

f.eh-Umfrage: Wissenslücken bei Konsumenten über Ernährung und gesunden Lebensstil

Bedarf an grundlegender Ernährungsbildung ab dem Kindergarten und auch für Pädagog:innen. Das f.eh hat das generelle - gesundheitsbezogene - Ernährungswissen in der österreichischen Allgemeinbevölkerung erhoben und jenes von Fach- und Lehrkräften sowie Experten im Gesundheitsbereich erfasst.



Kind nascht © Pexels cottonbro studio 4720373

Das f.eh hat das generelle - gesundheitsbezogene - Ernährungswissen in der österreichischen Allgemeinbevölkerung erhoben und gleichzeitig gemeinsam mit dem Department für Ernährungswissenschaften an der Universität Wien jenes von Fach- und Lehrkräften sowie Experten im Gesundheitsbereich, z.B. Ärzte, als wesentliche Multiplikatoren erfasst.

WISSENSLÜCKEN IN VIELEN BEREICHEN

Das f.eh hat das generelle - gesundheitsbezogene - Ernährungswissen in der österreichischen Allgemeinbevölkerung erhoben und gleichzeitig gemeinsam mit dem Department für Ernährungswissenschaften an der Universität Wien jenes von Fach- und Lehrkräften sowie Experten im Gesundheitsbereich, z.B. Ärzte, als wesentliche Multiplikatoren erfasst. Diätologen erzielten das beste Ergebnis (87,5%) gefolgt von Ernährungswissenschaftlern (85,6%), Pharmazeuten (82,9%) und Medizinerinnen (81,3%). Pädagogen erreichten 74,5% der Punkte, die Allgemeinbevölkerung 61,4%.

In fast allen grundlegenden Bereichen, z.B. bei den konkreten Empfehlungen zu Obst- und Gemüseportionen sowie zu verschiedenen Arten von Fetten oder den Hauptquellen von Salz sind jedoch Wissenslücken vorhanden. Lediglich jede fünfte Person (21,1%) kennt die Expertenempfehlung von fünf Portionen Obst und Gemüse pro Tag. Viele kennen den Kaloriengehalt der Hauptnährstoffe nicht - nur 29% identifizieren Fett als den kalorienreichsten Hauptnährstoff, während 41,1% denken, es sei Zucker.

Ebenso schwer fällt einem Großteil das Interpretieren einer Nährwerttabelle. Das ist insofern von Bedeutung, weil die Aktivitäten der Politik in den letzten Jahren vermehrt darauf abzielen, die Bevölkerung durch umfangreiche Informationen über Inhaltsstoffe, mögliche Wirkungen und Produktionsverfahren auf den Lebensmittelverpackungen zum Umdenken bei der Lebensmittelauswahl zu bewegen. Es stehen also nicht mehr Ernährungsmuster im Fokus, sondern die einzelnen (verpackten) Lebensmittel, obwohl die wissenschaftliche Sinnhaftigkeit der ernährungsphysiologischen und gesundheitlichen Bewertung einzelner Lebensmittel immer noch kontrovers diskutiert wird.

KEINE NUTRITION LITERACY, KEIN GREEN DEAL

Die Ergebnisse zeigen deutlich den Bedarf an grundlegender Ernährungsbildung in Österreich vom Kindergarten bis zum Ende der Schulpflicht sowie eines Hebens des Ausbildungsstands der Lehrkräfte, Erwachsenen und Angehörigen der Gesundheitsberufe.

Entsprechendes Wissen sowie Fertig- und Fähigkeiten sollen die Menschen dazu befähigen, ihr Leben selbstständig zu bewältigen, ihr Handeln danach auszurichten und kritisch zu reflektieren. Das ist für selbstbewusste Gesundheits- und Ernährungsentscheidungen ebenso relevant wie für Fragen eines nachhaltigen Lebensstils. Schließlich führen eine ausgewogene und nachhaltige Ernährungsweise sowie ein generell gesunder Lebensstil zu positiven Effekten sowohl auf das individuelle Wohlbefinden als auch auf ökologischer, gesellschaftlicher und volkswirtschaftlicher Ebene.

"Die Ergebnisse der f.eh-Umfrage bestätigen einmal mehr unsere eigene Studie 'Bild der Landwirtschaft in der Gesellschaft' vom April 2021. Diese zeigt auf, dass 93% der Befragten die Einführung eines Unterrichtsfaches 'Ernährung und Konsumbildung' in Pflichtschulen befürworten. Dabei sollten primär die Themen Herkunft von Lebensmitteln, Umweltschutz, verantwortungsvoller Konsum sowie Grundlagen der Ernährung im Vordergrund stehen", so Bundesbäuerin **Irene Neumann-Hartberger**.

"Die Bäuerinnenorganisation selbst hat zahlreiche Projekte erarbeitet, um Kindergartenkindern sowie Schülerinnen und Schülern aller Altersstufen Wissen über heimische Lebensmittel, deren Herstellung und Verwendung zu vermitteln. Dazu zählen auch Informationen über die Vermeidung von Lebensmittelabfällen. Ebenso unterstützen wir die Anregung des f.eh, Lebensmittelwissen an Pädagog:innen weiterzugeben, voll und ganz und bieten dafür einen eigenen Lehrgang 'LEBENSmittelwissen' an der Hochschule für Agrar- und Umweltpädagogik an", so Neumann-Hartberger.

Weitere Themen der aktuellen Ausgabe des Magazins *ernährung heute* befassen sich mit ausgewählten Nähr- und Inhaltsstoffen, zu denen am meisten Wissen fehlt; dem politischen Paradigmenwechsel weg von Ernährungsmustern hin zur Einzelbetrachtung von Lebensmitteln; mit dem Essen in Kinderbüchern; Pflanzendrinks und der Lupine, die bereits in vielen Ländern fixer Bestandteil des Speiseplans ist. Das Magazin kann per E-Mail: presse@forum-ernaehrung.at bezogen werden.

LINKS ZUM THEMA

 [Kurzfassung der KeyQUEST-Studie Bild der Landwirtschaft in der Gesellschaft April 2021](#) ➔