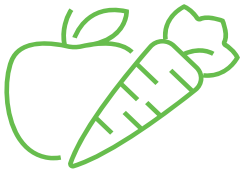


ERNÄHRUNGS- KOMPETENZ

in Deutschland

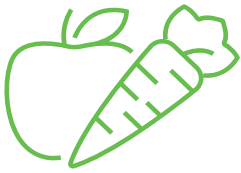
Pressekonferenz des AOK-Bundesverbandes am 16. Juni 2020 in Berlin

Vorstellung Dr. Kai Kolpatzik



Studiendesign

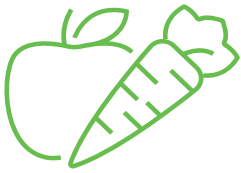
Methode	Quantitative, standardisierte Online-Befragung mit Pre-Test (CAWI: Computer Assisted Web Interviews)
Feldzeit	07. Januar bis 19. Januar 2020
Dauer	Ø15 Minuten je Interview
Stichprobe	<ul style="list-style-type: none">• Umfang: n=1.974 im Alter zwischen 18-69 Jahren• Bundesweit repräsentative Stichprobe nach Mikrozensus-Angaben des statistischen Bundesamtes in Bezug auf Alter, Geschlecht, Bildungsstand und Einkommen• Umfangreiche Datenbereinigung und Plausibilitätsprüfungen (u.a. nach Bearbeitungsdauer, inhaltlichen Widersprüchen, etc.)
Durchführung	Facit Digital GmbH
Studienleitung	Dr. Kai Kolpatzik



Stichprobe

		Anzahl	Mikrozensus
Alter	18–24	213	11%
	25–39	497	28%
	40–59	862	42%
	60–69	402	18%
Geschlecht	männlich	934	49%
	weiblich	1037	51%
	divers	3	-
höchster Schulabschluss	noch Schüler/-in	22	1%
	Abgang ohne Abschluss	25	4%
	Haupt- oder Volksschulabschluss	658	31%
	Mittlere Reife	613	31%
	Abitur	656	33%
Migrationshintergrund	ohne Migrationshintergrund	1659	-
	mit Migrationshintergrund	315	-

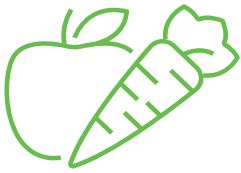
Anzahl und Anteil der Gruppen hier aufgeführt nach Datenbereinigung (u.a. nach Bearbeitungsdauer, inhaltlichen Widersprüchen, auffällig repetitivem Antwortverhalten, etc.). Die Erhebung erfolgte quotiert ausgerichtet an der Mikrozensus-Verteilung von 2017 18+. Als Menschen mit Migrationshintergrund werden Personen bezeichnet, die selbst oder deren Eltern in einem anderen Land geboren sind. 3



Was ist Ernährungskompetenz?

„Ernährungskompetenz ist das Rüstzeug, das Individuen, Haushalte, Gemeinden oder Nationen dazu befähigt, die Qualität der Ernährung durch Anpassungen zu gewährleisten und eine ernährungsbezogene Widerstandsfähigkeit über die Lebensspanne hinweg abzusichern. Sie setzt sich zusammen aus einer Sammlung von ineinandergreifendem Wissen, Fertigkeiten und Verhaltensweisen, die erforderlich sind, um Essen zu planen, zu organisieren, auszuwählen und vorzubereiten, sodass ernährungsspezifische Bedürfnisse abgedeckt und die Aufnahme von Nährstoffen abgesichert werden können. Somit handelt es sich um grundsätzliche Fertigkeiten, die für eine gesunde und lebenslange Ernährung erforderlich sind.“

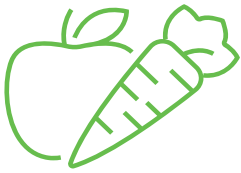
Quelle: Übersetzung in Anlehnung an Vidgen & Gallegos (2014)



Food Literacy Score - Themenbereiche

Die 29 Fragen zur Erhebung der Ernährungskompetenz lassen sich in 8 Themenbereiche einteilen:

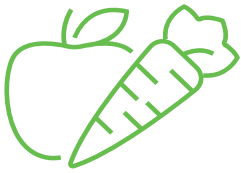
- **Gesund vergleichen**
- **Selbst zubereiten**
- **Wahl der Vorräte**
- **Mahlzeiten planen**
- **Gesund haushalten**
- **Gemeinsam essen**
- **Widerstehen können**
- **Smart snacken**



Definition: Food Literacy Score

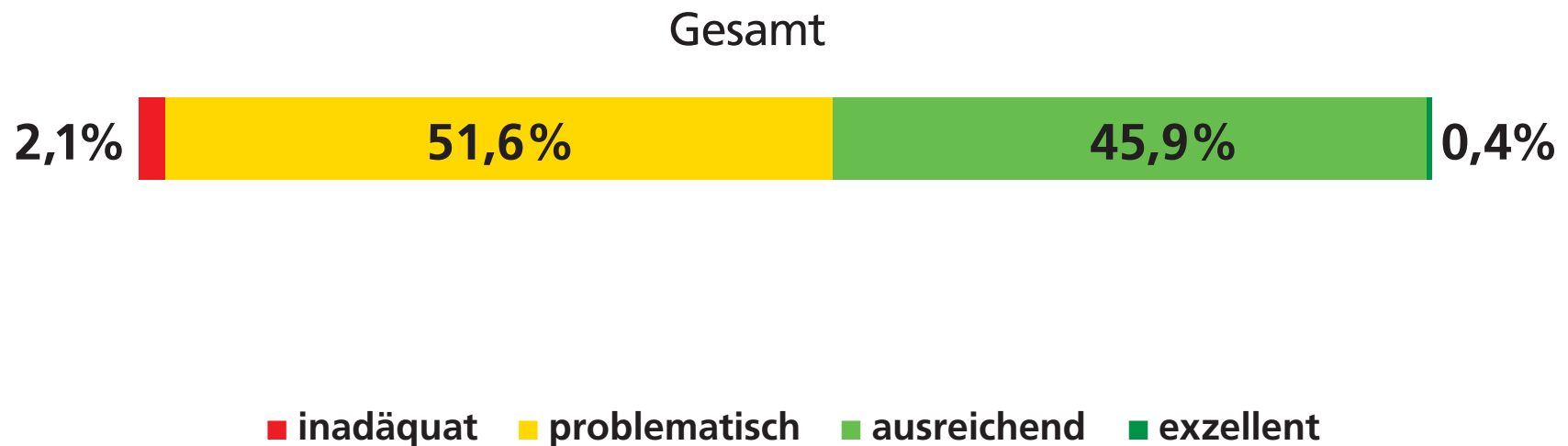
- Der Food Literacy Score jeder Person berechnet sich aus dem Mittelwert über 29 Fragen zum Verhalten und zur Einstellung rund um das Thema Ernährung.
 - Dieser Score* kann einen Wert von 1 – 5 annehmen und wird eingeteilt in 4 Kategorien:
 - 1,00 – 2,49: Ernährungskompetenz **inadäquat**
 - 2,50 – 3,49: Ernährungskompetenz **problematisch**
 - 3,50 – 4,49: Ernährungskompetenz **ausreichend**
 - 4,50 – 5,00: Ernährungskompetenz **exzellent**
- (5 wäre die bestmögliche Ernährungskompetenz)

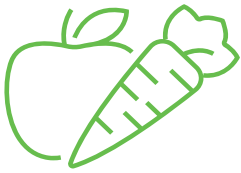
*Berechnung und methodische Herleitung IGES



Ernährungskompetenz im Überblick

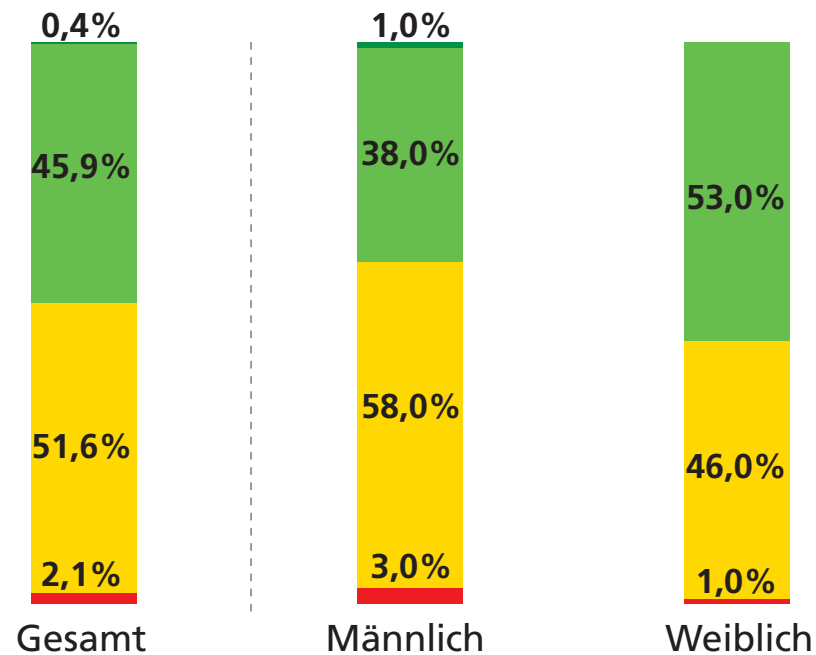
Die zentralen Ergebnisse der Studie auf einen Blick. Mehr als die Hälfte der Befragten (53,7 Prozent) verfügt über eine problematische oder inadäquate Ernährungskompetenz.



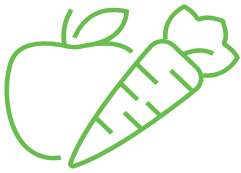


Frauen haben deutlich höhere Ernährungskompetenz

Verteilung des Food Literacy Scores (FLS) nach Geschlecht

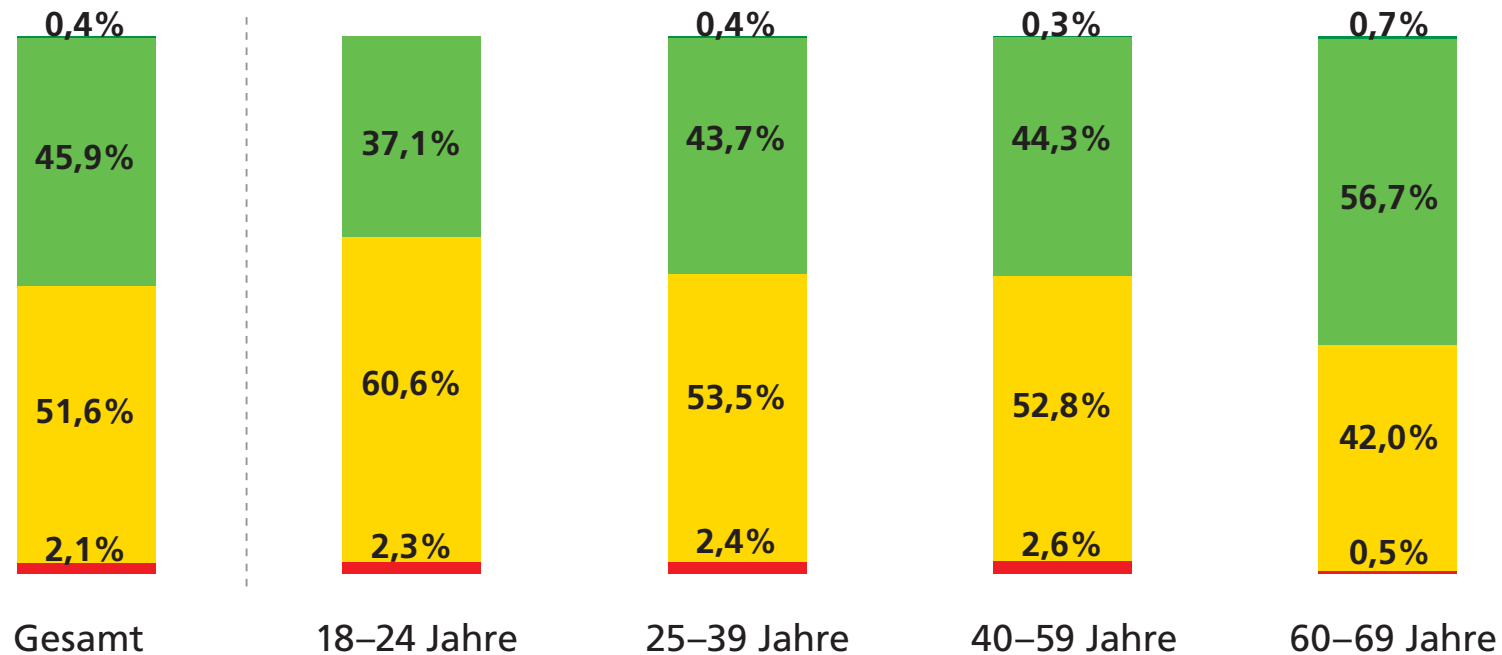


■ inadäquat ■ problematisch ■ ausreichend ■ exzellent

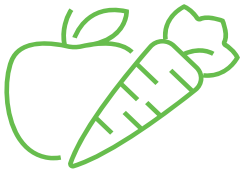


Bessere Ernährungskompetenz in höchster Altersgruppe

Verteilung des Food Literacy Scores (FLS) nach Altersgruppen

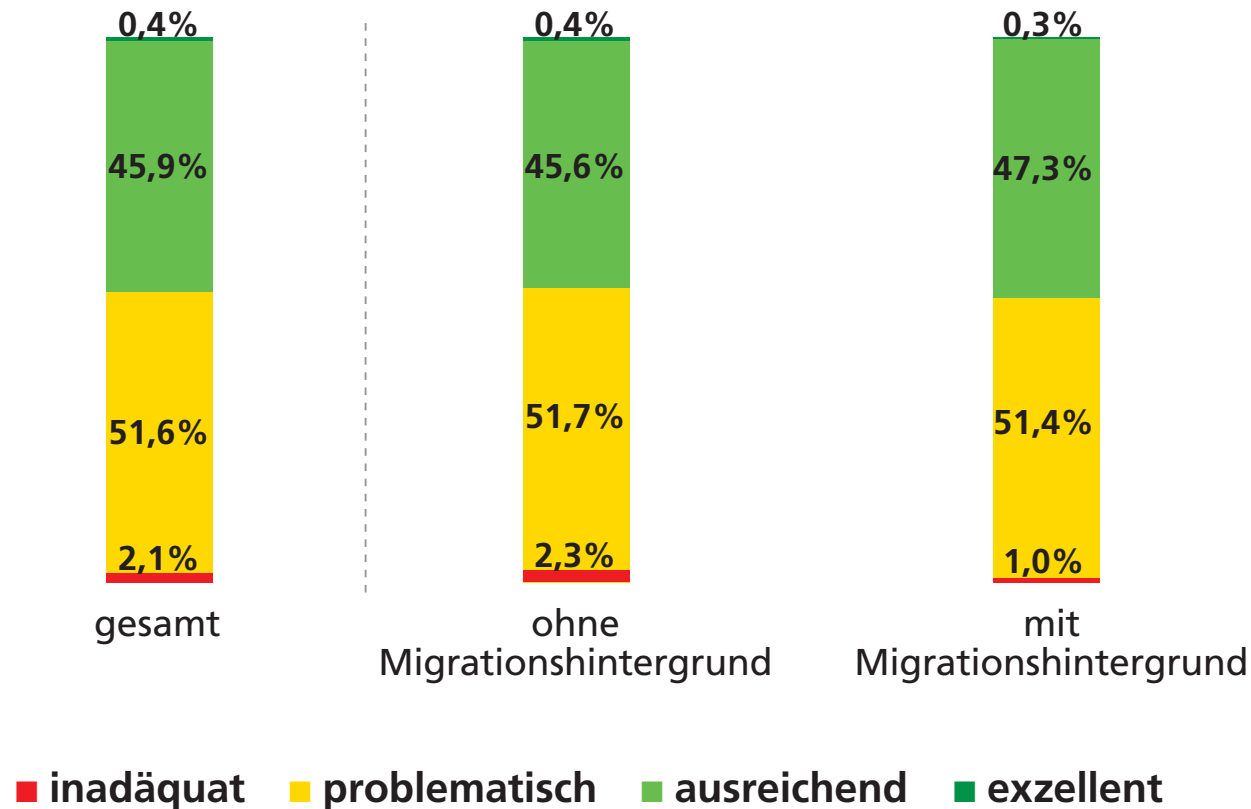


■ inadäquat ■ problematisch ■ ausreichend ■ exzellent

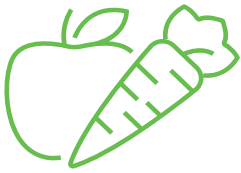


Migrationshintergrund kaum Einfluss auf Ernährungskompetenz

Verteilung des Food Literacy Scores (FLS) nach Migrationshintergrund

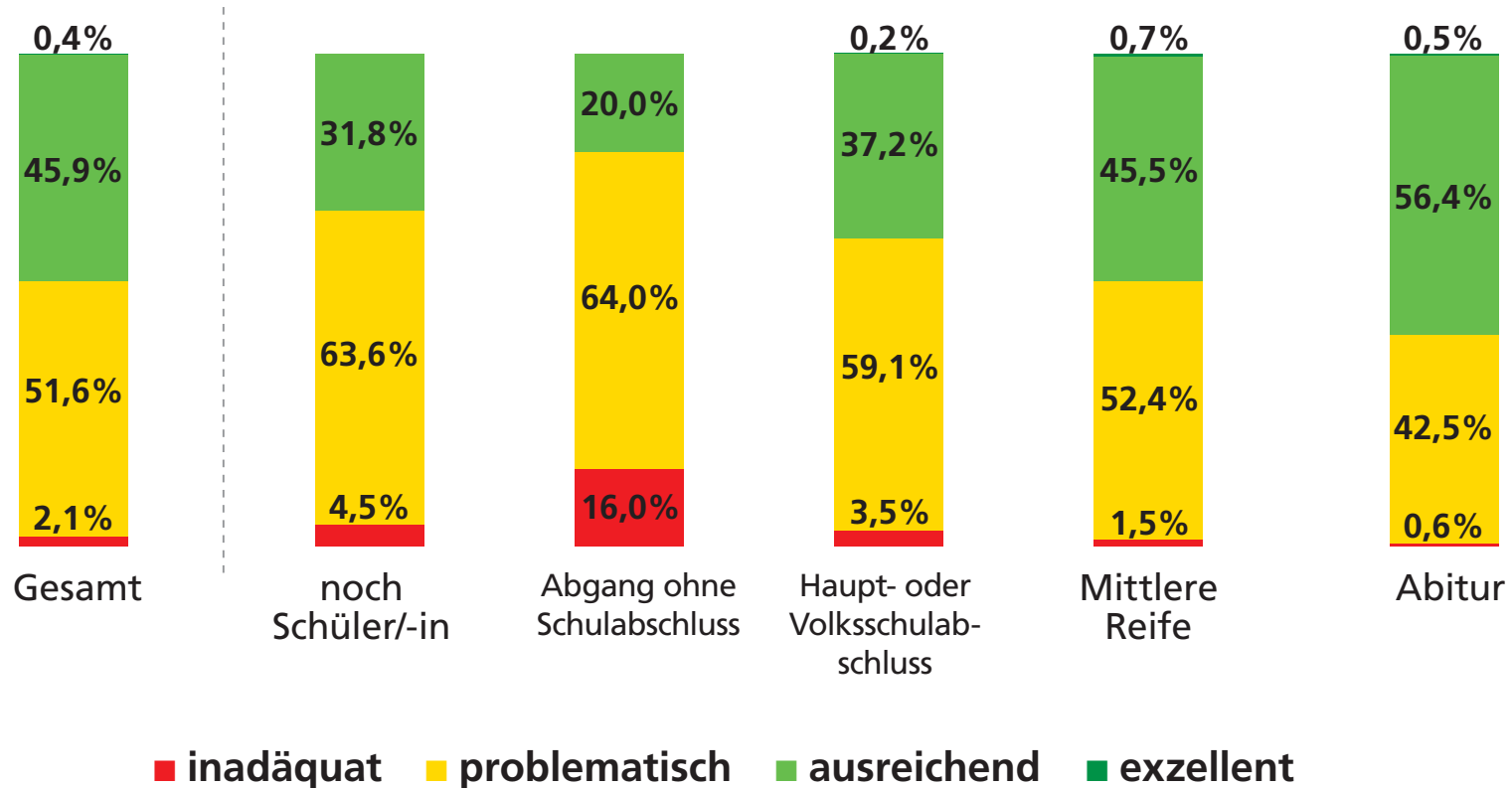


Basis: 1.974 Befragte | Mit Migrationshintergrund = 315, Ohne Migrationshintergrund = 1659. Keine signifikanten Unterschiede vorhanden (95% Signifikanzniveau).
Als Menschen mit Migrationshintergrund werden Personen bezeichnet, die selbst oder deren Eltern in einem anderen Land geboren sind.

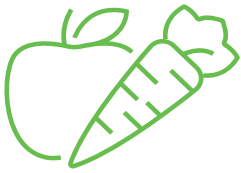


Hoher Zusammenhang von Schulabschluss und Ernährungskompetenz

Verteilung des Food Literacy Scores (FLS) nach Schulabschluss

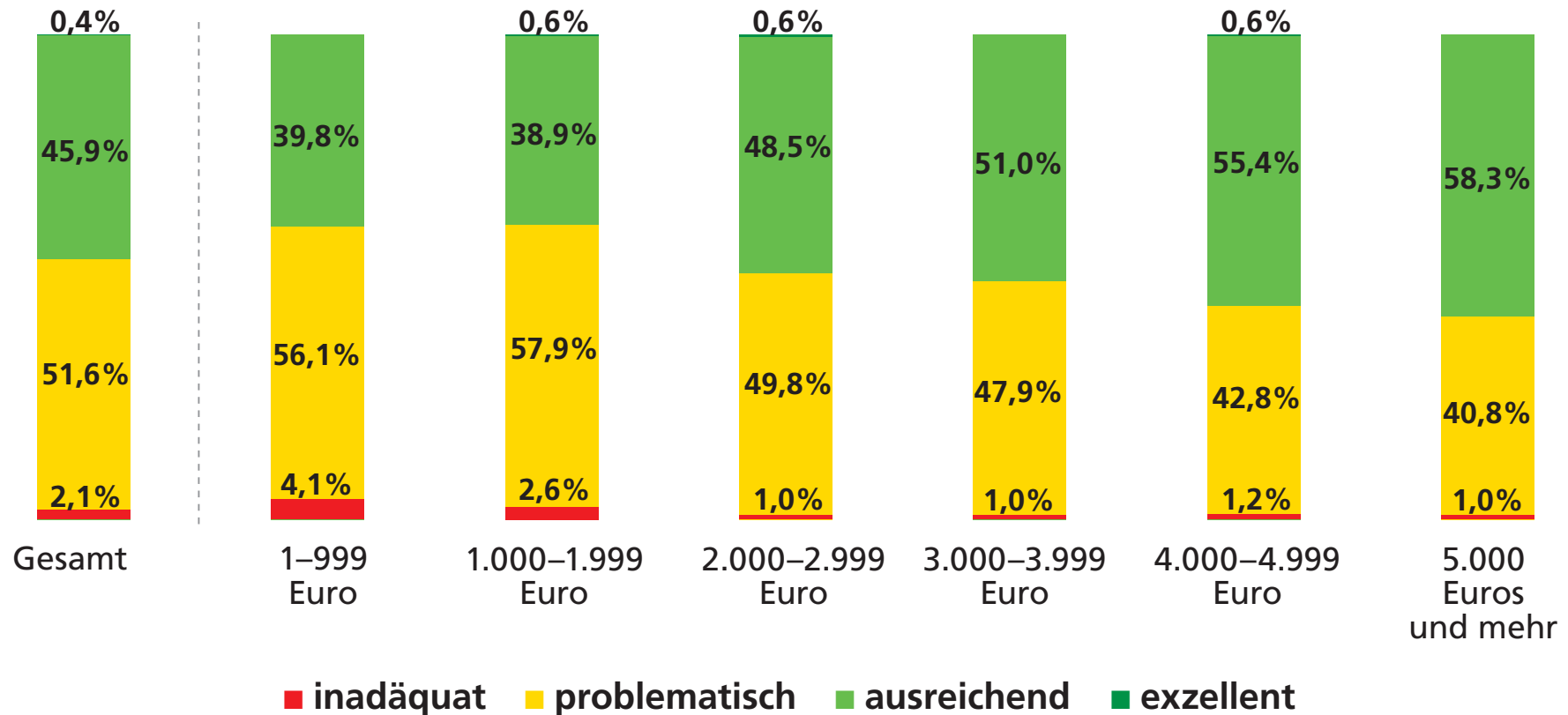


Basis: 1.974 Befragte | Noch Schüler/-in=22, Abgang ohne Abschluss=25, Haupt- oder Volksschulabschluss=658, Mittlere Reife=613, Abitur=656
Signifikant: inadäquat und problematisch bei Abgang ohne Abschluss, ausreichend bei Abitur (95% Signifikanzniveau).



Mit dem Einkommen steigt auch Ernährungskompetenz an

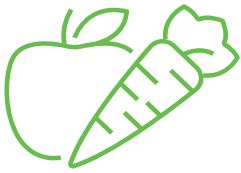
Verteilung des Food Literacy Scores (FLS) nach Haushaltsnetto-Einkommen



Basis: 1.780 Befragte, die Angaben über Haushaltsnetto-Einkommen abgegeben haben. 33 Befragte wählten Option „Weiß nicht“, 161 Befragte wählten die Option „Keine Angabe“.

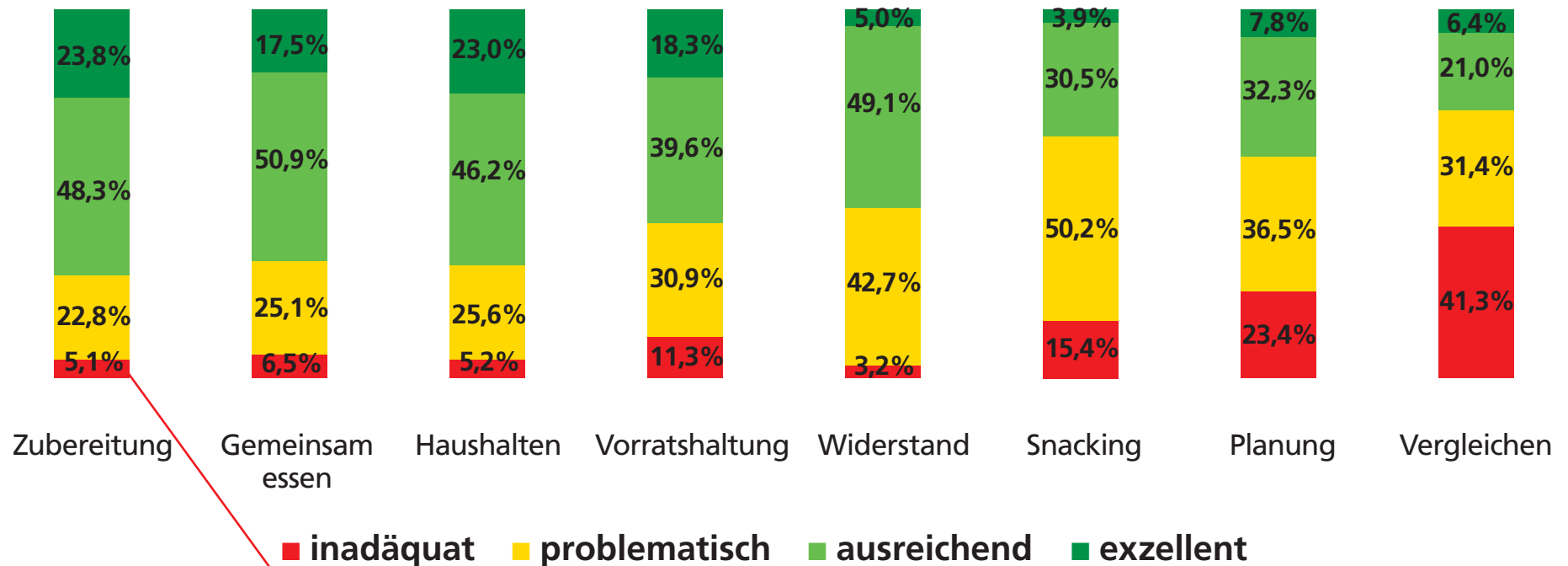
1-999€ = 244, 1.000-1.999€ = 499, 2.000-2.999€ = 478, 3.000-3.999€ = 290, 4.000-4.999€ = 166, 5.000€ und mehr = 103

Signifikant: Ausreichend bei 4.000-4.999€ und 5.000€ und mehr (95% Signifikanzniveau).

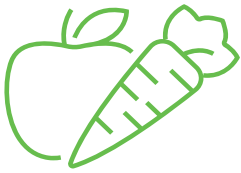


Vergleichen und Planen bereiten größte Probleme

Food Literacy Score in einzelnen Themenbereichen nach FLS-Kategorien



Lesebeispiel: Bei 5 Prozent der Befragten zeigt sich ein inadäquater Food Literacy Score.

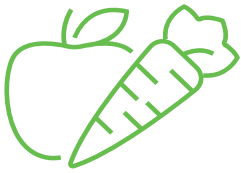


Nährwertangaben am Beispiel Speiseeis

NÄHRWERTANGABEN	
DURCHSCHNITTLICHE WERTE	pro 100ml
Brennwert	1050 kJ
	250 kcal (Kalorien)
Eiweiß	4 g
Kohlehydrate	30 g
davon Zucker	23 g
Fett	13 g
davon gesättigte Fettsäuren	9 g
davon ungesättigte Fettsäuren	0 g
davon mehrfach ungesättigte Fettsäuren	3 g
davon Trans-Fettsäuren	1 g
Ballaststoffe	0 g
Natrium	0,05 g



Zutaten: Sahne, Magermilch, Zucker, Vollei, Stabilisatoren (Guarkernmehl), Erdnussöl, Vanilleextrakt



Einschätzung der Kompetenz bei NVS deutlich höher

Aber rund 15,8 Mio. Erwachsene* haben Schwierigkeiten mit der Nährwertkennzeichnung.

Newest Vital Sign (NVS)-Bewertung

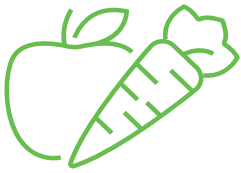


■ Literalität eingeschränkt ■ Literalität möglicherweise eingeschränkt ■ Literalität adäquat

Basis: 1.974 Befragte

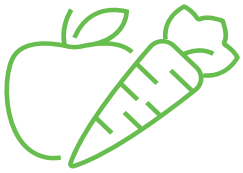
„Sehr wahrscheinlich eingeschränkt“ = 0 – 1 richtige Antworten | „Möglicherweise eingeschränkt“ = 2 – 3 richtige Antworten | „Sehr wahrscheinlich adäquat“ = 4 – 6 richtige Antworten

* Hochrechnung basierend auf Angaben des statistischen Bundesamtes Stand 31.12.2018: 56,3 Mio. im Alter zw. 18-69 Jahren.



Herausforderungen für eine bessere Ernährungskompetenz





Ansatzpunkte zur Verbesserung der Ernährungskompetenz

