



Welternährung  
neu denken.

# Pandemie Fehlernährung

Der weltweite Ernährungswandel  
und die Rolle der Nahrungsmittelkonzerne

Gefördert durch

# Impressum

## Herausgeber dieser Broschüre:

© 2021 Welthaus Bielefeld e. V.

August-Bebel-Straße 62, 33602 Bielefeld



Unser Material steht unter Creative Commons-Lizenzen. Vervielfältigung, Veröffentlichung und sogar Bearbeitung sind bei uns ausdrücklich gestattet. Bei Veröffentlichung müssen die von den Urhebern vorgegebenen Lizenzen eingehalten und der Urheberhinweis genannt werden. Lizenzbedingungen: Creative Commons CC BA SA 4.0

**Bezug:** Diese Broschüre ist Teil unserer Lernmappe „Welternährung neu denken – Materialien und Medien zum weltweiten Ernährungswandel“. Diese **Lernmappe** umfasst verschiedene Materialien (Fotokartei, Kartenspiel) und Medien (u. a. USB-Stick mit drei Filmen und weiteren Präsentationen) zum Einsatz im Unterricht (ab Klasse 8) und in der Bildungsarbeit. Sie kann kostenlos (lediglich Versandkosten) bestellt werden unter [shop.welthaus.de](http://shop.welthaus.de).

Die hier vorliegende Broschüre „Pandemie Fehlernährung“ kann ebenfalls kostenlos – auch im Klassensatz – bei uns bestellt werden.

**Bestellung:** Internet: [shop.welthaus.de](http://shop.welthaus.de) | eMail: [info@welthaus.de](mailto:info@welthaus.de)  
Telefon: 05 21 - 986 48 - 0

**Konzept, Texte und Redaktion:** Holger Jantzen, Wiebke Knerich, Georg Krämer

**Layout/Satz:** Hanns Püllen, Bielefeld

**Druck:** Die Umweltdruckerei, Hannover  
klimaneutral gedruckt auf 100 % Recycling-Papier (zertifiziert)

**Bildnachweise:** Titelseite: reuters pictures (aus Brasilien) |  
Rückseite: laif

Wir danken **Engagement Global** (im Auftrag des BMZ) und der **Stiftung Umwelt und Entwicklung, Nordrhein-Westfalen** für die Förderung des Projektes.

Für den Inhalt ist allein das Welthaus Bielefeld verantwortlich.

Das Welthaus dankt auch Brot für die Welt für langjährige Unterstützung.



# **Pandemie Fehlernährung**

Der weltweite Ernährungswandel und  
die Rolle der Nahrungsmittelkonzerne



# Inhaltsverzeichnis

<b>Pandemie Fehlernährung</b>	<b>4</b>
<b>1. Dreifache Fehlernährung</b>	<b>5</b>
1.1. Hunger und Unterernährung	6
1.2. Übergewicht und Adipositas	8
1.3. Mangelernährung	11
<b>2. Weltweiter Ernährungswandel</b>	<b>14</b>
2.1. Convenience Food	15
2.2. Fast Food	18
2.3. Die Rolle von Big Food	21
<b>3. Antworten auf die Ernährungskrise</b>	<b>26</b>
3.1. Regierungshandeln	27
3.2. Beeinflussung durch Marketing	29
3.3. Die mündige Konsumentin/Konsument	30
<b>4. Fazit: Welternährung neu denken</b>	<b>34</b>



# Pandemie Fehlernährung

Eine weltweite „Pandemie“ betrifft immer mehr Menschen in reichen wie in armen Ländern. Diese „Krankheit“ oder besser „gesundheitliche Notlage mit internationaler Tragweite“ umfasst rund zwei Milliarden Menschen, gut ein Viertel der Weltbevölkerung. Sie breitet sich rasant aus, obwohl die weltweite Armut abnimmt und von daher eine verbesserte Ernährungslage zu erwarten wäre.

Die Rede ist von der Fehlernährung so vieler Menschen. Fehlernährung kann sowohl **Unterernährung** (zu wenig Nahrung) als auch **Mangelernährung** (wichtige Nährstoffe fehlen) oder **Überernährung** (zu viele Kalorien) bedeuten. Alle Formen der Fehlernährung erhöhen das Risiko von Erkrankungen und frühzeitiger Sterblichkeit. In vielen Fällen ist Fehlernährung mit Armut assoziiert.



Foto: reuters pictures

## Ernährungsunsicherheit

Wenn ein sicherer und angemessener Zugang zu einer qualitativ und quantitativ gesunden Ernährung nicht gegeben ist, spricht die FAO (Food and Agriculture Organization of UN) von Ernährungsunsicherheit (Food Insecurity). Die FAO unterscheidet dabei zwischen einer moderaten Form (gelegentlicher quantitativer und/oder qualitativer Mangel) und einer schweren Form (zeitweise überhaupt kein Zugang zu Nahrung) der Ernährungsunsicherheit. Überernährung (Übergewicht und Fettleibigkeit) werden dann unter Ernährungsunsicherheit subsumiert, wenn sie mit einem (qualitativen) Mangel an wichtigen Nährstoffen zusammentreffen, was nicht selten der Fall ist.

# 1. Dreifache Fehlernährung



Foto: [dailypost.in](http://dailypost.in)

*Indien: Nirgendwo ist die Zahl der Hungernden größer. Gleichzeitig hat Indien 14,4 Millionen übergewichtige Kinder.*

Unterernährung, Mangelernährung („der versteckte Hunger“) und die Überernährung sind nicht trennscharf zu unterscheiden. Auch überernährte, übergewichtige Menschen sind häufig gleichzeitig auch von einem Mangel an wichtigen Nährstoffen betroffen, während sie auf der anderen Seite zu viele Kohlehydrate, Zucker oder Fette aufnehmen. Der „versteckte Hunger“, der Mangel an lebenswichtigen Nährstoffen, ist besonders schwer zu bekämpfen, fehlt es dabei doch an der ausreichenden Bereitstellung und bezahlbaren Verfügbarkeit von frischem Obst und Gemüse und auch von tierischen Produkten (Fleisch, Eier, Fisch).

Verschiedene UN-Organisationen (Unicef, WHO, FAO) sprechen von den „drei Herausforderungen“ in der Welternährung, die es zu bekämpfen gilt:

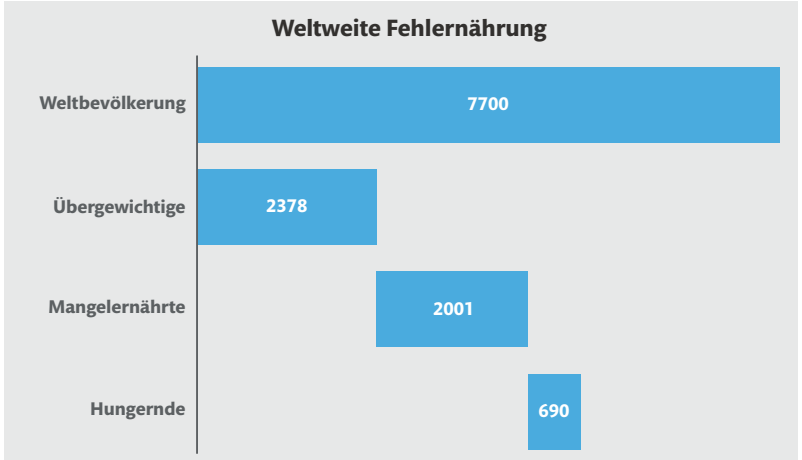
- ➔ **Unterernährung:** Die tägliche Nahrungsaufnahme deckt nicht den Kalorienbedarf.
- ➔ **Mangelernährung (versteckter Hunger):** Es fehlt bei der Ernährung an lebenswichtigen Nährstoffen (z. B. Proteine, Vitamin A, Eisen, Folsäure, Jod, Calcium u. a. m.)
- ➔ **Überernährung:** Zu viele Kalorien werden aufgenommen.

Bei der Ernährung geht es also stets um quantitative und qualitative Aspekte. „Unterernährung“ und „Überernährung“ liegen keineswegs so weit auseinanderliegen wie häufig angenommen. In beiden Fällen fehlt es meist an ausreichenden und gleichzeitig gesunden, weil nährstoffrei-



1 Vgl.: One third of poorer countries face both undernutrition and obesity – WHO-Report 2019

chen Lebensmittel. In etlichen „armen Ländern“ existieren Unterernährung und Überernährung gleichzeitig.<sup>1</sup> Indien ist hier ein besonders prägnantes Beispiel. Viele Menschen hungern hier; gleichzeitig steigt die Zahl der Übergewichtigen und der Adipösen.



Zahlen für 2019 (Angaben in Millionen)

Quellen: FAO et al.: SoFi 2019 und SoFi 2020

Dass heute fast ein Drittel der Menschheit mangelernährt ist, gehört zu den Paradoxien der Weltentwicklung, ist doch die Wirtschaftskraft in allen Ländern der Erde (etwa im Vergleich zu 1990) deutlich angestiegen. Gleichzeitig ist die Armut in allen Ländern der Erde zurückgegangen. Dass sich diese positiven Trends nicht ausreichend auf die Ernährungslage auswirken, ist Folge einer (nationalen wie internationalen) Politik, die den Stellenwert der Landwirtschaft und der ländlichen Entwicklung sträflich vernachlässigt hat.

## 1.1. Hunger und Unterernährung

Vom Hunger spricht man, wenn Menschen über längere Zeit zu wenig Nahrung zu sich nehmen, um ihr Körpergewicht zu halten und leichte Arbeiten zu verrichten. Folgt man der Klassifizierung der FAO, so gab es 2019 rund 690 Millionen hungernde Menschen. Der Hunger hat gravierende Folgen für die körperliche und geistige Entwicklung. Dies gilt vor allem für Kinder und Heranwachsende. Unicef hat untersucht, wie viele Kinder (unter 5 Jahren) infolge von nicht-ausreichender Nahrung



entweder zu klein sind (*stunting*) oder auf andere Weise (mit Untergewicht – *wasting*) entwicklungsverzögert aufwachsen. Demnach ist mehr als jedes fünfte Kind weltweit (21,9%) vom Stunting betroffen. Die hier erkennbare Unterernährung in den ersten 1.000 Tagen hat gravierende Folgen für die körperliche und geistige Entwicklung der Kinder. Wenn in den ersten 1.000 Tagen Kalorien, aber auch Proteine und wichtige Nährstoffe (Vitamin A, Jod, Eisen, Folsäure) fehlen, kommt es zu Entwicklungsrückständen und Schädigungen, die in späteren Jahren kaum aufgeholt werden können.



Foto: UN MultiMedia

## Hunger

Die Zahl der chronisch Unterernährten hat seit 1990 deutlich abgenommen, war 1990 bei gut einer Milliarde Menschen (1.011 Mio. = 23,3% der Weltbevölkerung) und wird für 2019 mit 690 Millionen (= 8,9%) angegeben. Allerdings ist seit 2015 die Anzahl der Hungernden tendenziell steigend<sup>2</sup>, wenn man die statistischen Anpassungen für China außer acht lässt.

Die meisten hungernden Menschen (328 Mio.) leben in Südasien (Indien), während der Anteil der Hungernden an der Gesamtbevölkerung in Afrika (südlich der Sahara) mit 23,9% ganz besonders hoch ist. Die meisten Hungernden (70%) leben auch auf dem Land, obwohl man meinen könnte, dass dort, wo selbst Landwirtschaft betrieben wird, die Gefahr des Hungers geringer sein müsste. Doch es sind vor allem arme Kleinbauern, die auf ihrem begrenzten Land zu wenig Nahrungsmittel ernten und die zu wenig Geld haben, um in Krisenzeiten ausreichend Nahrung hinzu zu kaufen und an Armut und Hunger gleichzeitig leiden.

## Einige Gründe für chronische Unterernährung

Die Ursachen des Hungers sind natürlich komplex.<sup>3</sup> Auffällig ist, dass chronische Unterernährung häufig einhergeht mit kriegerischen Konflikten. Mindestens 60% der hungernden Menschen leben in

Region	Hungernde			
	2019		2005	
	Mio.	%	Mio.	%
Welt	688	8,9%	826	12,9%
Subsahara Afrika	235	22,0%	174	23,9%
Südasien	257	13,4%	3.386	20,6%
Lateinamerika	48	7,4%	49	8,7%

Quelle: FAO SOFI 2020

Konflikt oder Post-Konflikt-Staaten.<sup>4</sup> Geradezu skandalös ist der geringe Stellenwert, der dem Bereich der Landwirtschaft und der ländlichen

<sup>2</sup> Durch eine neue (bessere) statistische Erfassung der FAO wurde die Angabe über die Anzahl der Hungernden in China „nach unten korrigiert“. Dadurch entsteht der Eindruck, der Hunger habe global 2019 wieder abgenommen. Lässt man die Zahlen für China außen vor, so muss man allerdings eine tendenziell steigende Zahl hungernder Menschen (2015 – 2019: + 60 Mio.) konstatieren.

<sup>3</sup> Der Welthungerindex der Welthungerhilfe liefert jedes Jahr ein Update zur Lage der Hungernden in der Welt.

<sup>4</sup> <https://reliefweb.int/report/world/wfp-fact-sheet-hunger-conflict-june-2019>

Entwicklung seitens der Regierungen in den „Hungerländern“ zugewiesen wird. So haben die Regierungen Afrikas 2003 und dann noch einmal 2014 versprochen, mindestens 10 % ihres Budgets für die Entwicklung der Landwirtschaft und der ländlichen Räume auszugeben. Tatsächlich aber verharrt diese Quote bei 2,3 % (2017).<sup>5</sup> Auf dieser Basis ist der Kampf gegen den Hunger nicht zu gewinnen.

5 [www.fao.org/economic/ess/investment/expenditure/en/](http://www.fao.org/economic/ess/investment/expenditure/en/)

6 Den ausführlichen Sonderbericht des IPCC zu „Klimawandel und Landwirtschaft“ gibt es unter [www.de-ipcc.de/254.php](http://www.de-ipcc.de/254.php)

7 Ein etwas reißerischer Film „Afrika wird den Klimawandel nicht überleben“ unter [www.youtube.com/watch?v=FaeAttr4UrY](http://www.youtube.com/watch?v=FaeAttr4UrY)

8 IPCC 2019

9 FAO: The State of Food Security and Nutrition in the World, 2019 (SOFI 2019)

10 WHO: 10 facts on obesity, updated Oct. 2017

11 Studie veröffentlicht in: [www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736\(19\)30041-8/fulltext](http://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736(19)30041-8/fulltext)

12 [www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736\(2016\)](http://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736(2016))

Zur gleichen Zeit ist Afrikas Landwirtschaft von den Folgen des Klimawandels betroffen. Das bedeutet Ernteausfälle und sinkende Produktivität vor allem durch längere Dürreperioden, durch Starkniederschläge und schnellere Verdunstung.<sup>6</sup> Die Fähigkeit der afrikanischen Landwirtschaft, seine Menschen zu ernähren, wird so weiter unterminiert.<sup>7</sup> Die Landwirtschaft ist aber auch zusammen mit der veränderten Landnutzung (z. B. durch Rodungen) Verursacher von 23 % der (anthropogenen) Treibhausgase ist<sup>8</sup> – also Täter und Opfer zugleich.

## 1. 2. Übergewicht und Adipositas

Von allen Formen der Fehlernährung ist die rasante Zunahme von Übergewicht und Adipositas (meist mit „Fettleibigkeit“ übersetzt) am meisten beunruhigend, betrifft sie doch mehr als 2,3 Milliarden<sup>9</sup> Menschen, fast ein Drittel der Weltbevölkerung. Mehr als 650 Millionen davon sind sogar „adipös/fettleibig“. Die Weltgesundheitsorganisation (WHO) führt 2,8 Mio. Todesfälle pro Jahr<sup>10</sup> auf diese „Pandemie Übergewicht“ zurück. Tendenz: Stark steigend. Ungesunde Ernährung, so eine Studie der renommierten medizinischen Fachzeitschrift „The Lancet“, „ist heute der Hauptrisikofaktor für (vorzeitige) Sterbefälle“<sup>11</sup>.

### Übergewicht

Für die WHO (Weltgesundheitsorganisation) sind Menschen ab einem BMI (Body-Mass-Index) von 25 übergewichtig, ab 30 adipös. Das bedeutet z. B. für Deutschland, dass bei uns rund 60 % der Erwachsenen „übergewichtig“ sind. Es gibt viele Stimmen, die diese (altersunabhängige) Marke von BMI 25 für „übertrieben“ halten. Andererseits kann die WHO darauf verweisen, dass nach neueren Studien schon ein leicht erhöhter BMI (25 – 27) zu einer erhöhten Sterblichkeit führt.<sup>12</sup>

Ab einem BMI von 30 spricht die WHO von „obesity“, meist mit Fettleibigkeit oder mit Adipositas übersetzt.

**BMI = Körpergewicht dividiert durch Körperlänge zum Quadrat.**

Erschreckend ist vor allem die hohe Zahl von Kindern und Jugendlichen, die schon in jungen Jahren von Übergewicht betroffen sind. Der Anteil der Übergewichtigen an der jeweiligen Altersgruppe nahm in den letzten Jahren rasant zu. Zwischen 2000 und 2016 stieg der weltweite Anteil der übergewichtigen Schulkinder an ihrer Altersgruppe um 84%, derjenige der Heranwachsenden um 75% (Steigerungsrate bei Erwachsenen: 26%).<sup>13</sup> Zusätzlich bemerkenswert ist, dass die Adipositas/Fettleibigkeit noch schneller angestiegen ist als das Übergewicht unterhalb BMI 30. Die Steigerungsraten verheißen nichts Gutes. 2030, so der „Global Atlas of Child Obesity“, werden 254 Millionen Kinder und Jugendliche (zwischen 5 und 19 Jahren) adipös sein.<sup>14</sup>

<sup>13</sup> WHO: NCD Risk Factor Collaboration 2017, zitiert aus SOFI 2019

<sup>14</sup> Vgl. World Obesity Federation: Global Atlas on Child Obesity, 2019

### Weltweites Übergewicht (Zahlen für 2018)

Weltbevölkerung = 7,616 Millionen Menschen	2.378 Mio.	31,3%
Kinder (unter fünf Jahren) = 678 Mio. Kinder	40 Mio.	5,9%
Schulkinder (5 – 9 Jahre) = 638 Mio. Schulkinder	131 Mio.	20,6%
Heranwachsende (10 – 19 Jahre) = 1200 Mio. Jugendliche	207 Mio.	17,3%
Erwachsene (älter als 18) = 5.100 Mio. Erwachsene	2.000 Mio.	38,9%

Quelle: FAO: The State of Food Security and Nutrition in the World, 2019

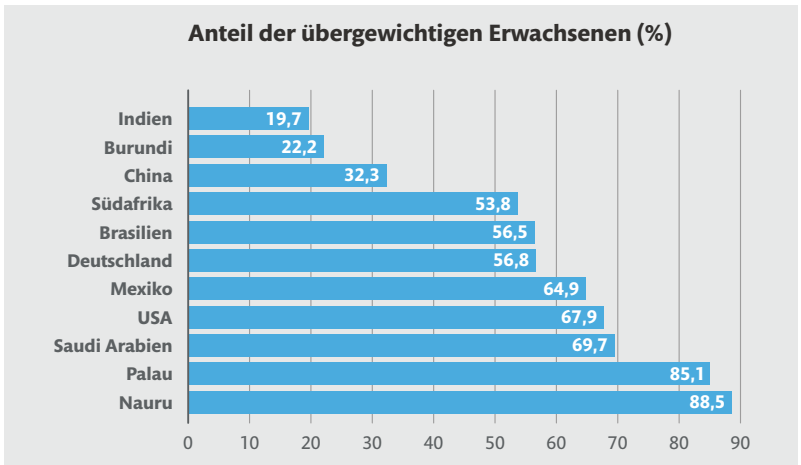
Übergewicht ist ein Problem für „reiche“ und „arme“ Länder. In vielen „Entwicklungsländern“ hat wachsender Wohlstand dazu geführt, dass zumindest bei einem Teil der Bevölkerung Übergewicht und Adipositas massiv angestiegen sind. Die Länder mit dem größten „Übergewicht-Problem“ sind interessanterweise viele Südsee-Staaten (Nauru, Cook-

### „Entwicklungsländer“ oder „Globaler Süden“?

Wie sollen diejenigen Länder benannt werden, die hinsichtlich ihrer sozialen und ökonomischen Entwicklung weniger erfolgreich waren oder sind als jene Staaten, die man früher „Industrieländer“ nannte? Der Terminus „Entwicklungsländer“ unterstellt, dass wirtschaftliches Wachstum unter Inkaufnahme ökologischer Verwerfungen eine wünschenswerte Perspektive sei und nennt ärmere Länder „weniger entwickelt“. Auf diesem Hintergrund wird heute zunehmend der Terminus „Länder des Globalen Südens“ verwendet, ein Begriff, der nicht geographisch gemeint ist, sondern (sehr heterogene) Länder zusammenfasst, die ökonomisch im Weltsystem – oft durch den Kolonialismus – benachteiligt waren oder sind. Eine Schwierigkeit ist dabei, dass viele Statistiken der UN-Organisationen noch immer von „developing countries“ sprechen. Außerdem wird der Terminus „Globaler Süden“ bei uns von vielen Menschen nicht verstanden.

Inseln, Tonga oder Samoa). Wissenschaftler vermuten, dass eine bestimmte Ausstattung mit Stoffwechsel-Genen dort die Fettleibigkeit vorantreibt. Aber auch in immer mehr „Entwicklungsländern“ (insbesondere in den sogenannten Schwellenländern wie China, Mexiko, Brasilien, Ägypten, Südafrika) wächst der Anteil der „an Übergewicht Erkrankten“ rasant, ist der Anteil der Übergewichtigen mittlerweile ähnlich hoch wie in etlichen „reichen Ländern“. Und: Selbst in den „ärmsten Ländern“ (hier in der Tabelle das Beispiel Burundi) sind mehr als 20 % der Bevölkerung übergewichtig.<sup>15</sup>

15 Statistische Daten aus: Global Health Observatory Data – Zugriff April 2020 (Zahlen für 2016)



An Übergewicht oder Adipositas stirbt man nicht; sie führen aber zu einer Fülle von Erkrankungen und zu frühzeitigen Todesfällen. Die häufigsten Folgen von Übergewicht sind Bluthochdruck, Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Diabetes mellitus (Typ 2) und ein erhöhtes Krebsrisiko. Hinzu kommen Gelenkerkrankungen wie Arthrose. In vielen Gesellschaften werden darüber hinaus „dicke Menschen“ stigmatisiert, ausgegrenzt, manchmal mit Häme und Anfeindung überzogen. Entsprechend negative Auswirkungen für die Psyche sind die Folge.

Übergewicht und Adipositas zählt die Weltgesundheitsorganisation (WHO) zu wichtigen Ursachen für die „nicht-übertragbaren Krankheiten“ (**noncommunicable diseases** – NCD). Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Krebs, Atemwegserkrankungen und Diabetes gehören dazu. Diese werden mittlerweile, nachdem viele Seuchen und Infektionskrankheiten (Masern!) erfolgreich bekämpft werden, als Ursachen für 71 % der vorzeitigen Sterbefälle angesehen.<sup>16</sup>

16 Vgl. [www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/noncommunicable-diseases](http://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/noncommunicable-diseases)

Etliche NCDs haben eine enge Verbindung zu Übergewicht und Adipositas. Direkt führt die WHO **2,8 Mio. Todesfälle pro Jahr** auf Übergewicht zurück. Mangelnde oder fehlende physische Aktivität ist in diesem Zusammenhang einerseits ein Risikofaktor für vorzeitige Todesfälle und andererseits eine häufige Begleiterscheinung von Übergewicht. Die Auflistung der häufigsten Todesursachen durch die WHO<sup>17</sup> macht erkennbar, dass etliche von ihnen (wie Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Schlaganfall oder Krebs) in unmittelbarem Zusammenhang mit der Ernährung stehen. Ein besonderes Problem ist die sprunghafte Ausbreitung von **Diabetes** (überwiegend Diabetes mellitus Typ 2). Mindestens 422 Mio. Menschen sind laut WHO (Zahl für 2016) an Diabetes erkrankt, das sind 8,5% der Weltbevölkerung. Auch hier könnte man von einer Pandemie sprechen. Gegenüber 1980 hat sich die Zahl der Erkrankten vervierfacht.<sup>18</sup>

Gleichzeitig ist Übergewicht ein enormer **Kostenfaktor** für alle Gesellschaften. Aufzubringen sind nicht nur Behandlungskosten für die vielfältigen mit Übergewicht assoziierten Erkrankungen, sondern es sind auch die volkswirtschaftlichen Verluste in Rechnung zu stellen, die aus der verminderten Produktivität der Übergewichtigen, aus zusätzlichen Krankentagen und aus Frühverrentungen resultieren. Ein McKinsey-Report (2015) beziffert die weltweiten Kosten von Übergewicht auf **zwei Billionen Dollar pro Jahr**, 2,8% des weltweiten Bruttonationaleinkommens.<sup>19</sup> Es ist offensichtlich, dass Übergewicht nicht nur ein individuelles Problem für die Betroffenen ist, sondern auch die Gesellschaften als Ganzes vor enorme Probleme stellt.

### 1. 3. Mangelernährung

Satt allein ist nicht genug. Für ein gesundes, aktives Leben brauchen Menschen nicht nur Energie, sondern auch zahlreiche Nährstoffe und Vitamine. Umgekehrt gilt: Wenn diese Mikrostoffe fehlen, kommt es zu gravierenden Beeinträchtigungen der Gesundheit und des körperlichen wie geistigen Leistungsvermögens. Laut FAO sind rund zwei Milliarden Menschen von diesem „versteckten“ Hunger betroffen.<sup>20</sup> Wichtig ist in diesem Zusammenhang, dass es nicht nur darum geht, mehr Nahrungsmittel (z. B. mehr Getreide oder Reis) zu produzieren, sondern dass es qualitativ bessere Nahrungsmittel braucht, um Menschen ein gesundes Leben zu ermöglichen. Die Zufuhr von (leeren) Kohlehydraten allein löst die Probleme nicht.

<sup>17</sup> [www.who.int/news-room/factsheets/detail/the-top-10-causes-of-death](http://www.who.int/news-room/factsheets/detail/the-top-10-causes-of-death)

<sup>18</sup> In Deutschland rechnet die Deutsche Diabetes-Gesellschaft mit bis zu 12 Mio. Erkrankten bis zum Jahr 2040 – siehe Gesundheitsbericht Diabetes 2020.

<sup>19</sup> R. Dobbs et al.: Overcoming obesity: an initial economic analysis. Discussion paper [online]. New York, USA, McKinsey Global Institute (2014), zitiert aus FAO: SOFI 2019

<sup>20</sup> Insgesamt leben rund zwei Milliarden Menschen ohne Ernährungssicherheit. Diese Zahl umfasst sowohl die mangel- wie auch die unterernährten Menschen.

## Region Menschen ohne Ernährungs- sicherheit

Region	2019		2014	
	Mio.	%	Mio.	%
Welt	2.001	25,9%	1.634	22,4%
Subsahara Afrika	605	56,8%	469	50,3%
Südasien	692	36,1%	571	31,6%
Lateinamerika	205	31,7%	142	22,9%

Quelle: FAO - SOFI 2020

verfügt und die notwendige Bewässerung bereitstellen kann. Gleichzeitig muss es aber auch die Transportkapazitäten geben, um die (schneller verderblichen) Lebensmittel zu den Menschen zu bringen. Dies alles kostet Geld – und würde auf der Konsumentenseite bedeuten, dass Menschen mehr Geld für ihre Ernährung aufbringen können (und wollen).

Die FAO hat versucht zu berechnen, was dies konkret in verschiedenen Ländern der Welt bedeuten würde. Eine gesunde Ernährung inklusive Versorgung mit frischem Obst, Gemüse etc. (Ernährung Typ C) hieße, dass hierfür täglich pro Person 3,33 \$ (kaufkraftbezogene Umrechnung) zur Verfügung stehen müssten. Doch dieser Betrag wäre

für 3.022 Mio. Menschen (fast 40 % der Weltbevölkerung!) unbezahlbar. Armut ist und bleibt das wohl größte Hindernis auf dem Weg zu einer gesunden Ernährung.

### Was hält Sie davon ab, gesünder zu essen?

*„Gesündere Nahrung ist so teuer, dass meine Familie sich das nicht leisten kann.“*

Junge Frau, 16 Jahre, aus Swasiland

*„Weil mein Vater wenig Geld hat und ich noch im Studium bin.“*

Junger Mann aus Mali

*„Ich kann gesunde Nahrung deshalb nicht kaufen, weil ich sie mir nicht leisten kann. Manchmal essen wir Gemüse und Obst, aber es ist einfach zu teuer, es jeden Tag zu kaufen.“*

Junge Frau, 21 Jahre, aus den Philippinen

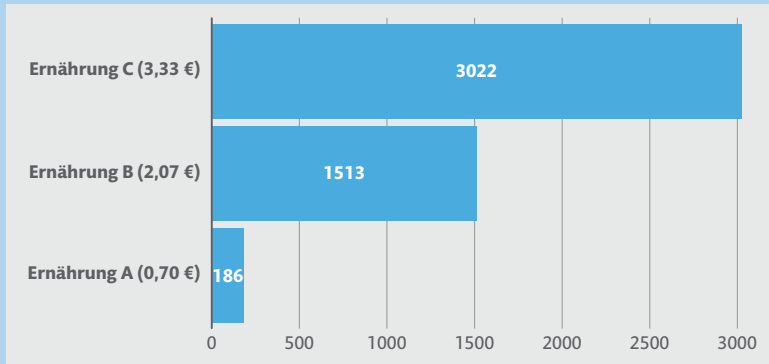
*„Ungesunde Nahrung ist unglücklicherweise sehr lecker.“*

Junger Mann, 16 Jahre, aus Brasilien

Quelle: Unicef – The State of the World's Children, 2019, S. 27.

Der **Preis** ist für viele Menschen in den Ländern des Globalen Südens vielleicht das wichtigste Entscheidungskriterium dafür, was sie essen und wieviel sie essen. Waren früher für viele Menschen die „modernen Fertigprodukte“ unerschwinglich teuer, so scheinen sie heute vielfach „günstiger“ als der Kauf lokaler Nahrungsmittel.

## Unbezahlbare (gute) Ernährung<sup>21</sup>



**Ernährung Typ A:** Ausreichende Ernährung mit Kalorien, aber wichtige Nährstoffe fehlen.

**Ernährung Typ B:** Ausreichende Ernährung mit Kalorien und mit den wichtigsten Nährstoffen – quantitativ und qualitativ angemessene Ernährung.

**Ernährung Typ C:** Ausreichende Ernährung mit Kalorien und Nährstoffen und mit einer Vielfalt verschiedener und frischer Lebensmittel (Obst, Gemüse, Nüsse, Fleisch, Fisch) – „gesunde Ernährung“

Die Tabelle zeigt an, dass es viele Menschen auf der Welt gibt, die eine gute Ernährung nicht bezahlen können. Bereits wenn es lediglich darum geht, täglich genug Kalorien zu sich zu nehmen (Ernährung Typ A), so sind es 186 Millionen Menschen, die dieses Geld (es sind lediglich 0,70 € pro Tag) nicht aufbringen können. Wenn es um eine quantitativ und qualitativ ausreichende Ernährung (Typ B) geht, so sind 1,5 Milliarden Menschen davon bereits ausgeschlossen, weil sie zu arm sind (erforderliche Kosten pro Tag: 2,07 €). Eine wirklich „gesunde Ernährung“ (Typ C) ist für gut 3 Milliarden Menschen unbezahlbar (3,33 €/Tag).

tel, insbesondere von Gemüse und Obst. Gerade das Angebot kleiner Portionen von gesüßten Milchprodukten, Softdrinks, Fertignudeln oder Chips, wie sie z. B. in den Favelas Brasiliens angeboten werden<sup>22</sup>, verführt zu der Annahme, dass diese Art von Ernährung billiger sei als gesündere, lokale Nahrungsmittel einzukaufen. Dabei bleibt außen vor, dass diese Art der „Instant-Ernährung“ zu schwerwiegender Mangelernährung führt („versteckter Hunger“) und eine dauerhafte Unterversorgung mit wichtigen Nährstoffen und Vitaminen bedeutet.

<sup>21</sup> Auflistung (übersetzt) aus FAO: State of Food Insecurity and Nutrition in the World (SOFI), 2020

<sup>22</sup> Siehe dazu unser Filmangebot **V-1** Das Geschäft mit der Armut.



23 <https://globalnutritionreport.org/reports/2020-global-nutrition-report/>

Der „**Global Nutrition Report 2020**“<sup>23</sup>, eine Publikation von Vertretern der UN, einzelner Regierungen und von Nichtregierungsorganisationen, weist auf den ungleichen Zugang der Menschen zu gesunder Ernährung hin. Menschen, die durch Armut oder auch fehlende Bildung ohnehin benachteiligt sind, leiden am meisten unter den verschiedenen Formen der Fehlernährung. Dabei ist zu beachten, dass es jenseits von Landesstatistiken gravierende Unterschiede bei der Ernährung einzelner Gruppen gibt. Diese Unterschiede zeigen sich regional, aber auch in der unterschiedlichen Versorgung innerhalb der Familien von Männern und Frauen, von alten und jungen Menschen, von Personen mit Schulbildung und solchen, die nicht zur Schule gegangen sind. Eine zentrale Aufgabe für die Welternährung besteht darin, gerade die bisher benachteiligten Gruppen besser zu ernähren und so die Ungleichheit in den Chancen auf ein gesundes Leben zu verringern.

24 Vgl. WHO: Global Nutrition Targets 2025 – Policy brief

### **Die globalen Ernährungsziele<sup>24</sup>** **Beschlossen von der WHO Vollversammlung 2012**

Bis 2025 sollen erreicht werden:

1. Die Anzahl der Kinder mit Kleinwachstum (Stunting) soll um 40 % zu reduziert werden;
2. Die Anämie (Blutarmut) bei Frauen soll um die Hälfte gesenkt werden;
3. Das Auftreten von zu geringem Geburtsgewicht vsoll um 30 % reduziert werden;
4. Das Übergewicht bei Kindern soll nicht weiter ansteigen;
5. Der Anteil der Kinder, die in den ersten sechs Monaten ausschließlich Muttermilch bekommen, soll auf mindestens 50 % ansteigen;
6. Das Untergewicht bei Kindern (Wasting) soll auf unter 5 % dauerhaft gesenkt werden.

Laut „Global Nutrition Report 2020“ gibt es **kein** Land, das „in der Spur“ ist, alle diese Ziele zu erreichen.

## **2. Weltweiter Ernährungswandel**

Ernährungsverhalten und Lebensstile haben sich in den letzten 25 Jahren weltweit erheblich verändert und zur Ausbreitung von Übergewicht (und Adipositas) beigetragen. Ein wesentlicher Faktor ist hier der welt-

weit wachsende Wohlstand. Heute lebt 90 % der Weltbevölkerung oberhalb der extremen Armut, die von der Weltbank als Einkommensarmut von weniger als (kaufkraftberechneten) 1,90 \$/Tag definiert ist. Auch die Zahl derer, die mit 5,50 Dollar pro Tag schon einen gewissen Wohlstand erreicht haben, ist erkennbar gestiegen: 3,9 Milliarden Menschen haben diese Zielmarke erreicht.

Weniger Armut - mehr Wohlstand	1990		2017	
	Mio.	%	Mio.	%
Menschen in extremer Armut < 1,90 \$/Tag	1.899	36 %	689	9,2 %
Menschen jenseits der extremen Armut	3.376	64 %	6.820	90,8 %
Menschen unterhalb 5,50 \$/Tag	3.546	67 %	3.271	44 %
Menschen oberhalb 5,50 \$/Tag	1.735	33 %	4.238	56 %

**Quelle:** Worldbank: Poverty Home – Zugriff auf die Daten: Dezember 2020

## 2.1. Convenience Food

Mit dem **wachsenden Wohlstand** haben sich vielerorts auch die Ernährungsgewohnheiten verändert. Endlich können sich Millionen Menschen auch in den „Schwellenländern“ leisten, was früher nur den Reichen vorbehalten war: Konsum von mehr Fleisch, von mehr Milchprodukten, von mehr industriell gefertigten „modernen“ Lebensmitteln, von Fast Food und von gezuckerten Softdrinks. Weizenbrot verdrängt Hirsebrei, Pizza und Chips ersetzen den Maisbrei mit Gemüse, Cola das Wasser. Der Kohlehydrate-, Fett-, Zucker- und Salzkonsum nimmt zu und hat – begleitet von geringerer körperlicher Bewegung – Übergewicht und Fettleibigkeit zur Folge.

Die wachsende **Urbanisierung** – längst lebt die Mehrheit der Menschheit in Städten – ist begleitet von einer Tagesstrukturierung, bei der Zeitknappheit den Speisezeitpunkt bestimmt und Mahlzeiten immer häufiger allein eingenommen werden. Waren früher die gemeinsamen Essenszeiten ein zentraler Ort der familialen Gemeinschaftsbildung, so nehmen heute viele gerade auch junge Leute ihr Essen häufig vor dem Laptop ein und haben vielleicht am Wochenende einmal die Chance, in Gemeinschaft zu essen. Die Berufstätigkeit beider Elternteile wird in immer mehr Ländern zum Regelfall und fördert diese Veränderungen in der Esskultur.



Foto: Sofia Cangiano/  
unsplash

Selbst im „informellen Sektor“ ist **Zeit** ein wichtiger Knappheitsfaktor geworden und die Versuchung groß, weniger Zeit in die Essenszubereitung zu investieren. Da kommen dann die hoch-kalorischen Fertigprodukte gerade recht – und weil sie auch noch (viel Fett, viel Zucker, viel Salz) gerne genommen werden, ist diese „Verpflegungslösung“ für viele Menschen sehr attraktiv. Dies gilt für Menschen aller Einkommensklassen – in reichen wie in ärmeren Ländern.

**Fast Food:** Das „schnelle Essen“ von Fertigprodukten

**Junkfood:** Minderwertige Nahrungsmittel mit geringem Nährwert

**Convenience Food:** „Bequemes Essen“ dank industrieller Zubereitung

Immer mehr **Fertigprodukte** und immer weniger selbst-zubereitete Speisen – diese Tendenz ist in Brasilien ganz besonders deutlich zu beobachten. 85 % aller Nahrung, die in Brasilien gegessen wird, ist mittlerweile industriell verarbeitete Nahrung.<sup>25</sup> Viele Produkte haben einen extrem hohen Fett- oder Zuckergehalt, wären so längst nicht mehr im gesundheitsbewussteren Europa absetzbar. Aber in Brasilien sind die Märkte noch nicht gesättigt. Nestlé sendet beispielsweise Verkäuferinnen in die Favelas, die dort bezahlbare Angebote (kleinere Mengen) für „Convenience-Food“ offerieren. So beschleunigt man den Ernährungswandel.

Kennzeichnend für den Ernährungswandel ist auch, dass die Versorgung mit Lebensmitteln immer mehr von **Supermärkten** übernommen

<sup>25</sup> <https://newfrontiersinfood.eu/2019/06/20/report-brazil-food-beverage/>

wird. Früher waren es Straßenhändler und kleine Anbieter, die einen wesentlichen Teil des Bedarfs der städtischen Bevölkerung gedeckt haben. Gleichzeitig war dies die Existenzgrundlage von Millionen von Menschen, die mit ihren Verkäufen Einkommen und Überleben für sich und ihre Familien gesichert haben. Mit dem Wachsen der Supermarkt-Ketten ist diese Erwerbsgrundlage von kleinen Produzent\*innen und Händlern bedroht, auch wenn dies wohl auch mittelfristig nicht bedeuten wird, dass die Straßenhändler als Anbieter von lokalen Lebensmitteln völlig von der Bildfläche verschwinden werden. Aber ein wachsender Teil der Ausgaben für Nahrungsmittel wandert jetzt eben doch in die Kassen der Supermärkte. Davon profitieren durchaus einige bäuerliche (meist größere) Produzenten, die Zulieferer für die Supermärkte werden, entsprechende Mengen- und Preisverträge mit diesen abschließen konnten und in der Lage sind, die geforderten Hygiene- und Verpackungsnormen einzuhalten. Ein größerer Teil der kleineren Anbieterinnen und Anbieter muss aber wohl Umsatzeinbußen hinnehmen.



Indien: Supermarkt und Straßenverkäufer



Fotos: links: Laurentius Morarius/unsplash; rechts: Ravi Sharma/unsplash

Mit der Tendenz zu Supermärkten ist aber auch eine Veränderung der Essgewohnheiten verbunden. „Western Food“ – geliefert von den großen Nahrungsmittelkonzernen – hat hier einen wachsenden Anteil und forciert den Ernährungswandel, während die Nachfrage nach „local food“ abnimmt. Diese „westernization of diet“ reduziert lokale Wertschöpfung und die Vielfalt des Lebensmittel-Angebots. T. Reardon spricht von einer „stillen Revolution“ der städtischen Nahrungsmittelversorgung, welche die Lebensgrundlage für Zehntausende von Menschen (in Produktion, Verarbeitung, Bereitstellung, Transport) verändert.<sup>26</sup>

<sup>26</sup> Vgl. N. Nickanor et al.: The supermarket revolution and food security in Namibia, 2017

## 2.2. Fast Food

Fast Food-Angebote scheinen die ideale Antwort auf die veränderten Lebensbedingungen zu sein. Schnell, scheinbar billig, lecker – nur wenige vor allem junge Leute können da widerstehen, zumal Fast Food für eine lässigen, modernen und urbanen Lebensstil steht. In manchen Ländern „träumen“ junge Leute auf dem Land davon, endlich Zugang zu den Fast Food-Angeboten in der Stadt zu bekommen.<sup>27</sup> Weltweit wächst der Fast Food-Markt<sup>28</sup>, vor allem in den sogenannten Schwellenländern. Gerade dort sind erhebliche Umsatzsteigerungen zu beobachten<sup>29</sup>, während der Umsatz in den „reichen Ländern“ tendenziell stagniert.

<sup>27</sup> Vgl. Unicef, The State of the World's Children, 2019, S. 91

<sup>28</sup> Laut Allied Market Research (3.8.2020) hat der weltweite Umsatz im Bereich Fastfood 2019 die Summe von 648 Mrd. \$ erreicht.

<sup>29</sup> Vgl. Unicef: a. a. O., S. 144



Foto: Peter Dawn/  
Unsplash

Fast Food-Konsum hat nicht notwendigerweise Übergewicht zur Folge. Wer nur selten Fast Food-Nahrung zu sich nimmt, sich ansonsten aber ausgewogen ernährt und ausreichend bewegt, wird nicht durch einen Burger pro Woche übergewichtig werden. Doch ein solcher maßvoller Konsum ist stets gefährdet. Kennzeichnend für viele Fast Food-Produkte ist, dass sie durch ihren hohen Fett-, Salz- oder Zuckergehalt „süchtig“ machen können. Viele gerade junge Leute konsumieren mehrfach in der Woche diese Produkte, lieben die fetten Pommes und trinken regelmäßig die zuckerhaltigen Softdrinks. So kann es nicht verwundern, dass junge Leute, die häufiger Fast Food zu sich nehmen, eher zu Übergewicht neigen als Heranwachsende, die dies nicht tun.<sup>30</sup> Eine britische Studie stellte zudem fest, dass Mahlzeiten – auf der Straße

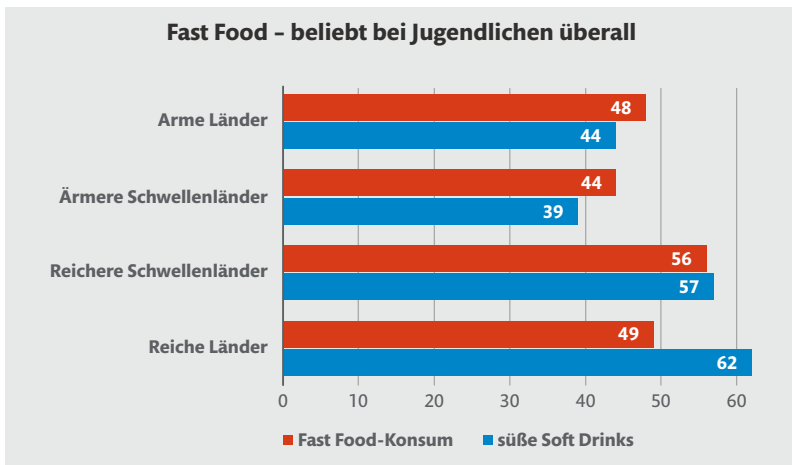
<sup>30</sup> Fast food consumption and overweight/obesity prevalence in students and its association with general and abdominal obesity (2018)

oder im Restaurant verzehrt – deutlich mehr Kalorien enthalten als das Essen zu Hause.<sup>31</sup> Zuhause essen wäre gesünder.

31 A. Mandal: Obesity and Fast Food (2019)



Abbildung: macro-vector



Quelle: Unicef, The State of the Worlds' Children 2019, S. 87



Interessant dürfte es sein, dass in „reichen wie in armen Ländern“ die Quoten der jungen Leute (bei Unicef sind dies die 10- bis 19-Jährigen) ähnlich sind, die Fast Food oder süße Softdrinks konsumieren. Gruppiert nach Länder-Einkommensgruppen<sup>32</sup> lässt sich zeigen, dass der Anteil der jungen Leute überall erheblich ist, die mindestens einmal in der Woche Fast Food konsumieren oder mindestens einmal am Tag gesüßte Softdrinks trinken.<sup>33</sup>

32 Die Weltbank benutzt die folgenden Länder-Kategorien, welche sich am Pro-Kopf-Einkommen (PKE) orientieren: arme Länder = PKE <= 1.025 \$, ärmere Schwellenländer PKE = 1026 - 3995 \$, reichere Schwellenländer PKE = 3996 - 12.375 \$; reiche Länder PKE =>12.376 \$.

33 Zahlenangaben aus Unicef: The State of the World's Children ..., 2019, S. 87

**»Viel zu viele Kinder und junge Leute essen zu wenig gesunde Nahrungsmittel und zu viele ungesunde Nahrungsmittel.«**

Unicef 2019

### **Fast Food gesund?**

Es gibt durchaus eine Gegenbewegung zu jenem weltweiten Ernährungswandel, der durch den zunehmenden Verzehr von gesundheitsgefährdendem Junkfood gekennzeichnet ist. Diese Gegenbewegung hin zu gesünderen Nahrungsmitteln ist vor allem in den „reichen Ländern“ und bei den Oberschichten in den ärmeren Ländern beobachtbar. Hier ist der Überkonsum von Fetten, aber auch von Zucker oder Salz im Fast-Food-Bereich in der Kritik, verbunden mit einer Nachfrage nach gesünderen Angeboten.

Es sind nicht zuletzt die Big-Food-Unternehmen, die auf diese Veränderungen in der Nachfrage reagiert haben und jetzt auch „gesündere Produkte“ im Angebot haben: Gemüseburger, Salat, Vollkorn-Baguette, vegane Pizzen etc. Jetzt kann man also auch in vielen Fast-Food-Restaurants „grüner essen“, sich gesünder ernähren und auch noch Kalorien sparen. Gleichzeitig verlieren so die Fast-Food-Ketten ein wenig von ihrem Image als Hort der ungesunden Ernährung. Das Stück Apfel (zum süßen Milchshake) bei McDonald's in den USA macht die ganze Sache scheinbar besser im Sinne einer gesünderen Ernährung. Hinzu kommt, dass seit einiger Zeit die Fast-Food-Angebote hinsichtlich Kaloriengehalt und Inhaltsstoffe transparenter dargestellt werden.

Wie sind diese Veränderungen zu bewerten? Einerseits ist es positiv, wenn gesündere Alternativen zu „Hamburger mit Pommes“ auf der Speisekarte stehen. Gerade wenn Fast Food sehr häufig konsumiert wird, ist es wichtig, dass solche Angebote überhaupt zur Verfügung stehen. Andererseits erhöhen diese „grünen Alternativen“ die Akzeptanz der Fast-Food-Ketten, lassen übersehen, dass die Alternative zum Fast-Food-Hamburger nicht im



Fast-Food-Gemüseburger liegen muss, sondern jenseits von Fast-Food in einer vielseitigen Versorgung mit gesunden und lokal erzeugten Lebensmitteln. Die Image-Verbesserungen der Nahrungsmittelkonzerne könnten darüber hinaus auch ungerechtfertigt sein, wenn nämlich nur ein kleiner Teil des Umsatzes tatsächlich auf die „grünen Alternativen“ zurückgeht, während das Hauptgeschäft durch Hamburger, Pommes und Süßgetränken gemacht wird.

## 2.3. Die Rolle von Big Food

*„Maßnahmen zur Verhinderung der nicht-übertragbaren Krankheiten richten sich gegen die Geschäftsinteressen mächtiger Unternehmen ... In meiner Sicht ist dies eine der größten Herausforderung im Bereich Gesundheitsfürsorge. Es geht nicht mehr nur um Big Tobacco. Das Gesundheitssystem muss sich auch auseinandersetzen mit Big Food, Big Soda und Big Alcohol.“*

Margaret Chan, frühere Präsidentin der Weltgesundheitsorganisation (WHO)

Der weltweite Ernährungswandel – mehr industriell gefertigte Nahrungsmittel, mehr Fast Food, mehr gesüßte Getränke – wird ganz wesentlich angetrieben durch die großen (internationalen) Nahrungskonzerne, die mit ihren Angeboten und mit ihren Marketing-Maßnahmen mittlerweile wohl in allen Ländern der Welt präsent sind. Weil die



„Coca Cola-Bar“ in Namibia

Foto: Anqi Lu/  
unsplash

34 Die Nahrungsmittelkonzerne versuchen in den „reichen Ländern“ durch diversifizierte Angebote ihre Umsatzzahlen zu halten. Dazu gehören z. B. in Europa zunehmend auch Bio-Produkte und vegetarische/vegane Angebote.

Märkte für Fast Food, Softdrinks und Fertigprodukte in vielen „reichen Ländern“ weitgehend gesättigt sind<sup>34</sup>, werden die Märkte in den „Schwellenländern“ oder bei den Oberschichten in den „armen Ländern“ für Big Food zunehmend attraktiv.

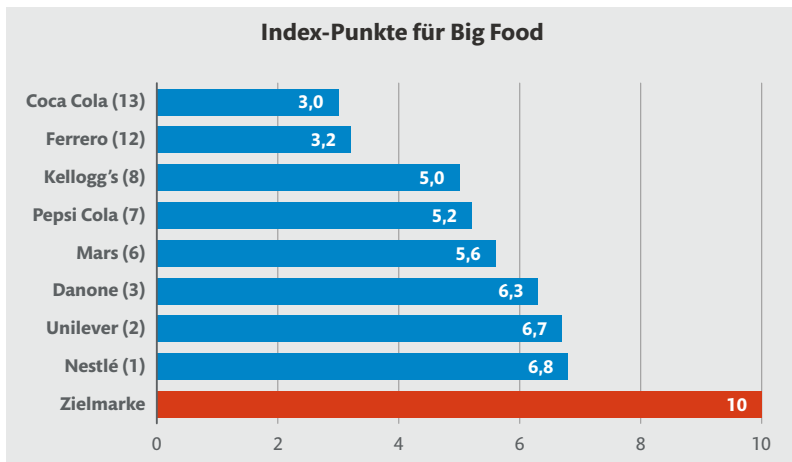
Big Food (die international operierenden großen Nahrungsmittelkonzerne) ist überall. Nescafé, Pepsi Cola, Coca Cola oder McDonald's gehören heute schon fast zum „Weltkulturerbe“, das wahrscheinlich in allen Ländern der Erde vorzufinden ist. Weil die Big Food-Konzerne häufig mit Tochterunternehmen in den jeweiligen Ländern vertreten oder an heimischen Unternehmen beteiligt sind, ist das Ausmaß ihrer Präsenz nicht immer auf den ersten Blick erkennbar.

### Die großen Nahrungsmittelkonzerne (Big Food)

35 Umsatz-Angaben aus Statista: Foodumsatz der führenden Agrar- und Lebensmittelkonzerne weltweit, 2019

Konzern	Umsatz (2018) <sup>35</sup>	Marken (Auswahl)
Nestlé (Platz 1)	80,0 Mrd. \$ (nur Food-Bereich)	Nescafé, KitKat, Wagner, Hertha, Thomy, Beba, Maggi, ...
PepsiCo (Platz 2)	64,7 Mrd. \$	Pepsi Cola, 7up, Lay's, ...
Mars (Platz 7)	35,0 Mrd. \$	Mars, Milky Way, Snickers, Twix, Bounty, ...
Coca Cola (Platz 9)	24,65 Mrd. \$	Coca Cola, Sprite, Fanta, Apollinaris, ...
Kraft Heinz Company (Platz 10)	26,3 Mrd. \$	Heinz-Ketchup, Philadelphia, Capri-Sonne, ...
Danone (Platz 14)	20,8 Mrd. \$	Actimel, Fruchtzwerge, Alepro, Volvic, Evian, Milupa, ...

Wie kann man genauer bewerten, welche Rolle die großen Nahrungsmittelkonzerne spielen im Kontext von Unterernährung einerseits und von Übergewicht andererseits? Die „Access to Nutrition Initiative“ (ATNI) hat hierzu einen Index (**Global Access to Nutrition Index**) entwickelt, der die Rolle der 22 größten Nahrungs- und Getränkeunternehmen einer Prüfung unterzieht. Untersucht wird natürlich die „Gesundheitsqualität“ der Produkte, aber auch die generelle Ausrichtung der Unternehmen, ihre Standards und ihre Berichterstattung, die Ausrichtung der Warenangebote auf bedürftige Zielgruppen, das Marketing (insbesondere betreffend die Zielgruppe Kinder) und die Zusammenarbeit mit den Regierungen. In insgesamt sieben Bereichen werden durch eine Reihe von Indikatoren Daten erhoben, die in den Index einfließen.



**Quelle:** WHO – Set of recommendations on the marketing of foods and non-alcoholic beverages to children (2010)

**Fazit des Global-Access-to-Nutrition-Index:** Keines der 22 untersuchten Unternehmen – hier in der Tabelle werden nur neun bekanntere Unternehmen dargestellt – erreicht die volle Punktzahl (10) der von der ATNI gesetzten Standards. Bei hoher Variation (vom Klassenbesten Nestlé 6,8 zu Suntory 0,1) wird lediglich eine Durchschnittsmarke von 3,3 erreicht.

Im Detail werden etliche Defizite z. B. hinsichtlich der Produkte konstatiert. Von den gut 23.000 untersuchten Produkte, welche die einbezogenen Nahrungs- und Getränke-Unternehmen verkaufen, kann nur ein Drittel als „gesund“ eingestuft werden.<sup>36</sup> Nur 14 % der Unternehmen halten im Marketing-Bereich, der auf Kinder ausgerichtet ist, die entsprechenden WHO-Leitlinien ein.<sup>37</sup> Außerdem wird bemängelt, dass die Unternehmen zu wenig für die Verbreitung gesunder Lebensmittel (Frischobst, Gemüse, Nüsse, Leguminosen) tun und dass nur drei Unternehmen sich in der Öffentlichkeitsarbeit gegen Übergewicht engagieren. Auch die Kennzeichnung der Lebensmittel wird als ungenügend kritisiert.

Wichtig ist in diesem Zusammenhang der Kontext, in dem die ATNI<sup>38</sup> arbeitet, welche den Index publiziert. ATNI will explizit die Big Food „mit ins Boot holen“, also deren Marktmacht nutzen, um gegen Unterernährung und Übergewicht vorzugehen. Sie ist also gegenüber Big Food eher wohlwollend eingestellt und kommt dennoch zu den hier dargestellten eher betrüblichen Bewertungen (wenn auch gegenüber 2016 gewisse Fortschritte eingeräumt werden).

<sup>36</sup> Global Access to Nutrition Index 2018

<sup>37</sup> Vgl. WHO – Set of recommendations on the marketing of foods and non-alcoholic beverages to children (2010)

<sup>38</sup> Die ATNI – Access to Nutrition Initiative – wird von der Robert Wood Foundation, der Bill und Melinda Gates-Stiftung und vom niederländischen Außenministerium finanziert.

## Nutraeutika

Mangelernährung meint die Unterversorgung mit Proteinen oder anderen wichtigen Mikronährstoffen. Unmittelbar soll dieser Mangel nach dem Willen vieler Regierungen dadurch behoben werden, dass die fehlenden Nährstoffe bestimmten Nahrungsmitteln zugesetzt werden. Mindestens 80 Länder haben Vorschriften für derartige Zusätze in Keksen, Mehl, Getränken, Brühwürfeln oder in Pulverform erlassen, um Defizite bei der Versorgung mit Vitamin A, Eisen, Folsäure, Jod oder Zink auszugleichen. An diesen Programmen sind auch viele große Nahrungsmittel-Konzerne (Unilever, Britannia, Nestlé, Pepsi Cola oder Coca Cola) beteiligt.<sup>39</sup> Diese künstlichen Zusätze sind punktuell sicher hilfreich, führen aber auch dazu, dass die Akzeptanz von Big Food gesteigert wird und einheimische Produzenten, die derartige Anreicherungen nicht bewerkstelligen können, außen vor bleiben. Ob die Nutraeutika auf Dauer die Nachteile einer Mangelernährung ausgleichen können, ist medizinisch umstritten. Übergewicht und Adipositas können sie wohl nicht verhindern.

39 Ausführlicher dazu Thomas Kruchem, *Am Tropf von Big Food*, 2017, S. 94 ff

Andere Beobachter kritisieren die Rolle von Big Food deutlich schärfer.

40 Thomas Kruchem, *Am Tropf von Big Food*. Wie die Lebensmittelkonzerne den Süden erobern und arme Menschen krank machen, Bielefeld 2017 (212 Seiten). Das lesenswerte Buch kostet 19,99 € und ist für Bildungszwecke auch über die Bundeszentrale für politische Bildung zu beziehen.

In seinem Buch **Am Tropf von Big Food**<sup>40</sup> moniert der Autor Thomas Kruchem u. a. das aggressive Marketing der Konzerne, die mit dem Image von „gesund“ und „fitt“ zum Beispiel seit einiger Zeit gesüßte „Aquadriinks“ verkaufen oder mit großem Aufwand das „Weniger-süß“ ihrer Produkte herausstellen, obwohl z. B. in ihren Milchprodukten der Zuckergehalt weit über der WHO-Empfehlung von 10 % liegt. Auch die Bewerbung von Instant-Nudeln der Marke Knorr in Indien als „perfekte Mahlzeit auch für Kinder“ wird von dem Autor als irreführend bewertet, enthalten diese Nudeln doch fast nur Kohlehydrate und sehr viel Salz.



Breiteren Raum nimmt in der Buchpublikation auch die Einflussnahme der Big-Food-Konzerne auf Regierungen (Indien, Mexiko, Südafrika), auf UN-Organisationen (WFP, Unicef) und sogar auf zivilgesellschaftliche Organisationen (wie „Save the Children“ und „Oxfam“) ein. Der Autor kritisiert, dass diese Institutionen und Organisationen durch derartige Kooperationen ihre Glaubwürdigkeit und ihre Unabhängigkeit riskieren und als kritisches Korrektiv ausfallen könnten.

Andererseits sind das Sponsoring und die Projektunterstützung seitens Big Food in vielen Ländern eine sehr willkommene Unterstützung – vor allem da, wo staatliches Handeln nicht oder nicht ausreichend stattfindet. In einige Ländern fungiert Big Food (oder eine dazugehörige Stiftung) beispielsweise als gesundheitlicher Aufklärer, der mit staatlichen Behörden oder Schulen zusammenarbeitet und Bildungsarbeit zum Thema „gesunde Ernährung“ betreibt. In Brasilien (São Paulo) hat z. B. die Nestlé-Foundation ein umfangreiches Schulprogramm (Nutrir) gestartet, das Schulspeisungen finanziell unterstützt, mit Materialien über gesunde Ernährung aufklärt und auch noch Bewegungs- und Tanzangebote macht. Hunderte von Schulen nehmen an diesen Programmen teil und fördern dabei – vielleicht ungewollt – die Akzeptanz jener Nahrungskonzerne, die mit ihren Produkten gerade auch zur ungesunden Ernährung der Menschen beitragen.<sup>41</sup> Gleichzeitig kann wohl kaum bestritten werden, dass solche Programme sinnvoll und notwendig sind. Unter den Bedingungen ihrer knappen finanziellen Mittel nehmen Schulen deshalb gerne an derartigen Programmen teil, auch wenn es hier zu einer fragwürdigen Verquickung von staatlichen Aufgaben und privatwirtschaftlichen Angeboten kommt.

<sup>41</sup> Vgl. The New York Times: How Big Business Got Brazil Hooked on Junk Food, 16. 9. 2017

Auch in Europa ist die All-Präsenz von Big Food und deren Sponsoring ein Thema. Coca Cola war beispielsweise der überall erkennbare Großsponsor des EU-Ratsvorsitzes der rumänischen Regierung (2019). Zyniker würden dieses Engagement von Coca Cola als erfolgreich bewerten; schließlich gibt es ja noch immer keine Europa-weite Einführung einer Zuckersteuer.

***Coca-Cola ist in der Lobbyarbeit kein unbeschriebenes Blatt. 2016 zeigten geleakte E-mails des Konzerns, wie Coca-Cola aktiv gegen Maßnahmen der Gesundheitspolitik vorgeht. Das Register „Lobbyfacts“ gibt an, dass im Jahr 2017 zehn Treffen zwischen Coca-Cola und der EU-Kommission stattfanden und das Unternehmen vor allem gegen die Zuckersteuer, stärkere Verbraucherinformationen und die Plastikstrategie der EU vorzugehen versucht.***

Veröffentlichung der NRO „euractiv“<sup>42</sup>

Generell gilt: Übergewicht und Mangelernährung in der Welt sind nicht allein auf das fragwürdige Agieren von Big-Food-Konzernen zurückzuführen. Derartige Schuldzuweisungen übersehen, dass auch Regierungen mit ihren politischen Entscheidungen zu jenen Veränderungen

<sup>42</sup> Florence Schulz: Coca Cola Sponsoring ..., 1. 3. 2019. [www.euractiv.de](http://www.euractiv.de)

43 Ausführlich dazu die Arte-Dokumentation „Dick, dicker, fettes Geld“. 87 Min, Arte 2020. Eine Kurzfassung gibt es in unserer Lernmappe „Welternährung neu denken“ (V3 und V3-M)

der Essgewohnheiten beitragen, die heute weltweit Gesundheit und Lebenserwartung bedrohen. Ganz offensichtlich – wenn auch immer wieder von Big Food mit fragwürdigen Studien bestritten<sup>43</sup> – ist aber der Zusammenhang zwischen dem stark gestiegenen Konsum von Zucker (Limo & Co), von Fetten (Burger mit Pommes) und von Salz (Chips) einerseits und der Zunahme von Übergewicht und Adipositas andererseits. Die Produkte von Big Food sind ein großes Gesundheitsrisiko, weil sie süchtig machen können und die Fehlernährung vorantreiben. Wer nicht möchte, dass die vorzeitigen Todesfälle durch ernährungsbedingte Krankheiten weiter rasant zunehmen, muss alles versuchen, um den Konsum von Junkfood zu reduzieren und Einfluss zu nehmen auf das Marketing von Big Food, insbesondere mit der Zielgruppe Kinder und Jugendliche..

### 3. Antworten auf die Ernährungskrise

Das Verhalten der Nahrungsmittelkonzerne mag an deren Gewinn-Interessen ausgerichtet sein, staatliches Handeln aber hätte die Aufgabe, Gesundheitsgefahren abzuwehren und für eine gute Ernährung der Menschen zu sorgen. Angesichts der weltweiten Ernährungskrise müssten die Regierungen alles dafür tun, dass ihre Bevölkerungen mit bezahlbaren, gesunden und ausgewogenen Lebensmitteln – möglichst auf der Basis lokaler Produktion – versorgt werden, um Hunger, Mangel- und Überernährung zu verhindern. Dies ist bekanntlich in vielen Ländern nicht der Fall und eine entsprechende Landwirtschaftspolitik hat vielerorts noch immer keine Priorität.



Markt in Südsudan

Foto: UN MultiMedia

Auf der globalen Ebene ist der Stellenwert einer gesunden Ernährung längst anerkannt – und von allen Staaten der Erde in der „Agenda 2030“ bekräftigt. Das „nachhaltige Entwicklungsziel“ (SDG) 2 stellt die Beendigung des Hungers bis 2030 ebenso in Aussicht wie die Herstellung von Ernährungssicherheit auf der Basis einer nachhaltigen Landwirtschaft. Dabei geht es explizit auch und gerade um die Beseitigung von Mangelernährung, also jener qualitativen Defizite, die ein gesundes Leben und eine entsprechende Leistungsfähigkeit der Menschen verhindern.



### 3.1. Regierungshandeln

Es gibt eine Reihe von Möglichkeiten für die Regierungen, um den Konsum von eher ungesunden Nahrungsmitteln (Junkfood) einzuschränken und damit Fehlernährung und Übergewicht zu bekämpfen. Regierungen könnten zum Beispiel zuckerhaltige Getränke mit zusätzlichen Steuern<sup>44</sup> belegen, Obergrenzen für Zucker, Salz oder Transfette einführen, Werbeauflagen erlassen oder im Umfeld von Schulen den Verkauf von Junkfood verbieten. Die Zuckersteuer ist in diesem Zusammenhang das am weitesten verbreitete Regularium. Rund 50 Staaten der Erde haben eine Zuckersteuer eingeführt und damit die Kosten für gesüßte Getränke erhöht. Dies hat vielerorts den Konsum der gesüßten Dickmacher nachweislich reduziert.



La mayoría de los refrescos azucarados de 600 mililitros tienen 12 cucharadas de azúcar o más de azúcar. 1 cucharada de azúcar contiene 5 gramos de azúcar.

INFÓRMATE: [www.actuaporlasalud.org](http://www.actuaporlasalud.org)



- <sup>44</sup> Vgl. zur Zuckersteuer u.a.
- ➔ WHO: Taxes on sugary drinks – why do it?
  - ➔ Food Navigator: Sugar taxes work even among poor (14.2.2020).
  - ➔ Euractiv: New study provides ‘robust evidence’ that sugar tax effective health measure (12.2.2020).
  - ➔ <https://utopia.de/ratgeber/zuckersteuer-das-bewirkt-sie-in-anderen-laendern/>

*Würdest du ihnen 12 Löffel Zucker geben? Warum gibst du ihnen dann diese Limo? – Plakat für gesundheitliche Aufklärung in Mexiko*

**Foto:** Alianza por la salud alimentaria, Mexico



Regulierungen wie die Einführung einer Zuckersteuer gefallen den Big Food nicht. Sie versuchen daher, mit Lobbyarbeit und der Beeinflussung von Regierungen derartige Maßnahmen abzuwenden. So gab es in fast allen Ländern, die eine Zuckersteuer eingeführt haben, erheblichen Widerstand seitens der involvierten Unternehmen.<sup>45</sup> Dieser Widerstand blieb nicht ohne Folgen auf die Höhe der Besteuerung oder auf andere Bereiche, die ebenfalls auf eine Reduzierung des Junkfood-Konsums von Kindern und Jugendlichen abzielen. So hat Indien weitergehende Pläne, die Werbung für Fast Food und für Softdrinks in der Nähe von Schulen zu verbieten, wieder verworfen. Ab Mitte 2020 soll dieses Verbot nur noch im Umkreis von 50 Metern gelten.

45 Foodwatch Deutschland kann ausführlich dokumentieren, wie bei uns die Zuckerlobby Einfluss auf das Regierungshandeln nimmt. [www.foodwatch.org](http://www.foodwatch.org)

46 Quelle: Mexico's Battle with Obesity – IPS 15<sup>th</sup> June, 2020

47 Siehe dazu [amerika21.de/2020/08/242367/mexiko-diabetes-corona-junkfood-verbot](http://amerika21.de/2020/08/242367/mexiko-diabetes-corona-junkfood-verbot)

48 [pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/23369462/](https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/23369462/)

## Exkurs Mexiko

Mexiko gehört zu den Ländern, die am stärksten von Übergewicht und insbesondere von Adipositas betroffen sind. Der Direktor des „Nationalen Instituts für öffentliche Gesundheit“ gab im Februar 2020 auf einer Konferenz bekannt, dass 75 % der erwachsenen Bevölkerung und 35 % der Kinder und Jugendlichen in Mexiko übergewichtig oder sogar fettleibig seien.<sup>46</sup>

Die Folgen dieser Epidemie äußern sich in einem hohen Vorkommen von Herz-Kreislauf-Erkrankungen und insbesondere von Diabetes II (mindestens 10 % der Bevölkerung sind daran erkrankt), verbunden mit hohen volkswirtschaftlichen Kosten und hohen staatlichen Gesundheitsausgaben.

Der mexikanischen Regierung ist das Problem seit langem bekannt. Bereits 2014 erhob Mexiko eine Zuckersteuer auf bestimmte (süße) Getränke. Das hat den Konsum dieser „Softdrinks“ zwar reduziert, aber nicht verhindert, dass die Mexikanerinnen und Mexikaner weiter zugenommen haben. 2016 rief die Regierung einen nationalen „epidemiologischen Notstand“ aus, auch dies eher ein Akt der Hilflosigkeit angesichts des Trends zu immer mehr Zucker-, Salz- und Fettkonsum. Im Januar 2020 sind jetzt neue gesetzliche Vorschriften in Kraft getreten, die eindeutige Warnhinweise auf bestimmte Produkte zwingend vorschreiben (Vorbild: Chile) und auch die Werbung für Junkfood, die sich mit Cartoons und Trickzeichnungen direkt an Kinder wenden, verbieten. Im Bundesstaat Oaxaca wurde sogar der Verkauf von Süßgetränken an Kinder und Jugendliche verboten.<sup>47</sup> Es bleibt abzuwarten, ob diese Maßnahmen die gewünschten Effekte erbringen.

In jedem Fall steht die mexikanische Gesellschaft vor der gigantischen Aufgabe, einen Trend zu stoppen, der sie in ihrer Existenz gefährdet. 2050 werden nur noch 10 % der Bevölkerung<sup>48</sup> zu den Nicht-Übergewichtigen gehören, wenn der momentane Trend nicht gestoppt wird.

## 3.2. Beeinflussung durch Marketing

Eine nicht zu unterschätzende Rolle beim Konsum von Junkfood spielt das **Marketing** der Fast Food-Konzerne. Gerade Kinder und Jugendliche sind in hohem Maße beeinflussbar durch die Bewerbung von Burger, Pizza und Co. Im Fernsehen, vor allem aber im Internet, und auf den Plakatwänden sind die Produkte der Fast Food-Anbieter präsent. Unicef stellt fest: „Es gibt eine eindeutige Evidenz dafür, dass das Marketing für ungesunde Nahrungsmittel und zuckerhaltige Getränke Auswirkungen auf das Übergewicht bei Kindern hat“.<sup>49</sup>

.....  
<sup>49</sup> Unicef: The State of the World's Children 2019, S. 144

### **Fast Food-Werbung wirkt stärker auf Kinder als elterliches Vorbild**

„Bei den Ergebnissen fiel den Forschern besonders die Marke McDonald's auf. Diese war für mehr als 70 Prozent der ausgespielten Werbung verantwortlich und ebenso für den größten Teil des Fast Food-Konsums. Daher beziehen sich die Forschungsergebnisse ausschließlich auf diese Werbung und ihre Wirkung.

Es wurden zwei Hauptergebnisse erfasst: Zum einen verdoppelte sich der Fast Food-Konsum, in Familien, in denen Eltern selbst wenig Fast Food essen, nachdem die Kinder entsprechender Werbung ausgesetzt waren. Zum anderen war der Konsum mehr als doppelt so hoch, wenn Eltern selbst mehrfach im Monat Fast Food aßen. Dieser Effekt wurde von der Werbung nicht nennenswert beeinflusst.

In einem Nebeneffekt konnte beobachtet werden, dass mehrere zuhause lebende Erwachsene und ein höherer elterlicher Bildungsgrad mit geringem Konsum von Fast Food assoziiert waren.“

Ärztblatt 22.11.2019

Die großen Nahrungsmittelunternehmen sind mit ihren verschiedenen Marken an vielen Orten (im Internet wie in der physischen Welt) präsent und beeinflussen so das Kaufverhalten insbesondere von Kindern und Jugendlichen. Das markanteste Beispiel für weltweite Werbepräsenz ist wahrscheinlich „Coca Cola“. Es gibt kaum ein größeres Sport-Event in der Welt, was nicht von Coca Cola gesponsert und dementsprechend beworben wird. Erkennbar ist dabei die Absicht, die gesüßte Brause in den Kontext von „fitt, sportlich und gesund“ zu stellen. Es gilt,

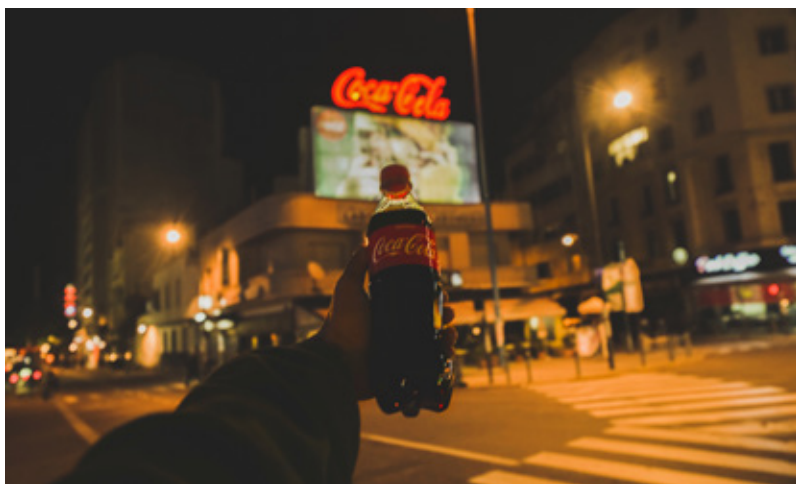


Foto: Zakaria Zayane/  
unsplash

die Bedeutung der zuckerlastigen Ernährung für das Übergewicht herunterzuspielen und stattdessen Sport und Bewegung als das Heilmittel gegen zu viele Pfunde „zu verkaufen“.

Die WHO hat schon 2010 Empfehlungen für das Junkfood-Marketing herausgegeben und empfiehlt allen Regierungen, diese Werbung einzuschränken oder sogar zu unterbinden.<sup>50</sup> Auch Unicef ist davon überzeugt, dass ohne Werbebeschränkungen der Kampf gegen die Fehlernährung nicht gewonnen werden kann.

<sup>50</sup> WHO: Set of recommendations on the marketing of food and non-alcoholic beverages to children, 2010

**„Regierungen müssen ein Umfeld für gesundes Essen in Schulen sorgen, einschließlich gesunder Mahlzeiten und der Begrenzung von Verkauf und Bewerbung von Junkfood in der Nähe von Schulen und Spielplätzen“.<sup>51</sup>**

<sup>51</sup> Unicef: The State of the World's Children, 2019

Unicef 2019

### 3.3. Die mündige Konsumentin/Konsument

Die Schule soll es wieder einmal richten. Die Kultusministerkonferenz hat Verbraucherbildung zu einem wichtigen schulischen Lernfeld erklärt und fordert, den Erwerb von Konsumkompetenzen (in unterschiedlichen Fächern und Jahrgangsstufen) zu unterstützen. Junge Menschen sollen befähigt werden, (u. a.) über die gesundheitlichen

Folgen ihrer Konsumentenscheidungen nachzudenken und „selbstbestimmt und reflektiert“ darüber zu entscheiden, was sie kaufen oder essen.

Die **Verbraucherbildung** hat die Entwicklung eines verantwortungsbewussten Verhaltens als Verbraucherinnen und Verbraucher zum Ziel, indem über konsumbezogene Inhalte informiert wird und Kompetenzen im Sinne eines reflektierten und selbstbestimmten Konsumverhaltens erworben werden.

Verbraucherbildung an Schulen – KMK Beschluss vom 12. 9. 2013



Foto: WHO/Andrew Esiebo

Doch unser Essverhalten zu verändern ist ein schwieriges Vorhaben. Fast-Food und gesüßte Softdrinks haben wegen ihres hohen Gehalts an Fett, Zucker oder Salz ein Suchtpotential, das es den Menschen schwer macht, ihre Ernährungsweisen zu ändern. Gerne wird in diesem Zusammenhang das Argument von der Freiheit der Verbraucher\*innen ins Spiel gebracht: Jede und jeder soll kaufen dürfen, was er/sie will. Doch die freie Willensentscheidung ist im Zusammenhang mit Sucht nur eine Wunschvorstellung.

Dies gilt umso mehr dann, wenn es keine Alternativen zu den Junkfood-Angeboten von Big Food gibt. In vielen Armenvierteln der Welt fehlt es an gesunden und frischen Angeboten. Zudem sind die vermeintlich so preisgünstigen Junkfood-Angebote konkurrenzlos billig

und fast überall verfügbar. In den Favelas Brasiliens werden die Nestlé-Produkte sogar unmittelbar an der Haustür angeboten. Wo es für viele Menschen keinen Zugang zu gesunden und bezahlbaren Lebensmitteln gibt, hat Big Food leichtes Spiel.

Doch auch dort, wo ein Zugang zu gesünderen Nahrungsmitteln in der Regel gegeben ist, ernähren sich viele Menschen eher ungesund – und sind von wachsendem Übergewicht einerseits und von einer Mangelernährung (fehlen wichtiger Nährstoffe) andererseits betroffen. Denn Ernährungsverhalten ist nicht nur ein kognitiver Prozess, sondern folgt u. a. frühkindlichen Mustern, angelernten Gewohnheiten und Anreizen, wie sie die Junkfood-Produzenten gekonnt präsentieren. Wenn sich an den ungesunden Essgewohnheiten etwas ändern soll, müssen wir den Menschen positive Erfahrungen (mit gesünderen Lebensmitteln) ermöglichen. Im Sinne der Salutogenese<sup>52</sup> sollte nicht die Kritik am gegenwärtigen (ungesunden) Ernährungsverhalten allzu sehr im Mittelpunkt stehen; vielmehr wäre der Wunsch der Menschen, gesünder zu leben und sich wohlfühlen, der Ansatzpunkt für ein Umlernen. Das Erlebnis von Genuss bei einer gemeinsamen Mahlzeit ohne Zeitstress mit frischen und gesünderen Lebensmitteln in einem freundlichen sozialen Kontext wäre zumindest ab und zu allen Menschen zu wünschen und könnte uns resilienter machen gegen die Versuchungen der Junkfood-Produzenten.

<sup>52</sup> Vgl. A. Antonovsky: Salutogenese (deutsch: 1997)



*Gemeinsames  
Mahl in Brasilien*

**Foto:** Fabia Alves/  
unsplash

Sind Ernährungsberatung und Verbraucherbildung, Schulcurricula und Kampagnen tatsächlich in der Lage, das Ernährungsverhalten der Menschen zu verändern? Die Wissenschaft ist da keineswegs einer einhelligen Meinung. Einig ist man sich, dass „Essen ein komplexer emotionaler und impulsiver Vorgang ist“ (Prof. H. Hauner). Inwieweit aber äußere Einflüsse Wirksamkeit entfalten ist in hohem Maße umstritten. Der Hinweis darauf, dass der Großteil der Diäten scheitert und die meisten Menschen nach einer gewissen Zeit wieder zu ihrem Ursprungsgewicht zurückkehren, deutet darauf hin, wie schwer hier dauerhafte Verhaltensänderungen implementiert werden können.

Nachdenkenswert ist auch der Hinweis von Prof. Peter Nawroth, der auf die psychischen Kompensationseffekte unserer Ernährung hinweist und mit Blick auf prekäre Bevölkerungsgruppen, die ja überproportional von Fehlernährung betroffen sind, schreibt: „Man darf sozial benachteiligte Menschen, die durch Essen psychosoziale Stressfaktoren kompensieren, nicht durch Entzug der Kompensationsmechanismen benachteiligen“.<sup>53</sup> Der Hinweis ist auch ein Plädoyer für Behutsamkeit, wenn beispielsweise mit den Schülerinnen und Schülern über Fehlernährung im Unterricht gesprochen werden soll.

53 Prof. Peter Nawroth – Stellungnahme zur Anhörung im Ernährungsausschuss des deutschen Bundestages (24. 6. 2019)

### **Übergewicht zum Thema machen?**

Es ist durchaus schwierig bis heikel, im Unterricht über die weltweite Fehlernährung zu sprechen, weil implizit die Frage nach der eigenen „Gewichtsklasse“ und dem Umgang mit Übergewicht im Raum steht. Es dürfte in fast jeder Klasse/Kurs einige Schülerinnen oder Schüler geben, die als „dick“ wahrgenommen werden. Kann man, darf man dieses Thema ansprechen – oder riskieren wir, dass dadurch Beschämung, Abwertung oder gar Beleidigung gegenüber den übergewichtigen Mitschülerinnen und Mitschüler ausgelöst werden?

Eine einheitliche Antwort auf diese Frage kann es wohl nicht geben. Wichtig scheinen uns hier aber zwei Aspekte zu sein:

1. Übergewicht und Adipositas sind ein weltweites Phänomen. Es betrifft Hunderte von Millionen Menschen in reichen wie in ärmeren Ländern und kann schon aus diesem Grund nicht dem individuellen Versagen der einzelnen Menschen zugerechnet werden. Vielmehr müssen der weltweite Ernährungswandel und das veränderte Nahrungsangebot als zentrale Erklär-Faktoren für das wachsende Übergewicht herangezogen werden.

2. Warum Menschen wie viel und was essen, ist keineswegs dem freien Willen des einzelnen freigestellt. Es gibt eine Reihe von psychischen und physiologischen und vielleicht auch genetischen Faktoren, die für die Wahl bestimmter Nahrungsmittel ausschlaggebend sind. Die Nutzlosigkeit vieler Diäten deutet darauf hin, dass die meisten Menschen immer wieder in alte Ernährungsmuster zurückfallen. Hinzu kommt, dass Essen – insbesondere die Aufnahme von Zucker und von Fetten – tröstend auf die Seele einwirkt und zur psychischen Stabilisierung (insbesondere in Krisen- oder Stress-Zeiten) beiträgt.

Aus solchen (und anderen) Gründen verbietet es sich, „dicke Mitschülerinnen oder Mitschüler“ zu hänseln oder gar zu beleidigen. Dennoch finden in unseren Schulen solche Abwertungen und auch Ausgrenzungen statt. Vielleicht ist es angeraten, die weltweite epidemische Verbreitung von Übergewicht und Adipositas als eine zentrale Folge des globalen Ernährungswandels in den Mittelpunkt des Unterrichts zu stellen und die Frage nach den individuellen Verhaltensweisen in diesem Kontext eher außen vor zu lassen. Letztendlich kann nur je nach der „wohlwollenden Vertrautheit“ in der Klasse/Kurs entschieden werden, inwieweit die eigene Ernährungsgeschichte der SuS zur Sprache kommt.<sup>54</sup>

**54** Einige Unterrichtsmodule (**M-6, M-7, V-3**), die sich mit der „Dickenfeindlichkeit“ in unserer Gesellschaft befassen, finden Sie in unserem Lernpaket oder auf unserer Website unter [www.welthaus.de/bildung/welternaehrung-neudenken/](http://www.welthaus.de/bildung/welternaehrung-neudenken/)

## 4. Fazit: Welternährung neu denken

1. Welternährung – das ist nicht länger nur die Aufgabe, 7,7 Milliarden Menschen irgendwie satt zu bekommen. Angesichts der Tatsache, dass fast ein Drittel der Menschheit mittlerweile übergewichtig ist und gleichzeitig Viele mangelernährt sind, besteht die Herausforderung darin, für eine qualitativ und quantitativ gesunde Ernährung aller Menschen zu sorgen.
2. Doch von einer solchen gesunden Ernährung für alle sind wir weit entfernt. Die FAO spricht von rund zwei Milliarden Menschen, die fehlernährt sind. Dies alles geschieht in einer Welt, die so reich ist wie nie zuvor, in der in allen Erdteilen der Wohlstand gestiegen und die Armut gesunken ist.



**3.** Die Fehlernährung zeigt sich in unterschiedlicher Weise: Es gibt rund 690 Millionen chronisch Unterernährte (Hungernde), gleichzeitig aber fast 2,3 Milliarden Menschen, die (nach der Definition der WHO) übergewichtig sind. Mindestens 650 Millionen davon gelten als adipös oder „fettleibig“. Gleichzeitig gilt: Übergewicht und der Mangel an wichtigen Mikronährstoffen (der „versteckte Hunger“) treten häufig gleichzeitig auf.

**4.** Die verschiedenen Formen der Fehlernährung findet man in reichen wie in armen Ländern. Sie alle erhöhen die Gesundheitsrisiken und sind für vorzeitige Sterbefälle verantwortlich. Auffällig ist, dass die ärmeren Bevölkerungsgruppen überall am stärksten betroffen sind, sei es vom Hunger, von der Mangelernährung oder vom Übergewicht. Armut ist ein wesentlicher Faktor für Fehlernährung.

**5.** Fehlernährung hat gravierende Folgen für Leben und Gesundheit der Menschen. In den ersten 1.000 Tagen führen Hunger oder Mangelernährung zu schwerwiegenden Entwicklungsstörungen der Kinder. Das Fehlen wichtiger Mikro-Nährstoffe (Vitamine, Jod, Eisen, Zink, Folsäure etc.) vermindert die Leistungsfähigkeit der Erwachsenen. Übergewicht und Adipositas begünstigen Herz-Kreislauf-Erkrankungen und Diabetes.

**6.** Ein weltweite Ernährungswandel – Folge der Urbanisierung und des wachsenden Wohlstands – ist in fast allen Ländern beobachtbar. Der Trend geht zum Konsum von industriell erzeugten Lebensmitteln, viele davon gekennzeichnet durch einen hohen Anteil an leeren Kohlehydraten, an Zucker (Softdrinks), Fetten und Salzen (Fastfood). Das Suchtpotential von Junkfood führt zum Überkonsum dieser „Lebensmittel“ – und nicht selten zu Übergewicht und Adipositas, die fast überall rasant zunehmen.

**7.** Wesentliche Treiber des Junkfood-Konsums sind die großen Nahrungsmittelkonzerne (Big Food), die mit ihrer Markt- und Marketing-Macht in wachsendem Maße Einfluss haben auf das Essverhalten der Menschen. Big Food erobert immer mehr die Märkte der Länder des Globalen Südens und zielt dabei auch auf ärmere Bevölkerungsgruppen, die zu den scheinbar billigen Angeboten und Fertigprodukten greifen. Mangel- und Überernährung sind die häufigen Folgen.

**8.** Viele Regierungen haben die Gefährlichkeit dieser Entwicklung hin zu immer mehr Junkfood-Konsum erkannt und versuchen, mit Zucker-

steuern, mit Vorgaben für die Kennzeichnung von Lebensmitteln oder mit Werbebeschränkungen, den Trend zu stoppen. Doch solche Einschränkungen werden nicht nur von Big Food bekämpft. Sie setzen zudem voraus, dass Konsumenten die Risiken dieser Ernährungsweise kennen, sich von fragwürdigen Essgewohnheiten lösen können und Zugang zu gesunden und bezahlbaren Alternativen haben.

**9.** Wenn Regierungen eine gesunde Ernährung („Ernährung, die nicht krank macht“) für ihre Menschen wollen, müssen sie eine entsprechende Landwirtschaftspolitik und Ernährungspolitik betreiben, damit gesunde Nahrungsmittel bezahlbar allen Menschen zur Verfügung stehen. Statt auf möglichst billige Produkte zu setzen, käme es darauf an, vielfältige, gesunde und frische Lebensmittel möglichst regional zu erzeugen, angemessen zu bezahlen und Allen zugänglich zu machen. Doch Landwirtschaft und Ernährung haben in vielen Ländern – auch in vielen „Hungerländern“ – keine Priorität.

**10.** Können alle Menschen der Welt – 2050 werden das knapp 10 Millionen sein – ausreichend und gleichzeitig gesund ernährt werden? Eine Studie des Potsdam-Instituts für Klimafolgenforschung (2020) bejaht diese Frage. Dafür muss aber die Landwirtschaft weltweit an die ökologischen Bedingungen angepasst werden, müssen die Ressourcen wie Wasser, Böden, Dünger oder Saatgut nachhaltig genutzt werden. Das alles kann aber nur funktionieren, wenn wir auch unsere Ernährung umstellen und essen, was nachhaltig produziert wurde. Das käme auch unserer Gesundheit zugute.

## Weitere Materialien/Medien zur Welternährung



### ➔ **Welthungerhilfe u.a.: Welthungerindex**

Jährlich erscheinende Bestandsaufnahme der Welternährung.

<https://www.globalhungerindex.org/de/>

### ➔ **FAO: The State of Food Security and Nutrition in the World**

Jährlicher Bericht der UN-Organisation zum Status quo und zu den Herausforderungen für Landwirtschaft und Ernährung.

<https://www.fao.org>

### ➔ **The global nutrition report**

Der Bericht – herausgegeben von verschiedenen Akteuren – befasst sich mit Erfolgen und Versäumnissen auf dem Weg zur Verwirklichung der Ernährungsziele 2025.

<https://globalnutritionreport.org/>

### ➔ **World Obesity Federation: Global obesity observatory**

Weltweite Daten zu Übergewicht und Adipositas.

<https://data.worldobesity.org/>

### ➔ **Thomas Kruchem: Am Tropf von Big Food**

Wie die Lebensmittelkonzerne den Süden erobern und arme Menschen krank machen. 212 S., Bielefeld 2017

Bezug: Buchhandel

### ➔ **Brot für die Welt: Satt ist nicht genug**

Zukunft braucht gesunde Ernährung. Erklärfilm, 3:28 Min, 2016

<https://www.youtube.com/watch?v=3xxUD9f7uqY>

### ➔ **BMEL: Welternährung verstehen**

Erklärfilm, 3:40 Min, 2016

<https://www.youtube.com/watch?v=UrnVppbNblQ>

# Welternährung neu denken

## Materialien und Medien zum weltweiten Ernährungswandel



Zu unserem **Lernpaket**  (Bielefeld 2021) gehören

- ➔ zahlreiche Unterrichtsmodule für die Klassen 8 – 13 und für die Berufskollegs
- ➔ Materialien für die Erwachsenen-Bildung
- ➔ Module für Lehramts-Studierende
- ➔ eine Fotokartei mit 14 Bildern
- ➔ ein USB-Stick mit zwei Filmen
- ➔ ein Kartenspiel zur Welternährung
- ➔ eine Info-Broschüre u.a.m.

**Preis:**

kostenlos (gegen Versandkosten)

**Bezug:**

[shop.welthaus.de](http://shop.welthaus.de)