

**DEUTSCHE GESELLSCHAFT FÜR ERNÄHRUNG E.V.**  
SEKTION SCHLESWIG-HOLSTEIN  
- Ihr Partner in Ernährungsfragen -



Deutsche Gesellschaft für Ernährung e.V.  
Hermann-Weigmann-Straße 1-27 · 24103 Kiel

**Schleswig-Holsteinischer Landtag**  
**Sozialausschuss**  
**Postfach 7121**  
**24171 Kiel**

Schleswig-Holsteinischer Landtag				
26.03.2006 08:54				
Expl.:	Anl. 1			
LP	L	L1	L2	L3

Hermann-Weigmann-Str. 1-27  
24103 Kiel  
Telefon 04 31 / 6 27 06  
Telefax 04 31 / 67 40 92

L 212  
M. 26.03

**Schleswig-Holsteinischer Landtag**   
**Umdruck 16/2978**

**Stellungnahme der Deutschen Gesellschaft für Ernährung, Sektion Schleswig-Holstein zum Antrag des SSW zur verbindlichen Nährwert-Kennzeichnung von Lebensmitteln (Drucksache 16/1698)**

Sehr geehrte Damen und Herren,

beiliegend erhalten Sie die mit Schreiben vom 26. Februar 2006 erbetene Stellungnahme zur verbindlichen Nährwert-Kennzeichnung von Lebensmitteln. Bei Rückfragen stehen wir ab dem 07. April gerne auch persönlich zur Verfügung.

Mit freundlichen Grüßen,

Dr. Petra Schulze-Lohmann  
Sektionsleiterin der DGE Schleswig-Holstein





**Stellungnahme der Deutschen Gesellschaft für Ernährung, Sektion Schleswig-Holstein zum Antrag des SSW zur verbindlichen Nährwert-Kennzeichnung von Lebensmitteln (Drucksache 16/1698)**

Die Förderung der vollwertigen Ernährung und verstärkten körperlichen Aktivität ist ein wesentliches Anliegen der Deutschen Gesellschaft für Ernährung, denn günstige Lebensstilfaktoren beeinflussen die Lebenszeit und –qualität positiv und können auch helfen, das Ausmaß von Übergewicht zu reduzieren.

Grundlegende Änderungen im Essverhalten und der Esskultur sowie das große Angebot von immer und überall verfügbaren, preiswerten und schmackhaften Lebensmitteln führen dazu, dass es immer schwieriger wird, dauerhaft eine ausgeglichene Energiebilanz zu erreichen. Der steigende Verzehr von fett- und zuckerreichen Lebensmitteln mit hoher Energiedichte und hohem glykämischen Index, ein gestiegener Fast-Food-Verzehr und „XXL-Portionen“ wurden in wissenschaftlichen Studien als besonders ungünstig diagnostiziert. Weiter ist ein vermehrter Außer-Haus-Verzehr mit einem Verzehr größerer Portionsmengen verbunden. Problematisch sind ebenfalls energiereiche Limonaden, die kaum Sättigungssignale hervorrufen und in relativ großen Mengen getrunken werden. Eine vereinfachte und vereinheitlichte Kennzeichnung von Lebensmitteln und Lebensmittelinhaltsstoffen in Europa würde dem Verbraucher eine bessere Orientierung bei der Auswahl der Lebensmittel geben.

Derzeit gilt für die Nährwertkennzeichnung von Lebensmitteln in der Europäischen Gemeinschaft (EU) die Richtlinie 90/496/EEC, die für Deutschland in nationales Recht umgesetzt ist. Eine Novellierung dieser Richtlinie wird seitens der EU angestrebt. Unter anderem wird in dem Vorschlag der Kommission der Europäischen Gemeinschaften vom 30.01.08 für eine Verordnung des Europäischen Parlaments und des Rates betreffend die Information der Verbraucher für Lebensmittel beschrieben, dass Verbraucher Etiketten für nicht gut lesbar und schwer verständlich halten, manche Verbraucher einen umfassenden Überblick über den Nährstoffgehalt bevorzugen oder verlangen, andere nur zu einem Teil daran interessiert sind. Derzeit werden zwei Konzepte diskutiert, nämlich das „Ampelsystem“ und das CIAA-Konzept, das seitens der Industrie bereits vielfach eingesetzt wird.

**Das CIAA-Konzept**

Der Verband der europäischen Lebensmittelindustrie (Confédération des industries agro-alimentaires de l'UE – CIAA) beschäftigt sich bereits seit einiger Zeit mit der Etablierung einer freiwilligen vereinfachten Kennzeichnung. Das CIAA-Konzept besteht aus 4 Angaben (Elementen):



### Rückseite der Verpackung

1. Nährstoffliste: Energie, Protein, Kohlenhydrate, Zucker, Fett, gesättigtes Fett, Ballaststoffe/Nahrungsfaser und Natrium (die sog. „big eight“)
2. Ernährungsinformation pro Portion
3. Guideline Daily Amounts („Richtlinie für die tägliche Aufnahme“)

### Vorderseite der Verpackung

4. Kalorien/Energie pro Portion und % GDA für Kalorien

### **Die „Guideline Daily Amounts“ (GDA)**

Kernstück dieses CIAA-Konzeptes ist die Einführung des Begriffes GDA (Guideline Daily Amounts). Nach der CIAA-Arbeitsgruppe sind hierunter die Angaben (in Prozent) des Gehaltes eines Nährstoffs in einem Lebensmittel in Relation zum von der CIAA vorgeschlagenen Richtwert für die Tageszufuhr des entsprechenden Nährstoffs zu verstehen.

Nach Vorgabe der Arbeitsgruppe sollen die GDA „für durchschnittliche Erwachsene > 18 Jahre mit Normalgewicht“ etabliert werden. Als „tägliche Energieaufnahme“ sind für Frauen 2000 kcal, für Männer 2500 kcal angegeben. Eine weitere Charakterisierung der Zielgruppe bzw. – person wird nicht vorgenommen. Ein Vergleich mit den D-A-CH-Referenzwerten, in denen eine sehr viel individuellere Charakterisierung der Referenzpersonen nach Geschlecht, Alter und körperlicher Aktivität (physical activity level, PAL) erfolgt, zeigt, dass die Angaben von 2000 bzw. 2500 kcal nur für sehr junge Erwachsene annähernd mit unseren Werten übereinstimmen. Für ältere Verbraucher müssten die Werte (deutlich) gesenkt werden. Einzelne Daten als Vorgabe für die Gesamtbevölkerung sind nicht vertrauenswürdig. Ungünstig ist auch, dass bestimmte Lebenssituationen (Kinder/Jugendliche, Schwangere/Stillende) unberücksichtigt bleiben.

Auch für die einzelnen Nährstoffe ergeben sich deutliche Schwächen und Ungenauigkeiten:

- Die Ableitung der Bezugsgrößen ist wissenschaftlich nicht immer nachzuvollziehen. Dies gilt vor allem für die generell entscheidende Frage der Energiezufuhr. Konsequenterweise sind die ausgewiesenen Prozentwerte für die Nährstoffe häufig eine willkürliche Größe
- Die Angabe von Prozenten alleine ist nicht hilfreich. Der Verbraucher muss erkennen können, ob ein hoher oder ein geringer Wert erreicht werden sollte. Dies ist aus der Angabe auf der Verpackung nicht ersichtlich.
- Wissenschaftlich nicht akzeptabel ist auch die Ableitung für den Bezugswert „Zucker“. Hier wurde von der CIAA die Bezugsgröße zur Aufnahme von Zucker folgendermaßen konstruiert:
  - Andere Ernährungsempfehlungen (WHO und Nordic Recommendations) geben einen Referenzwert von 10en% für zugesetzten Zucker an.
  - In UK wird eine Zufuhr von 11en% extrinsischen Zucker (ohne Milchzucker) vorgegeben. Für diesen „Zucker“ gibt es jedoch keine einheitlich Definition
  - Eurodiet und WHO empfehlen eine tägliche Zufuhr von 400 g Obst und Gemüse/Tag
  - In Frankreich und Irland wird eine Aufnahme von 3 Portionen Milchprodukten empfohlen.

# Deutsche Gesellschaft für Ernährung e.V.

SEKTION SCHLESWIG-HOLSTEIN

- Ihr Partner für Essen und Trinken -



Aus diesen Informationen wurde die Bezugsgröße zur Aufnahme von Gesamtzucker konstruiert:

Aufnahme von 200 g Obst und 200 g Gemüse =	28 g Zucker
3 Milchprodukte/Tag (200 g Milch, 125 g Joghurt, 40 g Käse) =	17 g Zucker
Non-milk extrinsic sugars (10% der Energie)=	50g (Frau) bzw. 62,5 g (Mann) Zucker

Hieraus ergibt sich eine gerundete Gesamtzufuhr von 90 g für Frauen bzw. 110 g für Männer. Die gewählte Ableitung dieser Werte ist aus wissenschaftlicher Sicht kritisch zu bewerten. Das Addieren von „natürlich“ vorkommendem Zucker (Obst, Gemüse, Milchprodukte) und zugesetztem Zucker wird in dieser Weise nur von der CIAA durchgeführt. Wird die von Zucker unabhängig entwickelte Bezugsgröße für Kohlenhydrate herangezogen (270 bzw. 340 g), nehmen Mono- und Disaccharide einen Anteil von ca. 1/3 der Kohlenhydratzufuhr ein. Dies wird durch keine internationale Empfehlung gestützt. In der Praxis kann diese Kennzeichnung dazu führen, dass natürlicherweise vorkommende Zucker(arten), z.B. in Obst, Gemüse, Milch(produkten) und Getreide durch Lebensmittel mit zugesetztem Zucker verdrängt oder ersetzt werden.

- Die Angaben sind (zumindest näherungsweise) nur für junge Erwachsene gültig. Alle anderen Verbraucher werden durch die Angaben eher in die Irre geführt. Daran ändert auch ein anzubringender Kommentar bezüglich eines möglicherweise veränderten Energie- und Nährstoffbedarfs in besonderen physiologischen Situationen
- Die Umsetzung dieses nicht verpflichtenden Vorschlags wird gegenwärtig von den jeweiligen Lebensmittelunternehmen uneinheitlich gehandhabt. Unterschiede wurden z.B. festgestellt hinsichtlich:
  - der Bezugsgrößen, sowohl bei den Referenzwerten (Herkunft der Datenbasis, Berechnungsdifferenzen) als auch Portionsangaben
  - der Bezugspersonen (Frauen, Männer, Kinder)
  - der Darstellung auf der Verpackung (Vorderseite, Rückseite)
- Die Freiwilligkeit der Kennzeichnung eröffnet die Möglichkeit, einzelne Produkte herauszustellen und durch die Kennzeichnung gegenüber anderen abzugrenzen. Es stellt sich die Frage, wie der Verbraucher diese Produktbesonderheit bewertet.
- Der Vitamin- und Mineralstoffgehalt erfolgt nicht als GDA-Angabe, sondern in Form des Prozentanteils der empfohlenen Nährstoffzufuhr mit Bezug auf die Recommended Dietary Allowance (RDA) der Nährwertkennzeichnungsverordnung. Das kann nur zur weiteren Verwirrung der Verbraucher beitragen.

Für den Einsatz von GDA gilt die Grundsatzproblematik, dass Richtlinien, die für die Ernährung insgesamt konzipiert werden, auf einzelne Produkte angewendet werden. Aus dem relativen Erreichen von Zielwerten (Empfehlungen bzw. Richtwerte) werden Rückschlüsse auf die Ernährung insgesamt angestrengt. Dies ist nicht zulässig, weil das einzelne, bewertete Produkt immer Teil einer Gesamternährung



und als Teil dieser Gesamternährung möglicherweise anders (besser oder schlechter) einzustufen ist als das „isoliert“ bewertete Lebensmittel.

Zusätzlich muss generell transparent gemacht werden, wann es sich bei der Verwendung von Richtwerten als Bezugsgröße jeweils um Ober- oder Untergrenzen handelt, weil nur so für den Verbraucher eine zulässige Interpretation der Werte auf der Packung möglich ist.

### **Das Ampelsystem**

Das britische Ampelsystem soll dem Verbraucher auf einen Blick signalisieren, welche Inhaltsstoffe wie Fett, Zucker und Salz mit wie viel Gramm in 100 g eines Lebensmittels enthalten sind. Verbraucher werden damit beispielsweise in die Lage versetzt, schnell zwischen zuckerreichen und –armen Lebensmitteln unterscheiden zu können. Ein Vorteil gegenüber der herkömmlichen Nährwertkennzeichnung besteht darin, dass der Verbraucher damit über den realen Zuckergehalt eines Lebensmittels informiert wird und nicht nur über den Gesamtgehalt an Kohlenhydraten. Dennoch bleibt es ihm nicht erspart, genauer hinzusehen. Bei einem zuckerarmen aber zugleich fettreichen Lebensmittel muss er trotz Ampelkennzeichnung den niedrigen Zuckergehalt gegen einen relativ hohen Fettgehalt abwägen.

Aus wissenschaftlicher Sicht wirft das Ampelsystem noch viele Fragen auf. Eine Vereinfachung bedeutet auch gleichzeitig das Weglassen wichtiger Informationen.

Dies sollen die nachfolgenden Fragestellungen verdeutlichen:

- Problematisch ist vor allem die Heterogenität der Lebensmittel. Wird Positives oder Negatives bewertet, z.B. grün bei einem hohen Gehalt an ungesättigten Fettsäuren bzw. rot für einen hohen Fettgehalt?
- Wie soll gekennzeichnet werden, wenn ein relativ hoher Fettgehalt primär auf einem hohen Gehalt an ernährungsphysiologisch wertvollen Omega-3-Fettsäuren beruht?
- Gibt es für alle zu berücksichtigenden Nährstoffe wissenschaftlich abgesicherte Empfehlungen oder Richtwerte für die Tageszufuhr?
- Das Ampelsystem bezieht sich auf 100g eines Lebensmittels, sind gegebenenfalls übliche Verzehrsmengen/Portionsgrößen eine bessere Bezugsgröße?
- Welche Referenzperson wird gewählt, Kinder oder Erwachsene, männlich oder weiblich?
- Welches Ausmaß an körperlicher Aktivität wird zugrunde gelegt? Hiervon hängt entscheidend der Richtwert für die Energiezufuhr ab.
- Müssten gegebenenfalls auch unerwünschte Stoffe, wie z.B. trans-Fettsäuren berücksichtigt werden?

Zwei praktische Beispiele mögen noch einmal das Problem verdeutlichen. Joghurt stellt in der herrschenden Meinung der Verbraucher ein „gesundes“ Lebensmittel dar. Beim Vergleich einzelner Produkte findet sich aber eine Palette von fettarmem und zuckerfreien Naturjoghurt bis hin zu fett- und zuckerreichem Sahnejoghurt. Bei



Milchprodukten steht die bei vielen Menschen defizitäre Calciumaufnahme im Fokus. Soll nun der Sahnejoghurt mit seinem hohen Kaloriengehalt negativ (=rot) oder aufgrund des genauso hohen Calciumgehaltes wie im kalorienarmen Naturjoghurt als positiv (=grün) bewertet werden?

Eine andere Produktpalette stellt das Knäckebrot dar, dass nach Meinung der Verbraucher ein sehr kalorienarmes Brot ist. Auch hier kann man grundsätzlich den in der Bevölkerung ebenfalls defizitären und damit im Knäckebrot positiv hervorzuhebenden Ballaststoffanteil mit „grün“ bewerten, die Realität zeigt allerdings auch hier eine enorme Bandbreite von Knäckebrot. Die Produktdaten eines skandinavischen Hersteller zeigen z.B. folgende Nährwertgehalte, wobei insbesondere der unterschiedliche Fettgehalt der Produkte 2 und 4 bei annähernd gleichem Ballaststoffgehalt ins Auge fällt.

Produkt	1	2	3	4	5
Kcal	310	320	320	320	410
Fett	7,0	14,0	3,5	1,5	11,0
Ballaststoffe	24	14	15	15	5

### Fazit:

Die DGE spricht sich grundsätzlich für eine verbesserte Kennzeichnung von Lebensmitteln aus. Sie kann dem Verbraucher eine Hilfestellung bei der Lebensmittelauswahl sein. Das Ampelsystem ist ein Kompromiss zwischen ausführlicher und pauschalierter Information. Wie oben aufgezeigt sind hier jedoch noch eine Reihe von Überlegungen notwendig, um den Verbraucher nicht in die Irre zu leiten. Eine konkrete Bewertung von Lebensmitteln mittels Farbcodierung kann ein mögliches Potenzial zur Verhaltensänderung bieten. Der Erfolg müsste entsprechend evaluiert werden.

Aus Sicht der DGE werden das Inkrafttreten der Health-Claim-Verordnung mit den geplanten Nährwertprofilen oder eine Ampelkennzeichnung allein keine Verbesserung des Ernährungsverhaltens bzw. des Lebensstils bewirken können. Solche kognitiven Instrumente werden gerade für die Ernährungssituation der Menschen mit einem niedrigen SES (soziökonomischer Status) keine Verbesserung bringen. Unabhängig davon für welches System man sich entscheidet – eine flächendeckende und zielgruppenorientierte Verbraucheraufklärung, -bildung und –beratung ist nach Ansicht der DGE weiterhin erforderlich.

18. März 2008

Dr. Petra Schulze-Lohmann

Sektionsleiterin der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e.V.