

Ländervergleichende Studie der Zürcher Hochschule für angewandte Wissenschaften im Auftrag der Heinz Lohmann Stiftung zu den Einflussfaktoren auf das Ernährungsverhalten

## **Die wissenschaftliche Ernährungskommunikation braucht kompetente Influencer**

**Risikobehaftete Ernährungsempfehlungen von selbsternannten Autoritäten / Ernährung muss im schulischen Kontext einen viel höheren Stellenwert bekommen / Handel und (Schul-)Kantinen als Teil der Lösung / Länderspezifische Unterschiede bei ordnungspolitischen Vorstellungen**

Rechterfeld/Zürich, Juli 2021 – Im Kontext von Klimawandel, Nachhaltigkeit, Gesundheit, Tierwohl und ökologischem Fußabdruck wird die Ernährungsweise immer intensiver diskutiert. Wesentliche Fragen, die sich vor allem Politik, Wirtschaft sowie Umwelt- und Konsumentenorganisationen stellen, lauten:

- Wer beeinflusst in welchem Umfang unsere Ernährungsweise?
- Wer sind hierbei die möglichen Entscheidungsträger, die in unserem Ernährungssystem Weichen für eine zukunftsfähige Ernährungsweise stellen?
- Welche möglichen Ansätze gibt es, um auf diese komplexen Systeme einzuwirken?
- Was zeigen Szenarien an möglichen Veränderbarkeiten auf?
- Sind es die Verbraucherinnen und Verbraucher, die letztlich einen Einfluss haben oder beherrschen uns die Systeme, in denen wir leben?
- Gibt es Unterschiede innerhalb des DACH-Raums (Deutschland, Österreich, Schweiz), wie mit diesen komplexen Herausforderungen umgegangen wird?

Antworten auf diese Fragen versucht die Essen der Zukunft-Studie (EssZuk) der Zürcher Hochschule für angewandte Wissenschaften zu geben, die im Auftrag der Heinz Lohmann Stiftung in knapp zweijähriger Arbeit unter der Regie von Prof. Dr. Christine Brombach entstand.

**Eine Erkenntnis aus der EssZuk-Studie: Ernährungsexperten und Fachkreise werden bei der Ernährungskommunikation zu wenig wahrgenommen. Prof. Brombach: „Die Kommunikation zu Ernährungsweisen spielt sich auf den Social-Media-Kanälen ab und wird von Influencern und selbsternannten Autoritäten dominiert. Sie geben überwiegend nicht wissenschaftlich fundierte Empfehlungen zu ernährungsbezogenen Themen. Das birgt für die Nutzerinnen und Nutzer sogar potenzielle gesundheitliche Risiken.“ Daher fordern Fachleute wie auch die Autoren der Studie von Experten für Ernährung, mehr Präsenz in der Öffentlichkeit zu zeigen und korrigierend einzugreifen. Prof. Christine Brombach: „In den Social-Media-Kanälen werden Gesundheit, Nachhaltigkeit, Ernährung, Umwelt prominent als Lifestyle-Themen diskutiert und darüber eine «neue Aufmerksamkeit» hergestellt. So gesehen ist die Zeit überreif für neue Wege der wissenschaftlichen Ernährungskommunikation.“**

Neben der Kommunikation sind „Bildung“, „Politik“ und „Handel“ laut der Studie entscheidende Bereiche bzw. Akteure, um zu einer zukunftsfähigen Ernährung zu gelangen.

Die Ernährungsbildung, die meist in den Familien, unterschiedlich oder gar nicht stattfindet, sollte laut Prof. Brombach im pädagogischen Kontext im DACH-Raum neugestaltet und Teil des schulischen verpflichtenden Lehrplans werden. Hier ergab die Studie Unterschiede in der Integration des Themas Ernährung im Schulsystem. So gebe es in der Schweiz für alle Schulen in fast allen Kantonen einen obligatorischen Hauswirtschaftsunterricht (Klassenstufe 7) und ein Schulkochbuch („Tiptopf“), das in der ganzen Schweiz verbreitet und bekannt sei. Ein vergleichbares, flächendeckendes Angebot von Hauswirtschaftsunterricht oder ein in allen Bundesländern eingesetztes Schulkochbuch gäbe es so weder in Deutschland noch in Österreich.

Prof. Brombach: „Die Ernährungsbildung muss einen höheren Stellenwert in den gesellschaftlichen Anstrengungen zu einem gesundheitsfördernden Verhalten bekommen. Sie muss neben den naturwissenschaftlichen Grundlagen der Ernährung auch soziale, ökologische und ökonomische Aspekte eines selbst bestimmten und mitverantwortlichen Handelns beinhalten.“ Ziel müsse es sein, dass jeder Einzelne einen sorgfältigen und respektvollen Umgang mit Lebensmitteln entwickelt.

Dem Handel schreibt die Studie eine lenkende Wirkung bei einer zukunftsfähigen Ernährung zu. Sie erkennt in so genannten „edumarketing“-Strategien wesentliche Ansätze, um das Einkaufsverhalten z.B. durch Produktplatzierungen am Point of Sale zu steuern. „Angebot, Preisgestaltung, Promotion und Kommunikation, Lieferantenauswahl – der Handel verfügt über viele Hebel, die in den drei Ländern Einfluss auf die Ernährung der Zukunft haben“, so die Ernährungswissenschaftlerin.

### **Unterschiede bei ordnungspolitischen Vorstellungen**

Unterschiede zeigt die EssZuk-Studie beim Grad der ordnungspolitischen Vorstellungen wie auch den Themen Eigenverantwortlichkeit der Verbraucher in den drei Ländern auf.

Generell wird in der Schweiz mehr Selbstverantwortung vorausgesetzt und auch gesellschaftlich erwartet. So sind es auch historische Gründe, weshalb dem Bund (der Eidgenossenschaft) wenig Einmischung zugebilligt wird. Die Frage, wie viel der Staat bestimmen darf und so auch durch Regeln auf die Ernährungsweise der Zivilgesellschaft einwirken soll, wird stark diskutiert. So ist es z.B. in der Schweiz derzeit nicht denkbar, dass sich allgemeinverbindliche Qualitätsstandards für die Schulverpflegung durchsetzen, da jede Gemeinde, Kanton eigene Richtlinien entwickelt und umsetzt, auf Eigenbestimmung dabei Bezug nimmt und eine nationale Regelung als Einmischung in die inneren Angelegenheiten verstanden werden würde. In den Debatten rund um die Einführung des Nutri-Scores wurde so z.B. sehr deutlich, dass es immense Widerstände gegen ein Labeling gab. Dies konnte sich letztlich nur durchsetzen, weil es auf EU-Ebene eingeführt wurde und die Schweiz sich ohne Umsetzung damit im Abseits gesehen hätte. So gab es vor der möglichen Einführung des Nutri-Scores Arbeitsgruppen und Roundtable-Einladungen aller Beteiligten, um einen Konsens zu finden, der Aussicht hatte, in einem parlamentarischen Prozess angenommen zu werden. Dieses zähe Ringen um Konsensus scheint ein eher typisches «Schweizer Motiv» zu sein, im Bestreben, nach Einigkeit und wirtschaftlichem Erfolg.

Österreich nimmt laut Studie dagegen eine Mittelposition mit einer Kultur des Machtausgleichs und Moderierens zwischen ordnungspolitischen Maßnahmen (wie Steuern, Subventionen, Bildungsmaßnahmen) und der Eigenverantwortung der Bürgerinnen und Bürger ein. In Deutschland werde hingegen vor allem von Seiten der Zivilgesellschaft erwartet und auch vorausgesetzt, dass im Zuge der sozialen Marktwirtschaft steuernde Maßnahmen seitens des Bundes erfolgten.

Prof. Christine Brombach: „Im Gegensatz zu Deutschland wird es in der Schweiz generell wenig akzeptiert, wenn sich der Bund in die als “privat” empfundenen Lebensbereiche, wie Essen und Trinken, “einmischt”.“ Stattdessen gibt es zahlreiche “bottom-up” Bewegungen, die auf zivilgesellschaftlicher Ebene verschiedene Handlungsoptionen ausloteten. So leisteten Initiativen bzw. Transformationsbewegungen wie das *Ernährungsforum Zürich* bürgerschaftliches Engagement. Ebenso engagieren sich wissenschaftliche Transferzentren dafür, die wissenschaftlichen Erkenntnisse in die Praxis zu tragen.

Die in Deutschland praktizierten ordnungspolitischen Möglichkeiten zeigten sich im Labeling - wie z.B. dem Nutri-Score oder dem Tierwohllabel. Sie werden aber der Studie und den Experteninterviews zufolge sehr unterschiedlich bewertet oder gar kritisch hinterfragt.

Interessant sind die Ergebnisse auch im Kontext der aktuellen Prävalenz von Adipositas in den drei Ländern. Diese ist mit 11 Prozent [in der Schweiz](#) deutlich niedriger als in mit 23 bis 24 Prozent in [Deutschland](#). [Österreich](#) liegt auch hier mit 16,5 Prozent in der Mitte (jeweils Erwachsene). Die Schweiz scheint also mit ihrer stark auf Eigenverantwortung setzenden Strategie wesentlich erfolgreicher bei der „Bekämpfung“ von Adipositas zu sein als Deutschland.

### **Fazit: „Es gibt nicht den *einen* Weg“**

Auch wenn es im wissenschaftlichen Diskurs weitgehend Einigung darüber gibt, dass die (westliche) Ernährungsweise nachteilige gesundheitliche, ökologische, soziale und wirtschaftliche Auswirkungen hat, gibt es in allen drei Ländern keinen gesellschaftlichen Konsens darüber, wie mögliche Lösungswege aussehen könnten oder welche Handlungsalternativen sich besonders eignen. „Daher wird es nicht den *einen* Weg geben, das Ernährungssystem und das Ernährungsverhalten zu verändern“, betont die Wissenschaftlerin. Die in Deutschland praktizierten Nudging-Maßnahmen seien ein guter Ansatzpunkt für die Beeinflussung des Ernährungsverhaltens. Bei der Kommunikation warnt Brombach vor einer Verzichtsdebatte – der Einstellung, dass gesunde Ernährung ausschließlich durch Verzicht zu erreichen sein. Vielmehr müssen gesunde Ernährungsweisen auf allen Stufen – beginnend im Kindergarten - über Schulen und Kantinen gefördert werden.

Kuratoriumsvorsitzender Dr. Reinhard Grandke zu den Ergebnissen der Studie: „Die EssZuk-Studie unterstreicht eindrucksvoll, dass nicht nur gute wissenschaftliche Erkenntnisse als Basis zur Entwicklung des zukünftigen Ernährungsverhaltens wichtig sind, sondern auch die Art und die Wege der Kommunikation. Um Aufmerksamkeit und Durchdringung zu erreichen, müssen andere als die eingefahrenen Wege gegangen werden. Hier muss man von den „Profis“ der Social-Media Community lernen und deren Werkzeuge und Instrumente zur Erreichung von Followern und Öffentlichkeit nutzen. Unsere Ernährungsexperten müssen nicht nur in wissenschaftlichen Journals publizieren, sondern auch mit ihren eigenen Social-Media-Kanälen zu Influencern werden.“

## **Anhang**

### **I Ernährungssituation in DACH**

Generell sind im DACH Raum die Verzehrsmengen an Fleisch- und Fleischerzeugnissen in allen drei Ländern zu hoch, sowohl im Vergleich zu den Ernährungsempfehlungen wie auch im Vergleich zur Planetary Health Diet (PHD). Generell ist der Konsum von Gemüse, Nüssen und Samen sowohl in Bezug auf die PHD als auch auf die Empfehlungen der drei Ernährungsfachgesellschaften zu niedrig.

Werden die derzeitigen Verzehrdaten zusammen betrachtet, vor allem im Vergleich mit den Empfehlungen und auch im Vergleich zu der PHD, so ergeben sich folgende Schlussfolgerungen:

- Besonders Männer verzehren zu große Mengen an Fleisch und Fleischprodukten; Frauen liegen noch im Rahmen der Empfehlung
- Fleischverzehr Pro-Kopf gemäß nationalen Ernährungsempfehlungen wie auch im Vergleich zur PHD in allen drei Ländern zu hoch
- Milch und Milchprodukte werden ausreichend verzehrt, teilweise auch zu viel

- Es wird vor allem zu wenig Gemüse verzehrt, in allen drei Ländern ist der Verzehr von Nüssen und Leguminosen deutlich zu gering
- CH/A essen mehr Gemüse als D
- D isst deutlich weniger Nüsse und Leguminosen als CH und A

## II Zukunftsfähige Ernährungssituation

Führende Wissenschaftler beschreiben eine zukunftsfähige Ernährung als eine Ernährungsweise, die die gesundheitlichen und ernährungsphysiologischen Aspekte und Empfehlungen abdeckt, ohne die Nachhaltigkeitsziele der Vereinten Nationen (UN) und die Richtlinien des Pariser Abkommens zu verletzen oder einzuschränken. Um die Weltbevölkerung nachhaltig und gesund ernähren zu können, braucht es aus Sicht der Wissenschaftler Veränderungen in der Agrar- und Nahrungsmittelindustrie. In diesen Kontext passt eine Initiative aus der Schweiz. So hat die Stadt Zürich seit 2019 eine «Strategie nachhaltige Ernährung der Stadt Zürich» entwickelt, die in einer Volksabstimmung auch so genehmigt und legitimiert wurde.

## III Einflussfaktoren auf das Ernährungsverhalten

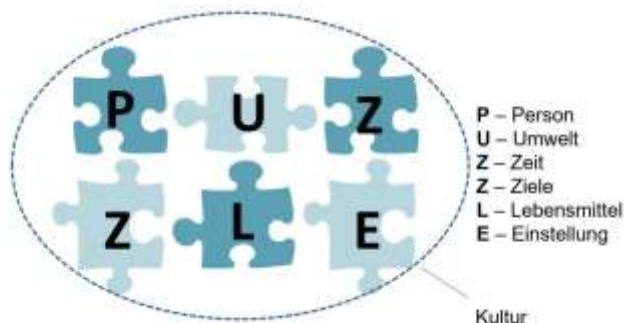


Abbildung: Puzzle Modell zum individuellen Ernährungsverhalten nach Brombach (2015).

Jede Person (P) hat eigene Einstellungen (E) und Ziele (Z), die bei der Lebensmittelwahl mehr oder weniger gewichtet werden. Je nach Alter und Geschlecht ergeben sich andere biologische Bedürfnisse, Lebensmittel (L) werden ja nach Sozialisierung durch die Umwelt (U) und historischer Zeit (Z) anders bewertet und in Kategorien wie 'gesund' oder 'gut', oder aber auch in 'eklig', 'ungegesund' oder 'schlecht' eingeteilt. Die Entscheidung etwas zu essen oder eben nicht zu essen ist von vielen Faktoren abhängig. Wie in einem Puzzle greifen alle Faktoren ineinander über und formen aus einzelnen Komponenten ein Gesamtwerk, das das individuelle Ernährungsverhalten beschreibt. Dabei bildet die Kultur, in der man aufgewachsen ist, meist den 'Basisfaktor' und umgibt das Puzzle-Modell (Brombach et al., 2015).

Da jede Handlung und jede Wahl ein Lebensmittel zu kaufen oder zu konsumieren eine bewusste, auf gemachten Werten basierende Entscheidung ist, kann der Mensch durch das Konsumverhalten

auch einen entscheidenden Einfluss auf die Wirtschaft, die verschiedenen sozialen Systeme, die (eigene) Gesundheit und die Umwelt nehmen (Brombach et al., 2017;(27). Aus diesem Grund erscheint es wichtig, dass zukunftsfähige Ernährungsstrategien nicht nur auf ökonomische und politische Einflussfaktoren zielen, sondern auch soziale Aspekte verstärkt miteinbeziehen

### **Über die Untersuchung:**

Planung, Auswertung und Interpretation: Prof. Dr. Christine Brombach, Anja Duensing

Verantwortlich: Prof. Dr. Christine Brombach

Forschungsförderung: Heinz Lohmann Stiftung, Rechterfeld

Erhebungsphase: Februar 2019 bis Dezember 2020

Methode: Literaturrecherchen, Online-Umfragen, Interviews, Analysen von Social-Media, Kochbuchanalysen, Kochshows, praktische Versuche zu Nudging und Sensorik

Anzahl befragte Personen: 66 Personen

### **Ansprechpartner für direkte Rückfragen zur Studie:**

Prof. Dr. Christine Brombach, Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften,

Campus Grüental, Schloss CH – 8820 Wädenswil

Christine.Brombach@zhaw.ch

### **Für weitere Informationen:**

Frank Schroedter

Engel & Zimmermann AG

Schloss Fußberg, Am Schlosspark 15, 82131 Gauting

Tel. 089 / 893 563 3, info@engel-zimmermann.de

### **Über die Heinz Lohmann Stiftung:**

*Die PHW-Gruppe, der die Lohmann & Co. Aktiengesellschaft (Rechterfeld) angehört, gründete 1997 die gemeinnützige Heinz Lohmann Stiftung GmbH mit Sitz in Rechterfeld, südwestlich von Bremen. Die Stiftung fördert die Wissenschaft und Forschung über die Zukunft der Ernährung und des Ernährungsverhaltens sowie die Publikation ihrer Ergebnisse. Die Stiftungsgesellschaft dient ausschließlich und unmittelbar gemeinnützigen Zwecken.*

*Die Stiftung vergibt ernährungswissenschaftliche Aufgaben an Diplomanden und Doktoranden. Sie unterstützt die wissenschaftliche Forschung an Hochschulen und Instituten und organisiert internationalen Wissenstransfer zu Stiftungsthemen.*