

forum. ernährung heute

Verein zur Förderung von Ernährungsinformation

30

Jahre *f.eh*

# 1991–2021: Fragmente aus Politik, Gesellschaft, Branche



2008

Lehman-Pleite; Start der Finanz- und Eurokrise;  
erstmalig seit 1918 wieder ein Bundesministerium nur  
für Gesundheit in Österreich (bis 2016)

2009

Amtseinführung Barack Obama;  
foodwatch vergibt erstmals den „Goldener Windbeutel“;  
Listerien im Quargel-Skandal

2010

Ausbruch des Eyjafjallajökull in Island;  
Nationaler Aktionsplan Ernährung (NAP.e);  
Gründung der Nationalen Ernährungskommission (NEK)  
und des Sensorik Netzwerks Österreich (SNÖ);  
**Start der feh-Symposien mit „Kulinarische Intelligenz:  
Genuss ist Lebensqualität“ und Gründung des  
wissenschaftlichen Beirats**

2007

Vertrag von Lissabon;  
EU-Beitritt Rumänien  
und Bulgarien

2011

Lebensmittelinformations-Verordnung (LMIV);  
Nuklearkatastrophe von Fukushima;  
50 Jahre Verband der Diätologen Österreichs;  
50 Jahre VKI

2013

Anschlag auf den Berliner Weihnachtsmarkt  
bei der Gedächtniskirche;  
25 Jahre Verband der Ernährungswissenschaften  
Österreichs (VEÖ)

Weltweit erste Verkostung von  
Cultured-Meat-Burgern in London;  
Food Fraud: „Pferdefleischskandal“;  
Nationaler Aktionsplan Bewegung (NAP.b)

2016

Großbritannien verlässt die EU (Brexit am 1.2.);  
WHO erklärt am 11. März 2020 COVID-19  
offiziell zu einer weltweiten Pandemie;  
Jennifer Doudna und Emmanuelle Charpentier  
erhalten Nobelpreis für Genschere Crispr/Cas;  
30 Jahre Institut für Ernährungswissenschaften in Wien

2020

2017

CETA (Comprehensive Economic and Trade  
Agreement zwischen EU und Kanada) wird vorläufig  
angewendet; Amtseinführung Donald Trump;  
alternative Fakten werden populär;  
**feh-Transparenzinitiative**

2019

European Green Deal der Europäischen Kommission;  
JEFTA (Japan-EU Free Trade Agreement) tritt in Kraft (1.2.);  
EAT-Lancet-Kommission publiziert Planetary Health Diet;  
Zucker- und Salzgipfel des österreichischen Gesundheits-  
ministeriums und Brancheninitiative der Lebensmittelindustrie  
zur Reduktion von Kalorien, Zucker und Salz

2021

Die Kanzlerschaft von Angela Merkel endet nach 16 Jahren;  
Sturm auf das Kapitol in Washington; Amtseinführung Joe Biden;  
Abzug der NATO aus Afghanistan; **feh wird 30 und  
als Mitglied in die Nationale Ernährungskommission  
aufgenommen**



Wille

# Liebe Leserin, lieber Leser!

30 Jahre *f.eh* sind ein willkommener Anlass für Rückblick, Bestandsaufnahme und Vorschau. Zugleich möchten wir nicht nur das *forum. ernährung heute* skizzieren, sondern auch die Breite unseres Leistungsspektrums in den Fokus rücken und die Themen aufzeigen, die sich in den vergangenen drei Dekaden auf vielerlei Ebenen ergeben, gewandelt und entwickelt haben. Weil die Forschung voranschreitet, der Markt sich ausdifferenziert, Trends kommen und gehen, die Lebensführung sich ändert und die Politik an den Rahmenbedingungen feilt. Beim Essen greifen viele – jeweils schon für sich allein – komplexe Systeme ineinander, etwa die Psyche, das soziale Umfeld, sozioökonomische Faktoren genauso wie biologische, oder die Angebotsgestaltung. Als soziales Totalphänomen (Marcel Mauss) bildet Essen eine Reflexionsfläche der gesamtgesellschaftlichen Entwicklung, und doch ist es ein konservatives, mit vielen Traditionen und Gewohnheiten verbundenes Verhalten. Daher muss immer auch die kulturelle und soziale Komponente einbezogen werden.

In seiner Arbeit orientiert sich das *f.eh* an einem ganzheitlichen Ansatz und versucht, naturwissenschaftliche Erkenntnisse stets in den Mittelpunkt zu rücken. Wir arbeiten daher daran, wissenschaftliche Daten und komplexe Sachlagen valide, objektiv und verständlich aufzubereiten. Wir sprechen uns dafür aus, kritisch zu sein, Irrtümer aufzuklären, verschiedene Standpunkte zu beleuchten und den Austausch zwischen den Anspruchsgruppen zu fördern, um gute Lösungen für die Praxis zu ermöglichen.

Das *f.eh* richtet seine Aktivitäten an einem Menschenbild aus, das von aufgeklärten und mündigen Bürgern ausgeht, und strebt eine Entemotionalisierung und Versachlichung der Ernährungsdebatte an. Daher kommunizieren wir faktenbasiert, fundiert, ausgewogen und neutral. Unsere Arbeit ist getragen von der Vision, dass Konsumenten aufgrund ihres Wissens und ihrer Kompetenzen fähig sind, selbstbestimmt verantwortungsvolle Kauf-, Ess- und Lebensstilentscheidungen zu treffen. Dieses selbstbewusste Handeln ermöglicht es, sich ausgewogen, mit Genuss und nachhaltig zu ernähren.

All das möchten wir mit dieser Zusammenstellung vorlegen. Unseren zahlreichen Wegbegleitern, Mitgliedern, Unterstützern, Auftraggebern und Kooperationspartnern sowie Ihnen, liebe Leserin, lieber Leser, danken wir an dieser Stelle sehr herzlich!

Marlies Gruber



Michael Liebert

Zur Person: Dr. Michael Blass ist Geschäftsführer der AMA-Marketing und leitete zuvor den Fachverband der Lebensmittelindustrie. Er ist Lektor für Lebensmittelrecht am Department für Ernährungswissenschaften und Vorstandsmitglied des *f.eh*.

# Ein starker kommunikativer Muskel

Er hat das *f.eh* mit aus der Taufe gehoben und seither stets begleitet. Dr. Michael Blass über den USP des *f.eh* und die Herausforderungen für die Branche.

INTERVIEW MARLIES GRUBER

## **ernährung heute: Warum und mit welchem Ziel ist das *f.eh* gegründet worden?**

**Michael Blass:** Man könnte sagen, dass das *f.eh* zweimal gegründet worden ist. Das erste Mal als Plattform, die sich mit Vorurteilen und Wertvorstellungen beschäftigte, die mit Zucker und dessen Verwendung in Süßwaren zu tun hatten. Ein paar Jahre später kam es zur inhaltlichen Neupositionierung, die man auch als Neubeginn des *f.eh* beschreiben kann. Dabei ist es darum gegangen, die Ideen, Ausrichtungen und Ziele der damals neu publizierten Global Strategy on Diet, Physical Activity and Health der WHO als Arbeitsgrundlage des *f.eh* festzuschreiben. Das war damals ein Akt, der geradezu revolutionären Charakter hatte, weil von der nährstoffbasierten Positionierung des *f.eh* – also der Fokussierung auf Kohlenhydrate – zugunsten einer gesamthaften Betrachtung abgegangen wurde. Im Mittelpunkt stand, die Zusammenarbeit der Lebensmittelwirtschaft und des *f.eh* auf eine fachlich argumentierbare und inhaltlich belastbare Grundlage zu stellen.

## **Stichwort Transparenz und Objektivität: Ist es so, dass nicht sein kann, was nicht sein darf?**

Das ist eines der schwierigsten Themen, weil wir gesamtgesellschaftlich beobachten, dass der Kanon der öffentlich artikulierbaren Themen nicht unbedingt reicher wird. Im Gegenteil: Es gibt eine gewisse Ausdünnung der Themenvielfalt und darüber hinaus so etwas wie eine formale Kontrolle dessen, was gesagt und wie es zum Ausdruck gebracht werden darf. Das schlägt auch auf die Organisationen durch, die sich mit Kommunikation beschäftigen – und das *f.eh* ist ja ein starker kommunikativer Muskel in der Landschaft des österreichischen Ernährungswesens. Insofern gibt es gesellschaftlich einen Bias gegenüber dem *f.eh*, der sich beispielsweise dann bemerkbar macht, wenn Positionen vertreten werden, die wissenschaftlich fundiert sind, aber nicht den Haltungen von Communities entsprechen, die sich zunehmend bestimmten – mitunter auch fachlich nicht leicht begründbaren – Ideen oder Werten verpflichtet fühlen.

## **Was sehen Sie als die drei wesentlichen Charakteristika des *f.eh*?**

Das *f.eh* ist schon in seiner Positionierung einmalig – und sie ist nicht das einzige Merkmal, die es einmalig macht. Vielmehr ist es die Kombination von Merkmalen, die dem *f.eh* Alleinstellung verleihen. Das ist erstens die Wissenschaftsbasierung der gesamten Programmatik des *f.eh*, zweitens die Attitüde, ohne Bias und ohne vorgefasste Meinungen an Fragestellungen der Ernährungswissenschaft heranzugehen. Und drittens die Stabilität, Solidität und Verlässlichkeit des *f.eh*, das seinen Kurs ungeachtet mancher Zurufe und Kritik von außen über Jahrzehnte unbeirrt fährt. Das *f.eh* ist zudem ein wesentlicher Partner vieler Stakeholder – etwa der ernährungswissenschaftlichen und diätologischen Community –, die

sehr stark auf Zusammenarbeit setzen, sowie der Ernährungswirtschaft. Last, not least gibt es trotz der Splendid Isolation in der medizinischen Community auch in diesem Bereich zunehmend Akteurinnen und Akteure, die der Zusammenarbeit mit dem *f.eh* Nutzen und Wert zuschreiben.

## **Welchen Herausforderungen ist die Lebensmittelbranche ausgesetzt?**

Diese Herausforderungen bestehen zum Teil in einer Fortschreibung der Vergangenheit, ergänzt freilich um einige neue Aspekte. Die Lebensmittelbranche hat wie bisher die Aufgabe, die Bevölkerung auf höchstem Sicherheits- und Qualitätsniveau zu versorgen. Auch hat sie die Verantwortung, über Produkte, ihre Zusammensetzung und verwendete Zutaten sowie Herstellungsmethoden wahrheitsgemäß und vollständig Auskunft zu geben. Hier sind die Ansprüche in den vergangenen Jahren deutlich höher geworden. Neue Herausforderungen leiten sich daraus schon ab. Die Lebensmittelwirtschaft kann sich nicht mehr – wie in der Vergangenheit – auf die Position zurückziehen, dass sie jeden Tag die Tische der Bürgerinnen und Bürger deckt. Sie muss darüber hinaus die breite gesellschaftliche Verantwortung, die ihr zugeordnet wird, nicht nur akzeptieren, sondern auch von sich aus artikulieren und als gestaltende Kraft überzeugen. Nur dann bringt sie sich in die Situation, dass sie das Gesetz des Handelns in der Hand hat und nicht Getriebene ist. Das ist wohl auch eines der Konfliktfelder, das innerhalb der Branche eine große Rolle spielt. Da gibt es auf der einen Seite die Offensiven, die Front Runner, die auf Bedürfnisse von Konsumentinnen und Konsumenten offensiv reagieren und solche Wünsche vielleicht sogar antizipieren möchten, ehe sie zur politischen Programmatik werden. Auf der anderen Seite stehen die Konservativen, die ein wenig in einer Verteidigungsstellung verharren und nicht unbedingt vorangehen, solange das Gesetz es von ihnen nicht fordert. Es ist nicht einfach, zwischen diesen beiden Gruppen zu vermitteln. Es ist eine Aufgabe, bei der das *f.eh* im lebensmittel- und ernährungswissenschaftlichen Sektor einen Beitrag leisten kann. Zudem ist die Lebensmittelwirtschaft gefordert, möglichst einheitlich aufzutreten, weil Einheitlichkeit und das Bündeln von Positionen Glaubwürdigkeit in der Öffentlichkeit bringen.

## **Was schätzen Sie an der Arbeit des *f.eh*?**

Da denke ich an die Alleinstellungsmerkmale des *f.eh*. Etwa die fachliche Basierung, die stets auf Wissenschaft referiert. Zudem die Fähigkeit des *f.eh*, auf aktuelle Themenstellungen in kompetenter Weise rasch zu reagieren. Positiv beurteile ich außerdem die gute Einbettung in die Landschaft der Ernährungswirtschaft in Österreich und die Bedeutung des *f.eh* über die österreichischen Grenzen hinaus. Das sind Faktoren, die es rechtfertigen, dem *f.eh*, seiner Arbeit und seinen Leistungen Wertschätzung und Respekt entgegenzubringen. ■

# „Das Wichtige vom nicht ganz so Wichtigem unterscheiden“

Dr. Peter Reinecke blickt auf eine jahrzehntelange Laufbahn in der Lebensmittelwirtschaft und auf elf Jahre an der Spitze des *f.eh* zurück. Über die Entwicklung des *f.eh* und Priorisierungen.

INTERVIEW MARLIES GRUBER

## **ernährung heute: Wie hat sich die Organisation über die Jahre entwickelt?**

**Peter Reinecke:** Sie hat sich wirklich gut entwickelt. Das ist nicht selbstverständlich. In den ersten Jahren des *f.eh* wurde vor allem der Zuckerverbrauch reflektiert. Das *f.eh* hat sich dann inhaltlich ausgeweitet und fundiert. Es wurde eine klare Strategie ausgearbeitet, die die Rolle des *f.eh* definiert – in der Ernährungskommunikation und der wissenschaftlichen Community, vertreten durch den wissenschaftlichen Beirat –, zudem wurde die Positionierung neben dem Fachverband der Lebensmittelindustrie und gegenüber der Politik und anderen Stakeholdern konkretisiert. Es gibt grundlegende und für alle einschichtige Unterlagen zu unserer Vision und Zielsetzung. Mit der umfassenden Transparenzdiskussion, in der wir von außen gefordert wurden, haben wir einen weiteren Schritt gemacht in Bezug auf strategiegeleitete, transparente Arbeit im öffentlichen Raum und alle unterstützenden Unternehmen, Stakeholder und den wissenschaftlichen Beirat dargelegt. Ich bin sehr zufrieden mit der fachlichen und kommunikativen Kompetenz und der substanziellen Arbeit des *f.eh*-Teams, die auch allgemeinen Respekt und Anerkennung in der Fachcommunity gefunden hat.

## **Welche Themen sind und waren prägend?**

Da ist natürlich Adipositas ganz entscheidend. Die Frage, welche Rolle das Übergewicht für den Einzelnen hat, wie es dazu kommt und was man machen kann, um dieses Problem in den Griff zu bekommen. Gerade vor meinem Hintergrund als ehemaliger Lebensmittelproduzent stellte sich die Frage, welche Rolle zuckerhaltige Produkte spielen. Hier ist auch die Verantwortung der Industrie zu nennen, unter anderem was Aufklärung, Verbraucherinformation und Werbung betrifft bis hin zu Fragen bezüglich Rezepturanpassung und Packungsgrößen. Wesentlich ist meines Erachtens allerdings auch, dass man nicht nur die medizinischen und biochemischen

Prozesse sieht, sondern Lebensmittel auch als Mittel zum Genuss betrachtet. Ich glaube, da spielt das *f.eh* eine große Rolle und beleuchtet immer wieder die Bedeutung von Wohlbefinden und Genuss. Darüber hinaus ist körperliche Bewegung wichtig. Man muss verstehen, dass Energieaufnahme und Energieverbrennung in einer Gleichung stehen, dass die zweite Seite der gleichen Medaille – Adipositas meine ich jetzt – neben dem Essen eben Bewegung ist. Und ich glaube, dass wir hier zur Bewusstseinsbildung viel beigetragen haben und es künftig noch einiges zu tun gibt.

## **Welche Relevanz kann Aufklärung haben?**

Neben all den Details, die wir besprochen haben, gilt es vor allem das Wichtige vom nicht ganz so Wichtigem zu unterscheiden. Das Wichtigste ist, dass wir überhaupt etwas zu essen haben und dass keiner Hunger leidet. Zweitens halte ich für wichtig, dass man weiß, dass Essen mehr ist als nur reine Nahrungsaufnahme. Essen ist eine soziale Veranstaltung, ein gemeinschaftliches Erlebnis. Und drittens zählen Genuss, Wohlbefinden und Freude. Weil wir uns als *f.eh* vor allem mit Problemen, Risiken und Gefahren, die mit dem Essen verbunden sind, beschäftigen sollen und müssen – das ist ja schließlich unsere Hauptaufgabe –, vergessen wir leider allzu oft die positiven und freudvollen Aspekte unserer Ernährung.

## **Wohin geht die Reise?**

Ich glaube, dass wir auf dem richtigen Weg sind. Denn die Themen werden nicht weniger. Sie werden vielmehr um bedeutsame Elemente ergänzt, nicht zuletzt durch die Nachhaltigkeitsdiskussion, die zu einem ganz großen Teil – neben Fragen der Energiesicherung und Umweltverschmutzung – kritisch hinterfragt, welchen Stellenwert die Ernährung im Zusammenhang mit Nachhaltigkeit für den Einzelnen und die gesamte Gesellschaft hat. Auch in dieser Diskussion wird das *f.eh* künftig eine wichtige Rolle spielen. Insofern bin ich sehr zuversichtlich. ■



zmf

## **Präsidenten des *f.eh* seit der Gründung 1991:**

Dr. Peter Reinecke (rbc)  
2011–2021

Nach langjähriger Tätigkeit in der Lebensmittelwirtschaft bei Unternehmen wie Jacobs Suchard und Kraft Foods stellt Dr. Reinecke seine Erfahrungen seit 2010 als selbständiger Unternehmensberater und unter anderem als Obmann des *f.eh* zur Verfügung.

Dr. Christopher Mayr  
(Medical Director Milupa)  
2010

Gerda Strass-Hortwig  
(Corporate Affairs  
Management Mars Austria)  
1998–2009

Ing. Günther Auer  
(Geschäftsführer Auer)  
1991–1997



# Eine vernetzende Plattform

KR DI Johann Marihart, der neue Präsident des *f.eh*, über gesellschaftliche Transformation, zu stärkende Innovationsfreude, mehr Bildung und konstante Schwerpunkte.

INTERVIEW MARLIES GRUBER

## Zur Person:

KR DI Johann Marihart war 30 Jahre Vorstandsvorsitzender der AGRANA Beteiligungs-AG, ist Aufsichtsratsmitglied in verschiedenen Unternehmen wie der FFG (Österr. Forschungsförderung GmbH) und des TÜV Österreich. Zudem ist er Obmann des Fachverbands der Lebensmittelindustrie und für die Periode 2022–2024 Präsident des *f.eh*.

## **Wie sehen Sie den gesellschaftlichen Wandel in puncto Ernährung und Lebensstil?**

Der Wandel braucht Zeit. Es wird zwar viel geredet, aber wenig gehandelt. Das trifft auf den Bereich der Nachhaltigkeit ebenso zu wie auf die Ernährungsthematik.

## **Was bedeutet das für die Transformation des Ernährungssystems?**

Es herrscht eine Riesendiskrepanz zwischen dem, was angestrebt wird, und dem, was Fakt ist. Zwischen dem, was man eigentlich will, und dem, was man tut. Es sollen weniger verpackte und verarbeitete Lebensmittel angeboten werden. In der Praxis ist aber genau das Gegenteil der Fall. Jeder greift zu zellophanisierten Produkten. Gleichzeitig redet jeder über Nachhaltigkeit. Der Ernährungsindustrie wird die Schuld gegeben, dass sie diese Verpackungsarten anbietet, aber sie würde es nicht machen, wenn die Anforderung nicht da wäre. Letztlich bestimmt der Markt, was angeboten werden muss, wenn man Erfolg haben will. Er spiegelt die Wechselwirkung von Konsumenten und Herstellern wider. Die Verantwortung auf die Produzenten abzuwälzen, ist daher nicht richtig. Konsumenten sind ebenso gefordert, deren Nachfrage auch mit Erziehung und Bildung zu tun hat.

## **Welchen Beitrag kann das *f.eh* für eine bessere Entwicklung leisten?**

Änderungen im Ernährungsverhalten können nur von den Kindern und Jugendlichen kommen. Denn Erwachsene ändern ihr Verhalten häufig erst dann, wenn es Probleme gibt, sie beispielsweise ein Stoffwechselleiden haben. Daher muss man ganz früh ansetzen. Die Schule ist der beste Weg, über den man beeinflussen kann. Die Kinder bringen dann das, was sie in der Schule lernen und hören, in die Familien hinein. Das *f.eh* bietet dafür einerseits die seriöse Basis für Ernährungsinformationen, um Mythen und Halbwahrheiten hintanzustellen. Andererseits kann es als vernetzende Plattform dazu beitragen, den Bildungsauftrag in die Breite zu tragen.

## **Österreich steht gemeinhin neuen Technologien weniger aufgeschlossen gegenüber. Wie kann man das ändern?**

Ja, hierzulande ist man eher innovationskritisch. Das soll die Leistungen der Wissenschaft nicht schmälern. Es gibt tolle Ergebnisse. Aber wenn ich die breite Bevölkerung betrachte, dann sehe ich Innovationsbegeisterung nicht wirklich als Stärke in Österreich. Man glaubt eher, dass Neues schlecht ist. Ändern lässt sich das nur mit Hartnäckigkeit und wenn Notwendigkeiten gegeben sind. Bestes Beispiel dafür ist die sogenannte grüne Gentechnik im Gegensatz zur roten. Wenn es um Medizin und das eigene Leben geht, dann akzeptiert jeder Gentechnik – oder schlichtweg alles, um am Leben zu bleiben –, beim Essen hingegen ist diese Thematik ein No-Go. New-Breeding-Technologien beispielsweise schlagen die Brücke von der Gentechnik zu einer Züchtungsmethodik, die nicht transgenetisch arbeitet. Dabei wird durch Genscheren gezielt in die vorhandene Pflanzen-DNA eingegriffen, aber es gelangen keine fremden Gene in Nahrungsmittel. Vor diesen Technologien sollte man keine Angst haben. Wenn mit gezielten Maßnahmen etwas erfolgt, das beim normalen Züchten auch geschieht, so ist das ein Thema, für das man Akzeptanz finden sollte.

## **Welche Schwerpunkte möchten Sie als neuer Präsident des *f.eh* setzen?**

Die Schwerpunkte bleiben dieselben, aber die Anforderungen sind immer wieder neue. Der Fortschritt der Analytik bringt auch neue Probleme. Vor allem wird uns aber das Thema Obesity begleiten – es ist auch gesundheitspolitisch am wesentlichsten. Dabei zielt die Erziehung auf eine grundlegende Änderung des Ernährungsverhaltens ab. Das zweite Thema ist die Frage, wo unsere Lebensmittel herkommen. Die ganze Diskussion rund um nachhaltige Landwirtschaft und der Green Deal sind Dinge, die als Querschnittsmaterie neu sind. Früher war ein Ressort damit befasst, heute erstreckt sich die Diskussion von der Gesundheit über die Agrarwirtschaft über die Industrie bis hin zum Handel. ■

# Urteil bilden trotz Komplexität

Nutrition Literacy kann als grundlegendes Ziel von Ernährungsbildung betrachtet werden. Gemeint ist Ernährungskompetenz im Sinne der Fähigkeit, den Essalltag selbstbestimmt, genussvoll und verantwortungsvoll zu gestalten.

VON CLAUDIA ANGELE

Verantwortungsbewusstsein im Sinne von Nutrition Literacy umfasst die Aspekte des Gesundheitsförderlichen, des ökonomisch Sinnvollen sowie des ökologisch und sozial Verträglichen. In internationalen Rahmenkonzepten und deren Kompetenzmodellen (z. B. Heindl, 2003; Buchner & Leitner et al., 2018) wird deutlich, dass Ernährungsbildung den Erwerb von Reflexions- und Urteilskompetenz in den Handlungsfeldern Ernährung, Gesundheit und Konsum für den individuellen Kontext eines privaten Haushalts und den globalen Kontext einer Weltgesellschaft fördern soll (Angele et al., 2019). Zudem geht es dabei um den Erwerb einer wissensbasierten Urteilskompetenz (Groß et al., 2020).

Was in Bildungskontexten unter Urteilskompetenz verstanden werden kann, ist durchaus multipel. Eine aktuelle explorative Studie zur Entwicklung von Urteilskompetenz in der Ernährungsbildung mittels Dilemma-Diskussionen (Woltran & Angele, 2020) orientiert sich an einem Modell von Urteilskompetenz nach Marchand (2015), das Urteilen als ein Zusammenspiel dreier Teilaspekte beschreibt:

- Vernetzungskompetenz: über Basiswissen verfügen; die eigene Meinung als veränderlich wahrnehmen können; wertende von sachlichen Behauptungen trennen können
- Positionierungskompetenz: sich persönliche Werte und Vorurteile bewusst machen können; diese anhand von Gegenpositionen hinterfragen können
- Navigationskompetenz: eigene Handlungsmöglichkeiten entwickeln können; Folgen für sich und andere einschätzen können; mit Dilemmata umgehen können

Die didaktischen Herausforderungen, die sich im Kontext der Förderung von Urteilskompetenz mit Blick auf die Lernfelder Ernährung, Gesundheit und Konsum zeigen, liegen darin, dass sie hochgradig komplex, multidisziplinär und mehrdimensional sind (Buchner et al., 2011). Zur fachlichen Komplexität, die eine Kontroversität von Erkenntnissen und Aussagen

impliziert, gesellt sich – nicht nur in der Ernährungsbildung – die ethische Komplexität (Ohl, 2013), wenn es darum geht, das Urteilen und Entscheiden zu lernen.

## Dilemma-Diskussion

In der Fachdidaktik Ernährung hat in den vergangenen Jahren eine deutliche Rezeption der Methode der Dilemma-Diskussion stattgefunden (Lind, 2009, Leitner, 2011). Diese modelliert Lernsituationen, die durch die Diskussion einer semirealen, themenbezogenen Dilemma-Geschichte ein begründetes Positionieren, sachbezogenes Argumentieren, gezieltes Wahrnehmen von Gegenpositionen sowie ggf. begründetes Reformulieren von Argumenten und Neupositionieren seitens der Kinder und Jugendlichen fördern soll, was etwa auch im Kontext ethischen Lernens eine wichtige Rolle spielt (Kuld, 2020). Denn „als Dilemma wird eine Situation bezeichnet, die zwei Wahlmöglichkeiten bietet, welche beide zu einem unerwünschten Resultat führen. Es wird durch seine Ausweglosigkeit als paradox empfunden. Es gibt also kein eindeutig richtiges Pro oder Kontra und damit kein bedingungslos richtiges oder falsches Handeln. Jedes Verhalten oder Handeln kann aus einer rechtfertigbaren Sichtweise beantwortet werden“ (Leitner, 2011). Erste Ergebnisse deuten in die Richtung, dass Schüler im Verlauf einer Dilemma-Diskussion im ernährungsbezogenen Unterricht sowohl eigene Positionierungen begründet einnehmen als auch Gewichtungen von Argumenten in ihren Argumentationslinien verändern. Urteilskompetenz als Teil von Ernährungskompetenz für eine reflektierte und verantwortungsvolle Alltagsbewältigung in den Handlungsfeldern Ernährung, Gesundheit und Konsum (Angele, 2020) zu entwickeln, bleibt dabei letztlich eine Aufgabe lebenslangen Lernens. ■

LITERATUR ONLINE



Katja Stolz

Zur Person: Claudia Angele ist Professorin am Department für Ernährungswissenschaften und am Zentrum für Lehrer\*innenbildung der Universität Wien“. Ihr Forschungsschwerpunkt liegt in der empirischen Unterrichtsforschung. Als Mitglied des wissenschaftlichen Beirats vertritt sie das *forum. ernährung heute* in der Nationalen Ernährungskommission (NEK).

Das zentrale Ziel der Ernährungsbildung ist es, wissensbasierte Urteilskompetenz für eine reflektierte und verantwortungsvolle Alltagsbewältigung und Lebensführung zu vermitteln.

Note: Der Text ist eine adaptierte Fassung aus *ernährung heute* 4/2020.



# Der Trend zur Nachhaltigkeit

Food-Trends spiegeln nicht nur Sehnsüchte und Bedürfnisse wider, sondern offerieren auch Lösungsvorschläge für Probleme im Zusammenhang mit unserer Ernährung und der unübersichtlichen Fülle an Wahlmöglichkeiten.

VON HANNI RÜTZLER



Nicole Heiling

Zur Person: Hanni Rützler ist Food-Trend-Forscherin und Gründerin des futurefoodstudios in Wien. In ihrem jährlich vom Zukunftsinstitut und der Lebensmittelzeitung herausgegebenen Food Report spürt sie dem Wandel der Konsumkultur nach und versteht es, nachhaltige Foodtrends von kurzfristigen Moden und Medienhypes zu unterscheiden. Sie hat in den 1990er-Jahren fürs *f.eh* gearbeitet und ist von Anbeginn im wissenschaftlichen Beirat vertreten.

Note: Der Text ist eine adaptierte Fassung von „Was Trendforschung ausmacht“ aus der Ernährung heute 4/2020 sowie „Der Trend zur Nachhaltigkeit“ aus dem Dossier Nachhaltig essen. Ernährungsökologie – ein Bildungsprozess (2019).

Einer immer größeren Zahl von Menschen ist es heute möglich, befreit von Mangel, Traditionen und sozialen Normen, über ihr Essen und die Wahl ihrer Lebensmittel selbst zu entscheiden. Diese neue Freiheit ist aber nicht nur ein Geschenk. Sie zieht auch ein großes Stück Informations- und Entscheidungsarbeit nach sich. Foodtrends bieten dabei Unterstützung. Sie sind an die Stelle von Traditionen, sozialen Normen sowie religiösen und wissenschaftlichen Ernährungsempfehlungen getreten.

- Denn Foodtrends bieten Anknüpfungspunkte für Identifikationsprozesse, die Essentscheidungen erleichtern. Wer sich etwa um den Klimawandel sorgt, findet im „Plant Based Food“-Trend kulinarische Antworten. Wer durch die Globalisierung und Industrialisierung der Nahrungsmittelproduktion die Lebensmittelqualität bedroht sieht, für den eröffnen Foodtrends wie „Meet Food“, „Transparency“ oder „Brutal Lokal“ Alternativen. Und – um ein weiteres Beispiel zu nennen – wem ethische Standards besonders wichtig sind, orientiert sich im Essalltag an Foodtrends wie „Fair Food“ oder „Flexitarier“.
- Foodtrends sind also – anders als gesellschaftliche Megatrends – nicht ubiquitär, sie wirken nicht auf jeden einzelnen Menschen und umfassen nicht alle Ebenen der Gesellschaft. Sie sprechen verschiedene Zielgruppen an und werden von unterschiedlichen Akteuren getragen. Somit sind sie für Unternehmen keine Betriebsanleitungen, denen man einfach folgen sollte, sondern sinnvolle Inspirationsquellen, um sich zukunftsfit aufzustellen.

Denn in unserem durch Industrialisierung und Globalisierung geprägten Ernährungssystem spiegeln sich unmittelbarer als in anderen Bereichen viele Probleme unserer Überfluggesellschaft wider: Verschwendung, Ausbeutung von Ressourcen, Plastik-Müllberge sowie der nicht unwesentliche Ausstoß von Klimagasen.

Unmittelbarer deshalb, weil wir durch die Art und Weise, wie wir unsere *Lebensmittel* produzieren, transportieren und konsumieren bzw. – Stichwort Verschwendung – nicht konsumieren, dazu beitragen, unsere natürlichen *Lebensgrundlagen* zu zerstören. Diesen Widerspruch spüren wir, auch wenn wir noch lange nicht konsequent genug daran arbeiten, ihn aufzulösen.

Die zahlreichen Food-Trends, die jeweils unterschiedliche Lösungsansätze für mehr Nachhaltigkeit in unserem Ernährungssystem enthalten, sind zwar meist nur in bestimmten Nischen wirksam, werden aber vor allem von sogenannten Millennials bzw. Vertretern der Generation Z getragen, also den jüngeren Generationen, die unsere Esskultur in Zukunft prägen werden.

So ist Re-Use Food nicht mehr nur ein ökologisches Randthema, sondern immer häufiger auch zentrales Kriterium innovativer Produkte, Dienstleistungen und ganzer Geschäftsmodelle. Wichtiger Impuls für Urban Food, Local Food und Local Exotic ist nicht nur die Reduktion von Transportwegen, sondern Frische und Nähe zum Produzenten. Der Impetus für Plant Based Food ist die Entwicklung kulinarisch attraktiver Alternativen zu Fleisch und aktuell in der Haubengastronomie wirkungsvoll. Zudem bringt der Zero-Waste-Trend Bewegung in den Umgang mit Ressourcen.

Diese Food-Trends sind spürbare gesellschaftliche Gegenimpulse zum „Immer schneller, immer billiger, immer mehr“ der zum Teil primär auf Effizienz und Profit getrimmten Ernährungsindustrie und unserem vom Überfluss geprägten Konsumverhalten. Gegenimpulse, die bei Konsumenten zunehmend auf stärkere Resonanz stoßen und denen Lebensmittelproduzenten sowie Handel in Zukunft mit entsprechenden Produkten und Serviceleistungen verstärkte Aufmerksamkeit widmen werden. ■

# Aktivitäten im Überblick

Das *f.eh* bedient eine Reihe von Kanälen, hat über die Jahre unterschiedliche Formate für den Gedankenaustausch etabliert und zahlreiche Themen auf den Weg gebracht. Lesen Sie, was wir tun, wenn wir nicht gerade an der nächsten *ernährung heute* arbeiten.

## Wir fördern den Dialog

**f.eh-Symposium:** Zu übergreifenden Themen aus unseren Kompetenzfeldern veranstalten wir Symposien mit renommierten Fachreferenten aus Wissenschaft, Wirtschaft sowie Politik und schaffen Gelegenheit, mit einem interdisziplinären Publikum zu diskutieren.

10|2020 Einfach zu komplex?

10|2019 Nachhaltig essen – ein Bildungsprozess

09|2017 Essen lernen – aber wie? Ernährungsbildung der Zukunft

09|2015 Über Mythen, Widersprüche und Skandalisierung

06|2014 Demografische Revolution: Reifeprüfung auf dem Teller

06|2013 Markt. Wert. Wahrnehmung. Was ist Essen wert?

06|2012 Freiheit oder Fremdbestimmung: Wie privat ist Essen?

05|2011 Wie isst Mann? Wie kocht Mann?

03|2010 Kulinarische Intelligenz – Genuss ist Lebensqualität

**f.eh im Dialog:** Zu einem fokussierten Thema aus Wissenschaft und Praxis, Gesundheit und Nachhaltigkeit bieten wir einen Rahmen für sachliche Diskussionen.

05|2021 Wissen is(s)t Macht: Ernährungsbildung in D-A-CH

02|2020 Tierwohl zwischen Wunsch und Wirklichkeit

01|2019 Reden wir über Medien, Werbung und Verbote

04|2019 Reden wir über Palmöl

09|2016 Essen und Verantwortung: Wer stellt die Weichen?

06|2015 Ernährungsstudien: Kritik zwischen den Zeilen

11|2013 E-Nummern: Zugesetzt oder abgesetzt?

02|2013 Wie süß ist die Zukunft?

**f.eh-Business-Breakfast:** Den Austausch zwischen Vertretern der Lebensmittelwirtschaft und politisch Verantwortlichen fördern wir mit unserem Business-Breakfast.

**f.eh live im Talk:** Über Aktuelles sprechen wir mit Experten in frei zugänglichen Webinaren, die auf unserem YouTube-Kanal nachzuschauen sind. Die Themen sind vielfältig: vegane Kinderernährung, Genuss in der Krise, Sinn und Zukunft von Verpackung, Nährwertkennzeichnung wie Nutri-Score und Co, Fleischersatz oder Fisch im Nachhaltigkeitscheck. Zu den Videos: [www.forum-ernaehrung.at/events/live-im-talk](http://www.forum-ernaehrung.at/events/live-im-talk)

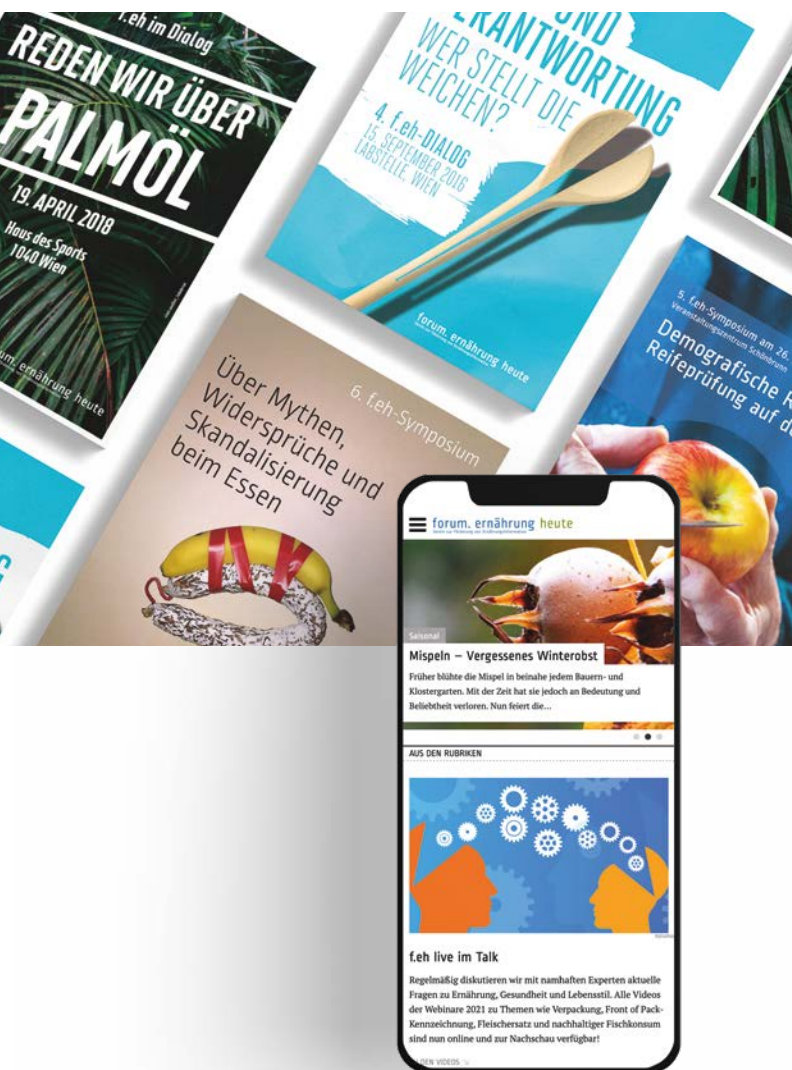
## Wir informieren

Wir bereiten fundierte und faktenbasierte Informationen praxisrelevant auf und bieten diese über unser quartalsweise erscheinendes **Magazin *ernährung heute***, unsere **Website [www.forum-ernaehrung.at](http://www.forum-ernaehrung.at)** und unseren monatlich erscheinenden **Newsletter** an. Zur Anmeldung: [www.forum-ernaehrung.at/newsletter](http://www.forum-ernaehrung.at/newsletter). Überdies tragen wir mit unserer **Medienarbeit** zu einem positiven und sachlichen Gesprächsklima in der Ernährungsdebatte bei.

## Wir regen zum Handeln an

**Ernährungsbildung der Zukunft:** Mit Events, Projektkooperationen, Round-Table-Gesprächen, einer Erhebung zum Ernährungswissen und Presseaussendungen machen wir Entscheidungsträger in Politik und Behörden, Stakeholder, Fachkräfte und Meinungsbildner darauf aufmerksam, wie dringend und nötig eine Neugestaltung der Ernährungsbildung bis zum Ende der Schulpflicht und darüber hinaus ist.

**Entertainment Education:** Das *f.eh* war Vorreiter in Sachen spielerisches Lernen mit Memory, Karten- und Computerspielen, Kabarettvideos u. v. m. Nach wie vor haben wir unser Spiel „[ess-be]: bewegtes Rätseln“ im Programm, bei dem jene gewinnen, die über Ernährung Bescheid wissen und sich



zudem geschickt bewegen können. Unterhaltung boten zuletzt einige Pub-Quiz-Abende. Zudem steht unsere gesamte Quiz-Reihe jederzeit online bereit. Hier geht's zur Übersicht: [www.forum-ernaehrung.at/quiz](http://www.forum-ernaehrung.at/quiz)



**Kritik und Reflexion:** Ernährungsinformationen bewegen sich häufig zwischen Mythen, Widersprüchen, Irrmeinungen und Skandalisierungen. Wir bieten Hintergrundwissen für ein besseres Verständnis von Ernährungsstudien an und diskutieren regelmäßig deren Qualität sowie Potenzial für die Praxis – in Workshops und in unseren Medien. Sowohl Multiplikatoren als auch Konsumenten sollen mögliche Fallstricke in der Ernährungskommunikation kennen und Resilienz gegen Panikmache und Fake News aufbauen können.

**Gesund essen und genießen gehen Hand in Hand:**

Das ist durch internationale und nationale Daten – etwa das Österreichische Genussbarometer – belegt. Wir vermitteln seit vielen Jahren die Relevanz von Genuss und kulinarischer Kompetenz, unter anderem mit den in Bildsprache gegossenen Genussregeln sowie in Workshops, Vorträgen und Publikationen.

**Freude an der Bewegung:**

Diese vermitteln wir mit dem Pilotprojekt „Schule bewegt. Bewegte Schule“ in Kooperation mit der BSO und ihren Dachverbänden SPORTUNION, ASKÖ, ASVÖ von 2006 bis 2008. Dafür wurden wöchentliche polysportive Bewegungseinheiten im Rahmen der Nachmittagsbetreuung für 10- bis 14-Jährige organisiert. Die Prozessevaluierung bestätigt: Wer sich gerne bewegt, bewegt sich mehr. Das ist wichtig, denn bei der Entstehung von Übergewicht sind Essen und Bewegen „zwei Seiten derselben Medaille“. Zudem wurde die *f.eh*-Bewegungspyramide zur Veranschaulichung der Empfehlungen publiziert. ■



Kurt Kainrath

## Kinder, wie die Zeit vergeht!

**Zur Person:**

Mag. Helga Cvitkovich-Steiner leitet das Marketing- und Produktmanagement für Education & Care Catering bei GOURMET. Als ausgebildete Diätologin sowie Ernährungswissenschaftlerin brachte sie zuvor ihre Expertise bei der ÖGE, bei der AKE und von 2005 bis 2012 beim VEÖ ein [davon 5 Jahre als Vorsitzende]. Von 2004 bis 2007 war sie für das *f.eh* als wissenschaftliche Leiterin tätig und im Zuge dessen wesentlich an der Neuorientierung des *f.eh* beteiligt.

30 Jahre *forum. ernährung heute* klingen unglaublich in meinen Ohren. Es war doch erst gestern, als mir Robert Dissmann\* die Schlüssel in die Hand gab.

Und ja, es war eine spannende Zeit! Mit einem Vorstand, der Dinge ermöglichte, statt sie zu verhindern. Mit einem Geschäftsführer, der mir zeigte, wie Führung durch Vertrauen geht – danke, Rudi\*\*, ich denke ganz oft an dich! Mit einem Mentor, der mir still und leise half, wenn's nötig war – danke, Dr. Blass, Sie haben mich sehr geprägt!

Gab es Hürden damals bei der Neuausrichtung? Wahrscheinlich. Aber keine, an die ich mich erinnern kann. Die Gedanken waren in die Zukunft gerichtet. Das ist beim *f.eh* auch heute so. Es entwickelt sich stetig weiter. Nur eines verändert sich nicht: die Grundhaltung. Evidenzbasiertes Denken und Tun.

Danke, liebe Marlies, für unsere gemeinsame Zeit beim *f.eh*. Es war schön, dich in all den Jahren zu beobachten. Du hast unglaublich viel bewegt in dieser Zeit. Ich wünsche dir weiterhin viel Freude beim Gestalten und dem *f.eh* alles Gute! ■

Anm. d. Red.:

\* Robert Dissmann, Geschäftsführer (1991–2004)

\*\* DI Rudolf Fila, Geschäftsführer (2004–2016)

*30 Jahre f.eh klingen unglaublich in meinen Ohren.*

# Was hat sich verändert?

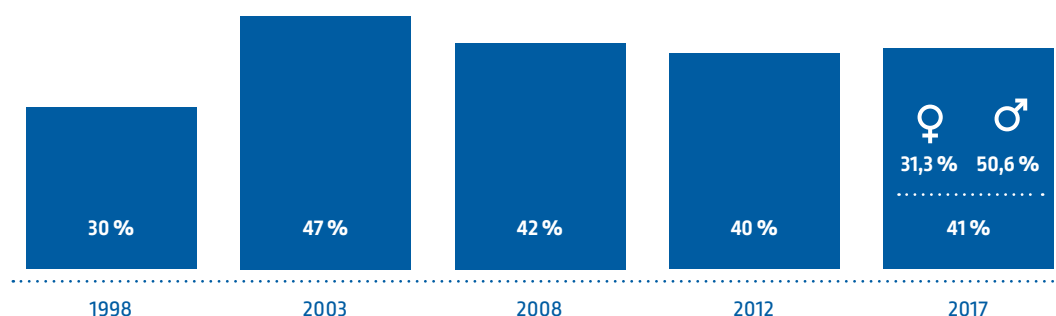
Das Essverhalten ist im Grunde eine recht stabile Gewohnheit. Und doch unterscheidet es sich heute von jenem vor 30 Jahren: Wir essen flexibler und internationaler, mehr Convenience und Bio. Mit welchem Effekt?

VON ELISABETH SPERR UND MARLIES GRUBER

Wir haben uns ein paar ernährungs- und lebensstilassoziierte Parameter angesehen und festgestellt: Ein objektivierbarer Rückblick auf mehrere Jahrzehnte ist gar nicht so einfach. Es fehlen schlichtweg Daten. Oder die Grundlagen weisen erhebliche Unterschiede auf. Der erste Österreichische Ernährungsbericht wurde 1998 veröffentlicht und erscheint seither überwiegend im 5-Jahres-Rhythmus – basierend auf verschiedenen Erhebungsmethoden. Dennoch lassen sich einige Vergleiche ziehen. So zeigt sich etwa, dass die Kalorienaufnahme relativ konstant ist. Gleichzeitig gibt es mehr Übergewichtige. Die Vermutung liegt nahe,

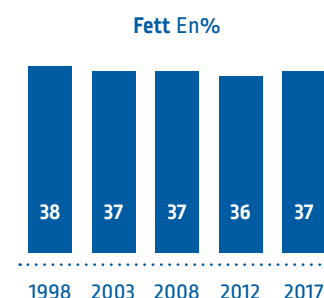
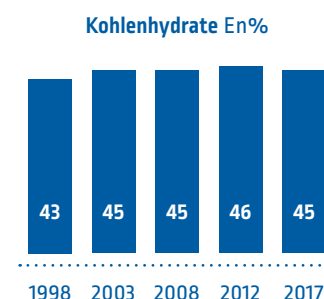
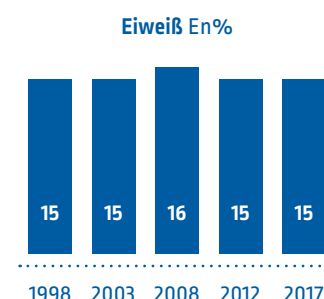
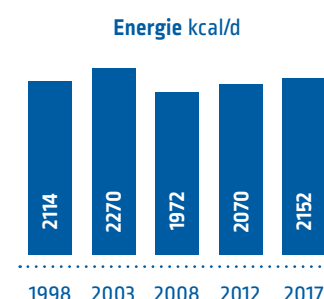
dass der sedentäre Lebensstil seinen Beitrag leistet. Bewegen wir uns zunehmend weniger? Diesbezüglich tappen wir im Dunkeln. Denn tatsächlich mangelt es dazu an belast- und vergleichbaren Daten für die vergangenen Jahrzehnte. Erklärungen für den eklatanten Gewichtsanstieg rund um die Jahrtausendwende sind nicht ableitbar, es gibt nur einen Eindruck der jüngeren Vergangenheit. Als politische Entscheidungsgrundlage und für eine effektive Gesundheitsförderung sowie -kommunikation ist für die Zukunft ein umfassendes und vor allem konsistentes Monitoring ebenso wünschenswert wie der freie Zugang zu Rohdaten. —

## Vier von zehn sind übergewichtig oder adipös



Anteil der Adipositas seit 2008 bei 11–12%; Quelle: Österreichischer Ernährungsbericht 1998, 2003, 2008, 2012, 2017

## Aufnahme von Energie und Makronährstoffen relativ konstant



Quelle: Österreichischer Ernährungsbericht 1998, 2003, 2008, 2012, 2017



## Bewegung – die große Unbekannte

In den Ernährungsberichten 2008 und 2012 wurde das Physical Activity Level erhoben (je ca. 1,6), 2017 wurde es auf 1,4 festgelegt, „weil mehr als die Hälfte der Menschen keine arbeitsbezogene körperliche Aktivität durchführt und in der Freizeit eher moderat körperlich aktiv ist“. Diese Aussage stammt aus den Gesundheitsbefragungen aus 2014 und 2019. Dort ist auch zu erfahren: Die Hälfte der 18- bis 64-Jährigen erfüllt die WHO-Empfehlung in Bezug auf Ausdauer mit 2,5 Stunden/Woche. Im Bewegungs-Monitoring 2017 wurden zudem Basisdaten erfasst. Demnach liegt die Gesamtaktivität bei durchschnittlich 15 Stunden/Woche (Arbeits-, Transport- und Freizeitbewegung).

Quelle: Österreichischer Ernährungsbericht 2008, 2012; Österreichische Gesundheitsbefragung 2014, 2019; Bewegungs-Monitoring Bevölkerungsbefragung 2017

**Vitamin D:** Über Lebensmittel geht sich eine ausreichende Versorgung nie aus. Die körpereigene Synthese erfolgt über den Aufenthalt im Freien, wenn man sich täglich etwa 10–20 Minuten dem UV-Licht aussetzt.

### Kritisch: Vitamin D, Kalzium & Jod, Eisen nur bei Frauen (Abweichende Aufnahme vom Referenzwert in Prozent)

Jahr	Vitamin D [%]	Kalzium [%]	Jod [%]	Eisen [%]
1998	-20	-6	1	♀ -21 ♂ 36
2012	-34	-12 <sup>1)</sup>	-27	♀ -28 ♂ 24
2017	-87 <sup>2)</sup>	-9	-36	♀ -26 ♂ 36

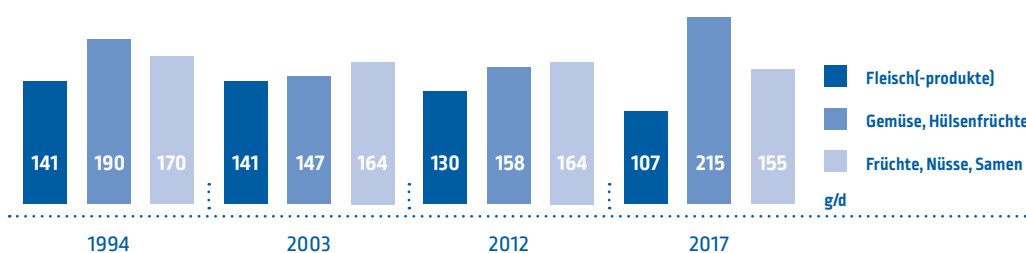
1) neuer Referenzwert 1000 mg statt 900 mg

2) neuer Referenzwert 20 µg statt 5 µg

Quelle: Österreichischer Ernährungsbericht 1998, 2012, 2017

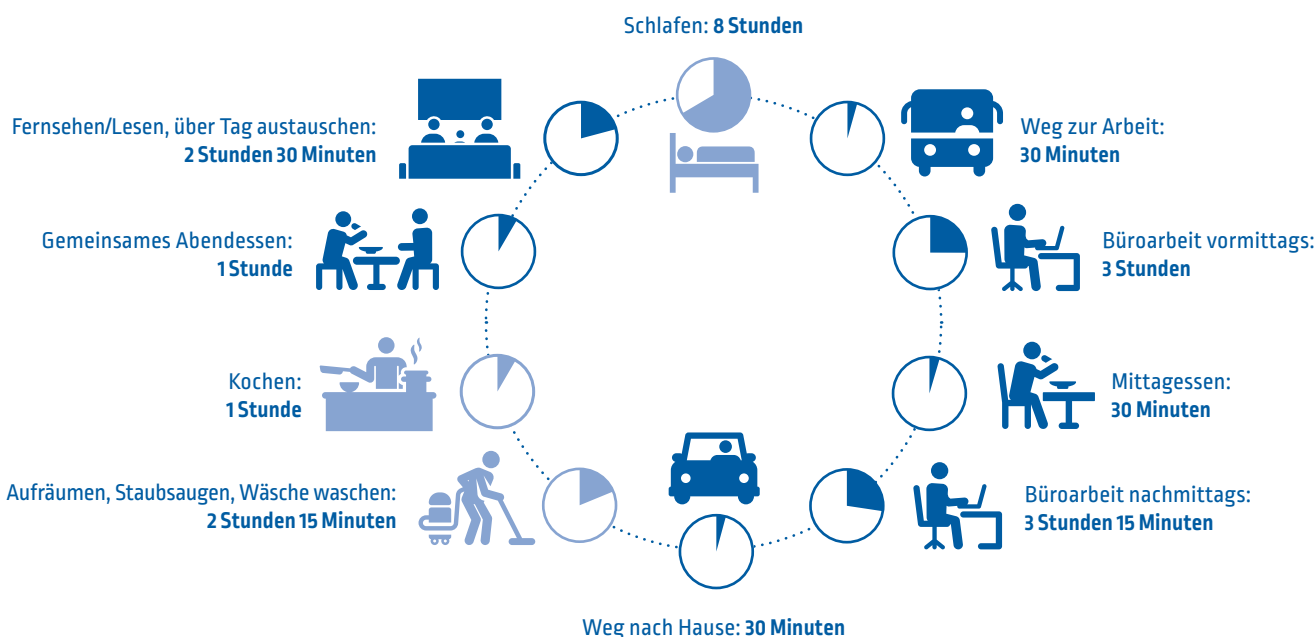
**Jod:** In Österreich wird Speisesalz mit Jod angereichert. Dessen Aufnahme nimmt jedoch durch die Salzreduktion in Brot- und Fleischwaren sowie die Verwendung von nichtjodiertem Salz stetig ab.

### Weniger Fleisch, mehr Gemüse



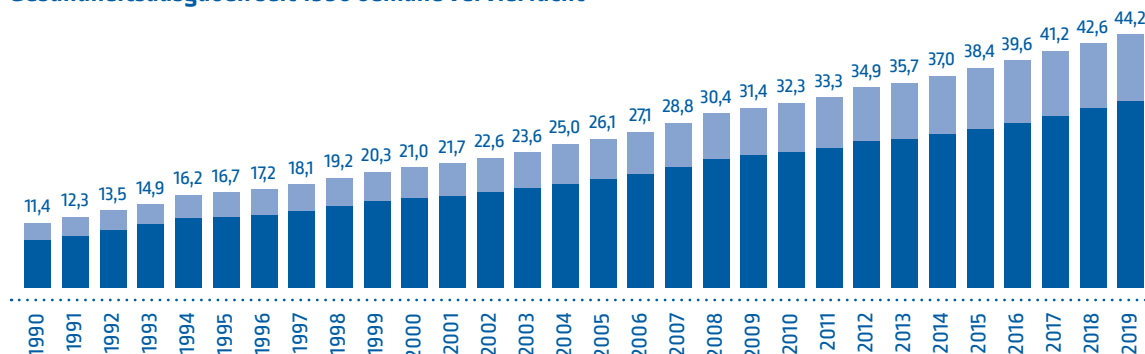
Quelle: Erster Wiener Ernährungsbericht 1994; Österreichischer Ernährungsbericht 2003, 2012, 2017

### Wir sitzen täglich ca. 11 Stunden



Restliche 2 Stunden 30 Minuten sind nicht zugeordnete Zeiten (z. B. Körperpflege, Telefonieren mit Eltern/Freunden); Quelle: Statistik Austria, Zeitverwendungserhebung 2008/2009

### Gesundheitsausgaben seit 1990 beinahe vervierfacht



Quelle: Statistik Austria, Gesundheitsausgaben in Österreich laut System of Health Accounts (SHA) 1990–2019 (in Mio. Euro)

# Die Lücke schließen

Seit 2010 begleitet ein wissenschaftlicher Beirat das *f.eh.* Wir haben mit dem Vorsitzenden Univ.-Prof. Dr. Jürgen König und dem Stellvertreter Univ.-Prof. DI Dr. Emmerich Berghofer über wissenschaftliche Errungenschaften, Hypes und Evidenz gesprochen.

INTERVIEW MARLIES GRUBER UND ELISABETH SPERR

**ernährung heute: Ein Rückblick auf die vergangenen 30 Jahre. Was waren die größten wissenschaftlichen und technologischen Errungenschaften in dieser Zeit?**

**Emmerich Berghofer:** In der Lebensmitteltechnologie ist die Zeit ganz klar geprägt von der Ankunft im Industriezeitalter und damit der Convenience-Gesellschaft. Der Verarbeitungsgrad stieg, die Lagerzeiten wurden länger und damit mussten auch bessere Haltbarkeitsverfahren her. Auch in der Verpackungsindustrie hat es große Sprünge gegeben. Eine der größten Errungenschaften aber war die Entwicklung und Verbesserung des aseptischen Abfüllens. Dabei werden das Produkt und die Verpackung zunächst getrennt voneinander in Hoch-Kurz-Verfahren pasteurisiert oder sterilisiert. Anschließend wird das Lebensmittel in die Verpackung gegeben und steril versiegelt. Dadurch ist Schutz vor biologischen Risiken gewährleistet und das Lebensmittel bleibt möglichst geschont. Diesen Sprung zu schonenden Haltbarkeitsverfahren weiß man viel zu wenig zu schätzen. Vor allem vor dem Hintergrund der Convenience: Ein Lebensmittel hat umso mehr Haltbarkeitsbedarf, je höher es verarbeitet ist. Generell kann man sagen, dass der Fokus immer mehr auf Lebensmittelsicherheit gelegt wird. Das zeigt auch die Gesetzgebung. Heute haben wir das Lebensmittel- und Verbraucherschutzgesetz (seit 2006, Anm. d. Red.), früher hieß es nur Lebensmittelgesetz. Infolge dieser Neuaufwertung hat man eine Reihe von Gesetzestexten erlassen, etwa die Lebensmittelinformationsverordnung (seit 2011, Anm. d. Red.). Auch darin geht es vordergründig um die Gewährleistung der Lebensmittelsicherheit.

**Jürgen König:** Im Bereich der Ernährungswissenschaft haben wir eine Art Vernaturwissenschaftlichung. Die Molekularbiologie und die Omics-Technologien haben Einzug in die Ernährungswissenschaft gehalten. Alles musste auf molekularer Ebene geklärt werden. Das war für die Disziplin als solches bestimmt sehr gut, aber für das Verständnis der Ernährung an sich

meiner Meinung nach nicht ganz zielführend. Dadurch haben wir mittlerweile einen sehr gegenläufigen Trend. Auf der einen Seite haben wir mechanistische, sehr spezialisierte naturwissenschaftliche Fragestellungen, aus denen man quasi keine Aussagen für den Gesamtorganismus herauslesen kann, und auf der anderen Seite das überaus komplexe Ernährungsverhalten. Seit Jahren schaffen wir es nicht, diese Lücke zu schließen.

**Berghofer:** Die Zusammenhänge rund um Ernährung werden immer komplexer, aber der Mensch sucht nach einfachen Lösungen. Aktuell herrscht dadurch so eine Nostalgie bei den Konsumenten. Deshalb ist Natur und Naturbelassenheit in der Wahrnehmung automatisch gut. Das ist jedoch nicht per se der Fall. Im Gegenteil: Ein naturbelassenes Produkt kann mitunter sehr giftig sein.

**Welche wissenschaftlichen Ansätze haben sich über die Jahre als falsch erwiesen?**

**König:** Bei den probiotischen Lebensmitteln wurden viele Hypothesen aufgestellt, von denen wieder Abstand genommen wurde. Sämtliche Werbeaussagen, die auf der damaligen Basis getroffen wurden, mussten entfernt werden, weil trotz zeitlicher und finanzieller Investments keine entsprechende Evidenz vorgelegt werden konnte. Ähnliches hatten wir bei der antioxidativen Kapazität von Lebensmitteln. In meiner Wahrnehmung waren die Probiotika dann allerdings der Anfang der heute gehypten Mikrobiomforschung. Ein weiterer Punkt ist für mich die einstmalige negative Bewertung von Cholesterin. Da hat man sich mit der Empfehlung, den Cholesterinkonsum zu beschränken, schlichtweg vertan. Das war bzw. ist auch von der Kommunikation her sehr problematisch. Die US-amerikanischen Empfehlungen wurden daraufhin angepasst und geben mittlerweile keine Obergrenze mehr für die Cholesterinzufuhr an. In den D-A-CH-Empfehlungen bilden sich diese wissenschaftlichen Erkenntnisse bislang nicht ab.



Medizinische Universität Wien

Zur Person:

Univ.-Prof. DI Dr. Emmerich Berghofer war langjähriger Leiter des Instituts für Lebensmitteltechnologie an der Universität für Bodenkultur in Wien und ist Vorsitzender-Stellvertreter im wissenschaftlichen Beirat sowie Rechnungsprüfer des *f.eh.*



#### Zur Person:

Univ.-Prof. Dr. Jürgen König hat am Department für Ernährungswissenschaften der Universität Wien die Professur für Spezielle Humanernährung inne und ist seit 2010 Vorsitzender im wissenschaftlichen Beirat des *f.eh*.

Der wissenschaftliche Beirat arbeitet pro bono sowie weisungsfrei und ist allein den wissenschaftlichen Prinzipien verpflichtet. Er unterstützt bei der Programmgestaltung und sichert die wissenschaftliche Fundierung der Arbeit des *f.eh* ab.

#### Vor welchen Herausforderungen steht die Wissenschaft?

**König:** Die große Herausforderung ist es, sämtliche Aussagen mit guten wissenschaftlichen Daten zu belegen. Das betrifft sowohl vorliegende und neue Hypothesen als auch Empfehlungen. Wir forschen viel auf molekularer Ebene, aber wie das im Gesamtorganismus funktioniert, wissen wir nicht. Da gilt es bestmögliche Evidenz zu liefern, auch wenn das schwierig und mitunter mühsam ist. So ist eine der wenigen tatsächlich gut belegten Aussagen etwa, dass Ballaststoffe sich positiv auf den Körper auswirken.

**Berghofer:** Im Bereich der Lebensmittel sind Destrukturieren und Strukturieren die beiden Schlagworte. Rohstoffe werden immer mehr in ihre Einzelteile zerlegt und danach zu neuen Lebensmitteln zusammengesetzt. Dafür werden stets neue Trennverfahren benötigt. Das wird zukünftig durch neue Technologien immer wichtiger werden. Stichwort Fleischersatz und 3D-Druck.

**König:** Auch das Thema Klimawandel wird uns beschäftigen, obwohl die Ernährung nur einen kleinen Teil dazu beiträgt. Da wird es darum gehen, die Interdisziplinarität der Forschungsbereiche zu fördern. Wir können viele Fragen nicht beantworten, wenn wir nicht über unseren naturwissenschaftlichen Tellerrand zu den Geistes- und Sozialwissenschaften hinüberschauen. Die großen Fragen, die die Gesellschaft umtreiben, lassen sich nicht mit *einer* Wissenschaft beantworten.

**Berghofer:** Ein Problem ist hierbei auch, dass der Einzelne aus der Verantwortung entlassen wird. Die Konsumenten wollen möglichst viel Freiheit, aber keine Verantwortung. Diese Auslagerung von Verantwortlichkeit ist in vielen Bereichen zu sehen, aber besonders beim Essen.

#### Wie viel Evidenz braucht die Ernährungspolitik, um fundierte Maßnahmen zu setzen?

**Berghofer:** Ich empfinde, dass die nationale Gesundheitspolitik oft den falschen Weg einschlägt. Eine Entmündigung der Konsumenten,

etwa über Verbote oder Steuern, wird im Endeffekt nicht sonderlich viel bringen. Das zeigen Daten aus anderen Ländern. Meines Erachtens ist es sinnvoller, sich darum zu kümmern, dass die Qualität der Ernährungskommunikation gesichert ist. Konsumenten sind besser geschützt, wenn sie in den Medien fundiert informiert werden. Momentan werden Botschaften häufig übermäßig reißerisch oder schlichtweg falsch aufbereitet.

**König:** Meiner Ansicht nach ist es notwendig, eine entsprechende wissenschaftliche Basis für Empfehlungen zu schaffen, allerdings ist das enorm schwierig. Oft fehlt da schlichtweg die Finanzierung. Die EFSA (Europ. Behörde für Lebensmittelsicherheit, Anm. d. Red.) widmet sich dem Thema mittlerweile und formuliert sukzessive fundierte Empfehlungen zu einzelnen Nährstoffen. Generell kann man aber sagen, dass die internationale Gesundheitspolitik schon besser geworden ist, weil man auch vorhandenen Daten Aufmerksamkeit widmet und sich nicht nur auf einzelne Expertengruppen verlässt.

#### Was schätzen Sie an der Arbeit des *f.eh*?

**Berghofer:** Gerade im postfaktischen Zeitalter ist es essenziell, dass es eine Institution als Gegenpol zu Medienheischerei gibt. Eine, die Informationen bereitstellt, die auf fundierten Grundlagen beruhen. Da ist das *f.eh* eine Stimme, die bereits Gehör findet, aber noch viel mehr gehört werden sollte.

**König:** Auch wenn es einige Außenstehende nicht glauben möchten, findet hier tatsächlich eine neutrale, objektive Informationsaufbereitung statt. Es geht um faktenbasierte Ernährungskommunikation sowohl mit dem Fachpublikum als auch mit den Konsumenten. Die Themenwahl ist nicht nur geprägt von kurzfristigen Trends, die viel Aufmerksamkeit bringen, sondern man blickt über den Tellerrand hinaus – was wir verstärkt fordern. ■

#### Mitglieder des wissenschaftlichen Beirats

Univ.-Prof. Dr. Jürgen König, Department für Ernährungswissenschaften, Uni Wien

Univ.-Prof. Dr. Emmerich Berghofer, Department für Lebensmittelwissenschaften und -technologie, BOKU Wien

Ass.-Prof. Dr. Claudia Angele, Department für Ernährungswissenschaften, Uni Wien

Univ.-Prof. Dr. Arnd Florack, Institut für Arbeits-, Wirtschafts- und Sozialpsychologie, Uni Wien

Mag. Christian Halbwachs, Bundes-Sport GmbH, Abteilung Breitensport, Wien

FH-Prof. Gabriele Karner, MBA, FH St. Pölten, Diätologie

Mag. Hanni Rützler, futurefoodstudio, Wien

DI Oskar Wawschinek, MAS MBA, Food Business Consult, Wien

Prim. Univ.-Prof. Dr. Karl Zwiauer, Kinder- und Jugendambulanz, LK St. Pölten



**Aktuelles zu Ernährung und Lebensstil:  
Bleiben Sie mit unserem Newsletter immer  
informiert!**

[forum-ernaehrung.at/newsletter](http://forum-ernaehrung.at/newsletter)



**IMPRESSUM**

**Medieninhaber, Herausgeber:**

forum. ernährung heute;  
Verein zur Förderung von Ernährungsinformation,  
Schwarzenbergplatz 6, 1037 Wien  
t +43.1.712 33 44

[office@forum-ernaehrung.at](mailto:office@forum-ernaehrung.at)

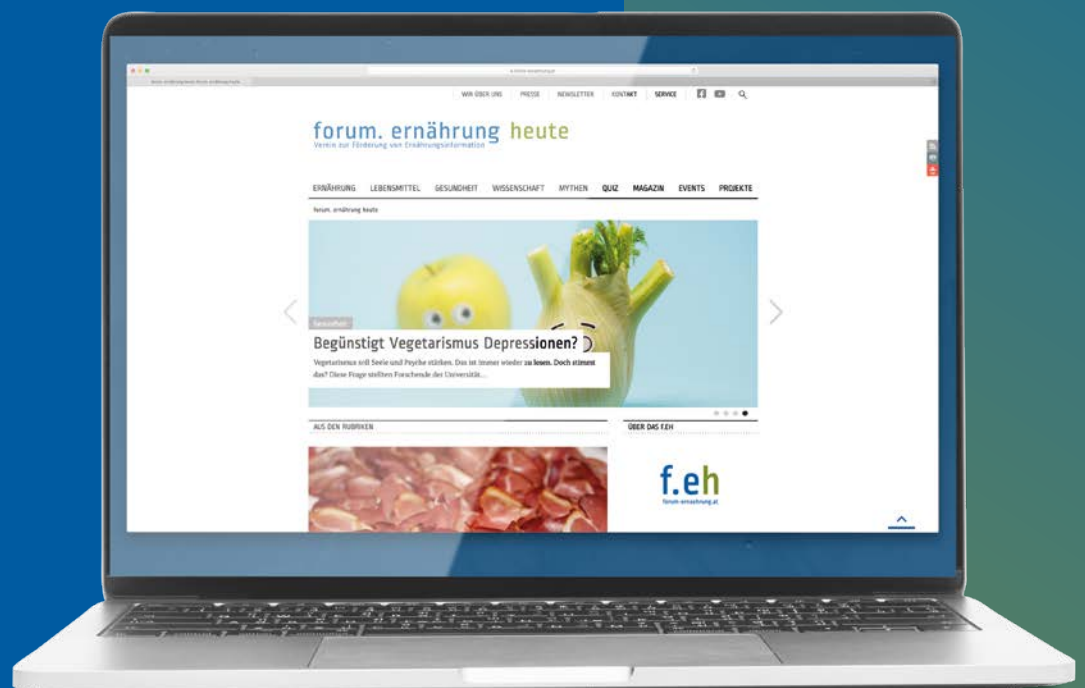
[www.forum-ernaehrung.at](http://www.forum-ernaehrung.at)

**Geschäftsführung, Chefredaktion:** Dr. Marlies Gruber

**Redaktion:** Elisabeth Sperr, MSc.

**Lektorat:** Conny Brandhofer

**Design:** vekorama.city



[forum-ernaehrung.at](http://forum-ernaehrung.at)