

Behördliche Massnahmen für eine gesunde Ernährung

Ausgewogene Ernährung ist ein wichtiger Faktor für einen gesunden Lebensstil. Trotz eines reichlichen Angebotes ist es nicht einfach, sich für gesunde Lebensmittel zu entscheiden. Die Schweizer Ernährungsstrategie soll Voraussetzungen schaffen, um die Wahl gesunder Lebensmittel zu erleichtern.

Von Sarah Beyeler

«Sie alle wissen eigentlich, was Sie tun sollten, aber Sie tun es nicht immer.» **Dr. Michael Beer** vom Bundesamt für Lebensmittelsicherheit und Veterinärwesen BLV spricht über gesunde Ernährung und darüber, ob und wie behördliche Massnahmen diese fördern können. «Braucht es das vorgeschriebene Einheitsmenu? Braucht es nur die Information oder braucht es eine höhere Besteuerung?» Bevor er auf Massnahmen und ihre Wirkung eingeht, begründet Beer, warum der Bund überhaupt tätig werden und eine gesunde Ernährung fördern sollte.

Drei Gründe für behördliche Massnahmen

Erstens weise die Bundesverfassung im Artikel 118 den Schutz der Gesundheit dem Bund zu. «Es gibt aber auch Zahlen, die zeigen, dass sich nicht jede und jeder gesund verhält», nennt Beer als zweiten Grund: Über 2 Millionen Menschen litten in der Schweiz an nichtübertragbaren Krankheiten wie Diabetes oder Herz-Kreislauf-Erkrankungen, die, drittens, «eine Unmenge von Kosten generieren». Es seien ungefähr 50 Milliarden Franken pro Jahr oder 80 Prozent der Gesundheitskosten, die auch mit dem Ernährungsverhalten zusammenhängen. Übergewicht und Adipositas hätten in den vergangenen Jahren stetig zugenommen und entsprechend immer höhere Kosten generiert; im Moment seien es ungefähr 10 Milliarden Franken pro Jahr. Die gesundheitlichen Folgen für die betroffenen Menschen seien fatal; vermehrt entwickelten bereits Kinder Diabetes, «und das ist nicht sehr angenehm, wenn Sie so noch 80 Jahre leben müssen». Deshalb sei Selbstverantwortung zwar gut, aber auch der Staat habe eine Aufgabe, betont Beer. Im Bereich der Ernährung habe der Bund eine Ernährungsstrategie entwickelt, um eine abwechslungsreiche und ausgewogene Ernährung zu fördern.

Kompetenzen + Umfeld = gesunder Lebensstil

Die Ernährungsstrategie beinhalte ein gesamtheitliches Massnahmenpaket. Beispielsweise solle die *Ernährungskompetenz* gestärkt werden. «Sie können die Empfehlungen nur umsetzen, wenn Sie auch die Umsetzungskompetenz haben», erklärt Beer.

«Es ist teilweise schwieriger, ein gesundes Lebensmittel zu kaufen als eine Tafel Schokolade.»

Doch alle Kompetenz nützt nichts, wenn es im Grossverteiler die gesunden Produkte nicht zu kaufen gibt. «Es ist teilweise schwieriger, ein gesundes Lebensmittel zu kaufen als eine Tafel Schokolade.» Deshalb müssten die *Rahmenbedingungen* verbessert werden, fordert der

Referent. Und nicht zuletzt solle die *Lebensmittelwirtschaft* eingebunden werden. Diese müsse noch viel mehr Verantwortung übernehmen und Lebensmittel produzieren, die möglichst gesund sind.

Mit einer bestimmten Kennzeichnung von Lebensmitteln sollen Konsument:innen darin unterstützt werden, sich für gesündere Lebensmittel zu entscheiden. Ein Beispiel ist die Kennzeichnung von Lebensmitteln mit einer Skala und einem Ampelsystem von A (grün) bis E (rot).

Die meisten Massnahmen basierten allerdings auf Freiwilligkeit und seien nicht vom Staat verordnet, relativiert Beer. Daher bleibe offen, wie viel davon die Kantone schlussendlich auch umsetzen.

Adipositas steigt nicht weiter

Eine gute Nachricht laute, dass der Anteil übergewichtiger und adipöser Kinder nicht mehr weiter ansteige. Doch die Zahlen lägen nach wie vor sehr hoch, und es werde immer noch Werbung für zu süsse, zu salzige und zu fettige Nahrungsmittel direkt an Kinder ausgespielt, obwohl dies seit mehreren Jahren thematisiert und kritisiert werde. Trotzdem gibt sich Beer optimistisch: «Es ist nicht alles negativ, wir sind auf einem Weg, der zum Erfolg führen kann.»

So hätten sich 2015 in der Erklärung von Mailand vierzehn wichtige Hersteller der Lebensmittelindustrie und Detailhändler dazu verpflichtet, den Zuckergehalt in Joghurts und Frühstückscerealien freiwillig zu reduzieren. Es sei aber nicht das Ziel, die Auswahl einzuschränken, betont Beer. Die zuckrigen Frühstücksflocken stünden immer noch im Regal, aber eben auch weniger zuckerhaltige oder zuckerlose Alternativen. Bis 2025 sollen Frühstücksflocken aber im Durchschnitt 30 Prozent weniger Zucker enthalten. Weitere Produktkategorien, unter anderem Süssgetränke, sollen folgen. «Dann liegt es an uns, dass wir diese Produkte auch kaufen», mahnt Beer.

ZUR AUTORIN

Sarah Beyeler arbeitet beim Forum für Universität und Gesellschaft
