

Zuckersteuer macht gesund

Datum: 30.01.2019

Original Titel:

Effects of product reformulation on sugar intake and health-a systematic review and meta-analysis

Die Reformulierung von Lebensmitteln ist ein aktuelles und wichtiges politisches Thema. Der vorliegende systematische Review mit Meta-Analyse zeigt nun erstmals auf, welche bevölkerungsbezogenen Auswirkungen durch die Reformulierung von Lebensmitteln zu erwarten sind.

Wissenschaftler aus Großbritannien untersuchten, welche Auswirkungen die Reformulierung von Lebensmitteln auf die Zuckeraufnahme und die Gesundheit hat. In Großbritannien gibt es seit 2018 eine Zuckersteuer für Soft-Drinks.

Methode:

- Einschluss von 16 Studien
 - 4 randomisierte, kontrollierte Studien (RCT)
 - 6 Studien modellierten die Reformulierung in einem Land
 - 5 Studien modellierten eine andere Art der Reformulierung
 - 1 Studie modellierte ebenso eine andere Art der Reformulierung und war zudem eine retrospektive Beobachtungsstudie
- Bewertung der Qualität der Evidenz anhand des GRADE-Schemas

Ergebnisse:

- Ergebnisse der RCT deuten darauf hin, dass reformulierte Produkte die Zuckeraufnahme reduzieren und das Körpergewicht senken können
- Gepoolte Effektschätzer:
 - -11,18 % (95 % CI -19,95 bis -2,41, $p < 0,00001$) für die Veränderungen in der Zuckeraufnahme
 - -91,00 g/Tag (95 % CI, -148,72 bis -33,28, $p < 0,00001$) für die Veränderungen in der Zuckeraufnahme in g/Tag
 - -1,04 kg (95 % CI, -2,16 bis -0,08, $p = 0,0002$) für die Veränderungen im Körpergewicht
- Die Qualität der Evidenz aus den RCT war sehr niedrig
- Die Resultate der anderen Studien deuteten ebenfalls darauf hin, dass die Reformulierung der Lebensmittel die Zuckeraufnahme reduzieren und die Gesundheit verbessern kann

Fazit: Ergebnisse dieses systematischen Reviews mit Meta-Analyse zeigen, dass sich die Reduzierung des Zuckergehalts von Lebensmitteln günstig auf die Bevölkerung auswirken könnte und zu einer verminderten Zuckeraufnahme und verbesserten Gesundheit beitragen könnte. Die Studienautoren betonen, dass diese Ergebnisse ein wichtiger Startpunkt für die weitere Arbeit an der Reformulierung von Lebensmitteln sind.

Referenzen:

Hashem KM, He FJ, MacGregor GA. Effects of product reformulation on sugar intake and health-a systematic review and meta-analysis. *Nutr Rev.* 2019 Jan 8. doi: 10.1093/nutrit/nuy015. [Epub ahead of print]