

Nach Koalitionsvertrag: Herzstiftung fordert Nährwert-Ampel

Lebensmittelkennzeichnung mit Ampel-System und einheitlichen Gehaltsangaben muss gesetzliche Pflicht werden

(Frankfurt a. M., 6. März 2018) Jedes Jahr sterben über 356.000 Menschen an Herz-Kreislauf-Erkrankungen in Deutschland, darunter sind allein über 49.200 Herzinfarkt-Sterbefälle. Neben regelmäßiger Bewegung ist eine gesunde Ernährung, die auf Lebensmittel mit zu hohem Zucker-, Fett- und Salzgehalt verzichtet und so den Schutz vor Herzinfarkt-Risikofaktoren wie Bluthochdruck, Übergewicht/ Fettleibigkeit und Diabetes erhöht, ein wichtiger Baustein der Prävention von Herzleiden - von Geburt an. In Deutschland sind rund 15 Prozent aller 3- bis 17-Jährigen übergewichtig, jeder zweite bis dritte davon stark übergewichtig (adipös). Laut Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BzgA) sind das fast zwei Millionen Kinder und Jugendliche. „Deshalb setzen wir uns dafür ein, dass besonders junge und ältere Menschen beim Einkauf von Lebensmitteln schnell und unkompliziert gesunde Nahrungsmittel von Zuckerbomben sowie fett- und salzhaltigen Dickmachern unterscheiden können“, betont Prof. Dr. med. Helmut Gohlke vom Vorstand der Deutschen Herzstiftung (www.herzstiftung.de).

Allzu oft bewerben Lebensmittelhersteller ungesunde Produkte irreführend als „ausgewogene“ Mahlzeit oder gesunden „Durstlöscher“, bestes Beispiel sind zuckerhaltige Frühstücksflocken und zuckergesättigte Limos. Ein in Deutschland viel verkauftes Cola-Getränk enthält in nur 100 Milliliter 10,8 Gramm Zucker, was bereits 43,2% der von der Weltgesundheitsorganisation (WHO) empfohlenen Tagesdosis entspricht. Die darin enthaltenen Kalorien (42 kcal bzw. 176 kJ) decken bereits 2% der empfohlenen Kalorien-Tagesmenge für einen Erwachsenen ab; beide Prozent-Werte sind jedoch deutlich höher für Kinder mit ihrem - im Vergleich zum Erwachsenen - geringeren Körpergewicht. Diese Kalorien haben außerdem keinerlei Sättigungseffekt und begünstigen damit das Übergewicht.

Keine „Alibi“-Nährwert-Ampel!

Die künftige Bundesregierung beabsichtigt laut Koalitionsvertrag, „Transparenz und Information für Verbraucherinnen und Verbraucher durch eine verständliche und vergleichbare Lebensmittelkennzeichnung“ zu gewährleisten. „Zwar ist dieser Schritt zu begrüßen. Denn wir plädieren - wie auch anerkannte Verbraucherschutzorganisationen - für eine gesetzliche Einführung der verbraucherfreundlichen Nährwert-Ampel als Pflicht für alle Lebensmittelhersteller“, wie der Kardiologe betont. „Entscheidend ist aber, ob die künftige Regierung eine Nährwert-Ampel einführt, die den Menschen auch nützt. Die Ampelfarben müssen auf der Verpackungsvorderseite auch bei Sehschwäche gut sichtbar Gehalte an Zucker, Fett, gesättigten Fetten sowie Salz einheitlich, also pro 100 Gramm und pro 100 Milliliter, anzeigen.“ Zusätzlich fordert die Herzstiftung eine Aufnahme der schädlichen Transfette in die Nährwert-Ampel. Für diese gibt es u. a. in Dänemark eine Obergrenze.

Kurs der Regierung: Für Ampelfarben vorne auf der Packung? Fürs Kleingedruckte?

Lebensmittelhersteller legen bei der Angabe des Nahrungsmittelgehalts die Portionsgröße selbst fest und platzieren die Angabe oftmals versteckt auf der Verpackungsrückseite im Kleingedruckten. Dieses Vorgehen kritisieren Experten, denn es ist nicht einheitlich und erschwert den Vergleich mit anderen Produkten: „Das ist keine transparente Information im Sinne der Verbraucher“, so Prof. Gohlke. Den entscheidenden Punkt: sofort erkennbare Gehaltsangaben und somit die

Vergleichbarkeit mit anderen Produkten, hält der Koalitionsvertrag offen. Zwar will die Regierung „das Nährwertkennzeichnungssystem für verarbeitete und verpackte Lebensmittel weiterentwickeln“, orientiert sich aber an bestehenden Systemen der Industrie „unter Berücksichtigung der besonderen Interessen der kleinen und mittleren Unternehmen“. Hier sollten ganz klar die Gesundheitsinteressen der Verbraucher im Vordergrund stehen. Unverbindlich geht der Koalitionsvertrag auf ein Nährwertkennzeichnungssystem mit nur „gegebenenfalls“ vereinfachter Visualisierung ein. „Das legt nahe, dass die künftige Bundesregierung nicht die Nährwert-Ampel will, wie sie die Herzstiftung und das European Heart Network (EHN) sowie anerkannte Verbraucherschutzorganisationen seit Jahren fordern, sondern eher das von der Industrie verwendete GDA-System“, kritisiert Gohlke (GDA=Guideline Daily Amount - Richtlinie für den täglichen Bedarf).

Nährwert-Ampel: Warum dem GDA-System überlegen?

Kennzeichnungssysteme wie das GDA zeigen Nährstoffgehalte in Portionsgrößen an, die die Hersteller selbst festlegen können: z. B. unrealistisch kleine Portionen wie ein Drittel einer Pizza oder ein Keks. Durch die angegebene Kleinmenge scheint der Fett-, Zucker- bzw. Salzgehalt gering im Gegensatz zur tatsächlich konsumierten Menge. Verbraucherschutzorganisationen kritisieren am GDA-System den Trickeffekt, dass je kleiner die Portion, „desto kleiner wird natürlich die Prozentangabe und damit der Anteil an der empfohlenen Verzehrsmenge pro Tag“ (foodwatch). Mithilfe der Ampelfarben Rot (hoher Gehalt), Gelb (mittlerer Gehalt), Grün (geringer Gehalt) auf der Vorderseite von Lebensmittelverpackungen sehen Verbraucher verständlich auf den ersten Blick den genauen Gehalt der wichtigsten Nährwerte eines Produkts (Fett, gesättigte Fettsäuren, Zucker, Salz) pro 100 Gramm, bei Getränken pro 100 Milliliter. Die Nährwert-Ampel orientiert sich an der Ampelkennzeichnung nach dem ursprünglichen Muster der britischen Food-Standards-Agency (FSA). „Die Nährwert-Ampel kann helfen, Zuckerbomben und Dickmacher in Fertigprodukten zu entlarven und dadurch wichtige Risikokrankheiten für Herz-Kreislauf-Erkrankungen mit einheitlichen Nährwertangaben zu verhindern. Das geht nur, wenn die Angaben dem einheitlichen Grundwert ‚pro 100 Gramm‘ und ‚pro 100 Milliliter‘ folgen.“

Druckfähiges Bildmaterial

Ampelbewertung der britischen Food Standards Agency (FSA)
(Copyright: Verbraucherzentralen)

Download-Link zur JPG-Datei:

www.herzstiftung.de/presse/bildmaterial/ampelbewertung-fsa.jpg

Weitere Informationen:

<https://www.vzhh.de/themen/lebensmittel-ernaehrung/ampelkennzeichnung-jetzt>

<https://www.foodwatch.org/de/informieren/ampelkennzeichnung/mehr-zum-thema/wissenschaft/>

<https://www.foodwatch.org/de/informieren/ampelkennzeichnung/mehr-zum-thema/industrie-kennzeichnung-gda/>