformationsverordnung (LMIV). <https://eur-lex.europa.eu/legal-content/DE/TXT/?qid=1512477281941&uri=CELEX:02011R1169-20140219> (Zugriff: 29.7.2019).
- Strengthfood Team: Kohlenhydrate – Einfachzucker, Zweifachzucker, Mehrfachzucker, Vielfachzucker. www.strengthfood.de/blog/kohlenhydrate-einfachzucker-zweifachzucker-mehrfachzucker-vielfachzucker.html (Zugriff: 29.7.2019).
- Europäische Union (EU): Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 des Europäischen Parlaments und des Rates vom 20. Dezember 2006 über nährwert- und gesundheitsbezogene Angaben über Lebensmittel. Health-Claims Verordnung (HCVO). <https://eur-lex.europa.eu/legal-content/DE/ALL/?uri=CELEX%3A32006R1924> (Zugriff: 29.7.2019).
- Lexikon der Ernährung: Süßkraft. Spektrum Verlag. www.spektrum.de/lexikon/ernaehrung/suesskraft/8455 (Zugriff: 28.7.2019).
- N. N: Kokosblütenzucker – Inhaltsstoffe und Nährwerte. www.kokosbluetenzucker.net/inhaltsstoffe-und-naehrwerte/ (Zugriff: 26.8.2019).

Serie: Geschmack! Teil 3

Süß

Autorin: Eva Derndorfer, Seite: 22-23

- Bedwell JS, et al: The Sweet Taste Test: Relationships with Anhedonia Subtypes, Personality Traits, and Menstrual Cycle Phases. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 41 (2): 235–248 (2019).

- Considine RV et al.: 311-LB: Gustatory Cortex Response to Sweet Taste Is Positively Correlated with Adiposity. *Diabetes* 2019; Jun: 68 (Supplement 1).
- Derndorfer E, Gruber M: *Farben essen*. Maudrich Verlag (2015).
- Dürrschmid K: Reduktionsstrategien für Fett, Zucker und Salz. Teil 3 – Multimodale Wahrnehmungen und crossmodale Interaktionen. *DLG Expertenwissen 4* (2018).
- Han P, Bagenna B, Fu M: The Sweet Taste Signalling Pathways in the Oral Cavity and the Gastrointestinal Tract Affect Human Appetite and Food Intake: A Review. *International Journal of Food Sciences and Nutrition*, 70 (2): 125–135 (2019).
- Hwang LD et al.: New Insight into Human Sweet Taste: A Genome-wide Association Study of the Perception and Intake of Sweet Substances. *The American Journal of Clinical Nutrition*, 109 (6): 1724–1737 (2019).
- König I, Monti C, Prader I: *Alle lieben flache Kuchen*. Brandstätter Verlag (2018).
- Munger SD: A Bitter Tale of Sweet Synergy. *Cell Chemical Biology*, 24 (10), 1191–1192 (2017).
- Slater N: *Obst*. DuMont Verlag (2013).
- Tan SY, Tucker R: Sweet Taste as a Predictor of Dietary Intake: A Systematic Review. *Nutrients*, 11 (1), 94 (2019).
- Wilton M, et al: Intensity Expectation Modifies Gustatory Evoked Potentials to Sweet Taste: Evidence of Bidirectional Assimilation in Early Perceptual Processing. *Psychophysiology*, 56 (3), e13299 (2019).