



Pressekonferenz des AOK-Bundesverbandes  
Ernährungskompetenz in Deutschland  
16. Juni 2020, Berlin

Seite 1 von 3

## „Nur jeder dritte junge Erwachsene weiß, wie gesunde Ernährung funktioniert. Das ist alarmierend.“

### Statement von Martin Litsch Vorstandsvorsitzender des AOK-Bundesverbandes

*Es gilt das gesprochene Wort!*

Sehr geehrte Damen und Herren,

unserer Gesellschaft wurde in den letzten Wochen einiges abverlangt. Und sicherlich fällt es schwer, der Corona-Krise positive Dinge abzugewinnen. Mit Blick auf das heutige Thema unserer Pressekonferenz gibt es aber vielleicht dann doch einen Aspekt. Denn die Pandemie hat vermutlich dafür gesorgt, dass sich wieder mehr Menschen Zeit fürs Kochen nehmen. Wer mit frischen Zutaten kocht, weiß schließlich immer, was in seinem Essen drin ist. Das ist eine gute Erfahrung, sie kommt jedoch heutzutage bei vielen Menschen deutlich zu kurz.

Sich dauerhaft selbst zu versorgen und dabei auf gesunde Ernährung zu achten, das sind viele von uns daher gar nicht mehr gewohnt. Es erfordert zudem auch ein bestimmtes Maß an Wissen und Fertigkeiten. Genau diese Kompetenzen fehlen aber über der Hälfte der Deutschen, wie unsere aktuelle Studie zeigt. Bevor Herr Dr. Kolpatzik gleich die einzelnen Ergebnisse vorstellt, möchte ich diesen Grundbefund schon einmal unterstreichen. Bei rund 1,3 Millionen Menschen hierzulande ist die sogenannte Literalität im Bereich Ernährung sogar inadäquat. Insbesondere junge Erwachsene geben Anlass zur Sorge. In der Altersgruppe der 18- bis 24-Jährigen verfügen nur rund 37 Prozent der Befragten über eine ausreichende Ernährungskompetenz. Nur jeder dritte junge Erwachsene weiß also, wie gesunde Ernährung funktioniert. Auf dem gleichen Niveau bewegen sich auch Menschen mit Haupt- und Volksschulabschluss.

Diese Zahlen sind alarmierend. Die AOK hat hier bereits auf unterschiedlichen Ebenen Verantwortung übernommen. Ein Ansatz unserer aktuellen Kampagne „Für ein gesünderes Deutschland“ ist die Stärkung von Kompetenzen, die zu einem gesunden Leben beitragen. Mit einigen Partnern haben wir vor gut zwei Jahren im Rahmen des Nationalen Aktionsplans Gesundheitskompetenz ein wirksames Maßnahmenbündel vorgestellt, das einen gesamtgesellschaftlichen Ansatz verfolgt. Diesen braucht es insbesondere auch beim Thema Ernährungskompetenz, die einen wichtigen Teilausschnitt der Gesundheitskompetenz bildet. Wenn wir hier einen Kurswechsel wollen, muss das Thema gesunde Ernährung fest in unserem Bildungssystem und in den Curricula verankert werden. Die Vermittlung von Ernährungskompetenz darf nicht mit dem Schulgong enden. Wichtig wäre darüber hinaus, diese in die Jugendarbeit und Erwachsenenbildung zu integrieren. Dass auch hier großer Bedarf besteht, belegen unsere Studienergebnisse ebenfalls.

Ernährungskompetenz umfasst viele Bereiche. Das beginnt beim Planen einer Mahlzeit, aber auch der Einkauf, die Zubereitung oder der bewusste Verzicht auf ungesunde Produkte gehören dazu. In den insgesamt acht untersuchten Themenbereichen bereitet den Menschen der gesunde Vergleich die größten Probleme. Nur etwa jedem Vierten fällt es einfach, unterschiedliche Lebensmittel miteinander zu vergleichen. Gerade vor diesem Hintergrund war die Entscheidung zur Einführung des Nutri-Score in Deutschland mehr als überfällig. Allerdings bleibt unsere Kritik an der Freiwilligkeit bestehen. Denn letztendlich bringt es nichts, wenn die Lebensmittelindustrie die Kennzeichnung von Nährwerten nach Lust und Laune auf ihren Produkten platzieren darf. Wir brauchen sie verpflichtend. Erfreulicherweise stehen wir mit dieser Forderung nicht alleine da und erhalten sogar Zuspruch aus der Industrie. Mittlerweile haben sich schon mehrere namhafte Unternehmen aus der Lebensmittelwirtschaft gemeinsam für die verpflichtende Einführung auf EU-Ebene stark gemacht. Wir hoffen daher sehr, dass sich die deutsche Regierung im Rahmen ihrer kommenden EU-Ratspräsidentschaft hierfür einsetzen wird.

Es ist wie in allen Lebensbereichen. Mit der Vermittlung von Kompetenzen sollte man so früh wie möglich beginnen. Das gilt auch bei der Ernährung. Seit vielen Jahren übernehmen wir als Gesundheitskasse Verantwortung, indem wir mit entsprechenden Präventionsprojekten in Schulen und Kindergärten auf spielerische Weise Kinder und Jugendliche für gutes und geschmackvolles Essen begeistern. Doch eines muss an dieser Stelle ganz klar festgehalten werden: Gesunde Ernährung setzt gesunde Produkte voraus. Die Wirkung verpufft, wenn wir als AOK Aufklärungsarbeit bei Kindern und Eltern oder auch in Unternehmen betreiben, gleichzeitig die Lebensmittelindustrie aber auf Produktebene keinen entsprechenden Beitrag leistet. Wie soll unsere Bevölkerung beim Einkauf eine gesunde Wahl treffen, wenn nach wie vor 80 Prozent der Fertiglernmittel in den Supermarktregalen zugesetzten Zucker beinhalten?

Wie Sie vielleicht wissen, haben wir 2017 den ersten Zuckerreduktionsgipfel ins Leben gerufen und damit die längst überfällige Nationale Reduktions- und Innovationsstrategie des Bundesernährungsministeriums mit ins Rollen gebracht. Doch die ersten Monitoring-Ergebnisse, die im April 2020 vorgestellt wurden, waren ernüchternd und in keiner Weise zufriedenstellend. Damit dieses natio-

nale Vorhaben die gewünschten Effekte erzielt, brauchen wir verbindliche Reduktionsziele mit mehr Ehrgeiz von der Lebensmittelbranche. Mit Alibi-Maßnahmen wie aktuell kommen wir auf Dauer nicht weiter. In diesem Zusammenhang möchte ich unsere Forderung nach einem Verbot von Marketing für stark zuckerhaltige Kinderlebensmittel noch einmal untermauern. Leider vermittelt die Werbung vor allem jungen Menschen nach wie vor ein falsches Bild von gesunder Ernährung. Diese Irreführung und Manipulation – meist durch die Nutzung von Comicfiguren - müssen endlich gestoppt werden.

Lassen Sie mich abschließend noch einmal auf die heutige Studie kommen. Die Stärkung der Ernährungs- und allgemein der Gesundheitskompetenz ist nicht alleinige Aufgabe der gesetzlichen Krankenversicherung. Sie sollte endlich als gesamtgesellschaftlich Aufgabe verstanden werden. So muss die Politik, insbesondere in den Bereichen Bildung, Ernährung und Gesundheit die entsprechenden Rahmenbedingungen schaffen. Am besten gemeinsam. Aber auch Medien und die Forschung sind aufgefordert, sich zukünftig stärker diesem für die Gesellschaft wichtigen Thema intensiver zu widmen. Vielen Dank.

#### KONTAKT UND INFORMATION

Dr. Kai Behrens | AOK-Bundesverband | 030 346 46 2309 | [presse@bv.aok.de](mailto:presse@bv.aok.de)