

2. BZfE-Forum

Ich kann. Ich will. Ich werde!

Ernährungskompetenz früh fördern, lebenslang begleiten.

27. September 2018, Stadthalle Bonn-Bad Godesberg

Prof. Ulrike Arens-Azevêdo

Deutsche Gesellschaft für Ernährung e.V., Bonn

Grußwort

Sehr geehrte Damen und Herren,

Ich freue mich sehr, Sie heute auch im Namen der Deutschen Gesellschaft für Ernährung zu den zweiten Bonner Ernährungstagen begrüßen zu dürfen. Die Veranstaltung des 2. BZfE Forums „Ich kann. Ich will. Ich werde“ steht ganz im Zeichen der Ernährungsbildung, von klein an bis ins hohe Alter.

Nicht von ungefähr wurden aktuell eine Reihe von systematischen Reviews und Metanalysen publiziert, die die Wirkungen von Ernährungsbildung auf das Ernährungsverhalten, die Kenntnisse zur Ernährung, den Konsum von Lebensmitteln bis hin zum Body Mass Index und den Gesundheitsstatus untersucht haben. Die meisten Studien zu dieser speziellen Thematik wurden in den USA, Canada und Australien durchgeführt, aber auch Länder wie Brasilien haben inzwischen Expertenteams gebildet, die sich insbesondere mit den Wirkungen von Ernährungsbildung beschäftigen.

Was lässt sich aus den vielen Studien resümieren? Naheliegend und am besten untersucht sind Auswirkungen auf den Lebensmittelverzehr – hier insbesondere auf Obst und Gemüse, die bevorzugt verzehrt werden. Zuckergesüßte Softdrinks und Limonaden werden dagegen zugunsten von Wasser weniger konsumiert. Allerdings: Die Effekte sind nicht immer gleichmäßig vorhanden. So konnte zum Beispiel bei Mädchen eine größere Veränderung als bei Jungen festgestellt werden. Und: Langzeiteffekte wurden zumeist gar nicht untersucht.

Was zeichnet sich noch ab? Multidisziplinäre Ansätze verstärken die Effekte der Ernährungsbildung. Dies gilt vor allem bei einer Verbindung mit einer vollwertigen Kita- und Schulverpflegung, Koch- und Gartenbaukursen sowie einer gezielten Unterstützung der Eltern, ihre Kinder für die Kita- und Schulverpflegung zu motivieren.

Hinsichtlich der Auswirkungen auf den BMI und den allgemeinen Gesundheitszustand waren die Ergebnisse der Studien allerdings wenig eindeutig. Dies liegt zum einen daran, dass nur wenige Studien diese Parameter überhaupt im Fokus hatten, zum anderen auch daran, dass nur kurze Zeitabläufe untersucht und längerfristig wirksame Einflüsse nicht gemessen werden konnten.

Alle Studien machen deutlich: eine Investition in die Ernährungsbildung lohnt! Je besser die Einbindung in die jeweilige Lebenswelt gelingt, umso signifikanter sind erwartete Verhaltensänderungen. Insoweit wünsche ich mir, dass vom 1. Teil der Bonner Ernährungstage, der Arbeitstagung der DGE „Konzepte, Lösungen, Perspektiven – wie entwickelt sich die Gemeinschaftsverpflegung in Zukunft?“ entsprechende Impulse ausgegangen sind.

Für den heutigen Tag wünsche ich allen Teilnehmerinnen und Teilnehmern einen interessanten und informativen Verlauf. Freuen Sie sich auf die Diskussionen und den Austausch! Je mehr von den Bonner Ernährungstagen in die Lebenswelten getragen wird, umso erfolgreicher können wir einen aktiven Beitrag zur Verbesserung der aktuellen Ernährungssituation leisten.

Kontakt:

Prof. Ulrike Arens-Azevêdo
Ulrike.Arens-Azevedo@HAW-Hamburg.de
www.HAW-Hamburg.de/LS