

Nature Food Publikation zur Revision des Nutri-Score Algorithmus

Anpassung an Ernährungsempfehlungen

Das kürzlich [veröffentlichte Paper von Merz et al. \(www.nature.com\)](https://www.nature.com) beschreibt zusammenfassend die Arbeit des internationalen wissenschaftlichen Gremiums des Nutri-Score. Mit dem Start ins Jahr 2024 sind Änderungen am Nutri-Score Algorithmus in Kraft getreten, die das Ergebnis der Revision der Berechnungsgrundlage dieses Front-of-Pack Labels sind, die seit Anfang 2021 gemeinsam durch dieses Gremium erarbeitet wurden. Aus Deutschland waren u.a. Frau Prof. Anette Buyken von der Universität Paderborn sowie Herr Dr. Benedikt Merz vom Institut für Physiologie und Biochemie des Max Rubner-Instituts als Teil des wissenschaftlichen Gremiums an der Revision beteiligt.

Strengere Bewertungen bei den Zucker- und Salzgehalten führen dazu, dass Lebensmittel mit vergleichsweise hohem Zucker- und Salzgehalt, entsprechend den allgemeinen Ernährungsempfehlungen, weniger günstig eingestuft werden als bisher. Ballaststoffreiche Vollkorn-Produkte können besser von ballaststoffärmeren Varianten unterschieden werden, da letztere im Schnitt künftig eine weniger günstige Bewertung erhalten. Durch diese Änderung werden u.a. Brote künftig wesentlich differenzierter bewertet.

Pflanzliche Öle mit einem hohen Gehalt an ernährungsphysiologisch günstigen ungesättigten Fettsäuren erzielen künftig bessere Bewertungen, was die Differenzierung für diese Produktgruppe erhöht. Dies gilt grundsätzlich auch für fettreiche Fische und Produkte daraus. Weißes Fleisch und Produkte daraus werden gegenüber Alternativen aus rotem Fleisch bessergestellt, um so den aktuellen Ernährungsempfehlungen nachzukommen.

Künftig werden alle Produkte, die getrunken werden, nach dem Algorithmus für Getränke bewertet. Somit werden künftig auch Milch, Milchgetränke sowie Pflanzendrinks mit dem aktualisierten Getränkealgorithmus bewertet und nicht mehr, wie bislang, mit dem Algorithmus für allgemeine Lebensmittel. Auch in Zukunft bleibt aber Wasser das einzige Getränk, das eine A-Bewertung erzielen kann. Bei Milch entscheidet weiterhin der individuelle Fettgehalt darüber, mit welcher Bewertung die Milch abschneidet. Gesüßte Milchgetränke werden gemäß ihres Zuckergehalts ungünstiger eingestuft als ihre ungesüßten Alternativen.

Eine günstigere Bewertung ist Getränken mit geringen Zuckergehalten möglich. Dadurch wird die Unterscheidbarkeit von Lebensmittel nach ihrem Zuckergehalt zusätzlich erhöht. Weiterhin sollen Getränke mit künstlichen Süßstoffen künftig zusätzlich ungünstige Punkte erhalten, um so keinen zusätzlichen Anreiz zur Verwendung von Süßungsmitteln zu generieren.

Im Ergebnis führt der überarbeitete Algorithmus dazu, dass die Nutri-Score Bewertungen von Lebensmitteln künftig noch besser mit den nationalen Ernährungsempfehlungen der Nutri-Score nutzenden Länder übereinstimmen als zuvor.