

Hofbauer A

**Bericht & Report: Ernährungsinformation und Beratung im
Supermarkt**

Journal für Ernährungsmedizin 2009; 11 (3-4), 12-13

Homepage:

www.aerzteverlagshaus.at

**Online-Datenbank mit
Autoren- und Stichwortsuche**

MIT NACHRICHTEN DER



For personal use only.

Not to be reproduced without permission of Verlagshaus der Ärzte GmbH.

Erschaffen Sie sich Ihre ertragreiche grüne Oase in Ihrem Zuhause oder in Ihrer Praxis

Mehr als nur eine Dekoration:

- Sie wollen das Besondere?
- Sie möchten Ihre eigenen Salate, Kräuter und auch Ihr Gemüse ernten?
- Frisch, reif, ungespritzt und voller Geschmack?
- Ohne Vorkenntnisse und ganz ohne grünen Daumen?

Dann sind Sie hier richtig



Neue Formen der Ernährungskommunikation

ERNÄHRUNGSMITTELMATION UND BERATUNG IM SUPERMARKT

Aufklärung, Information und Beratung der Konsumentinnen und Konsumenten über richtige Ernährung stellt eine große Herausforderung dar. In diesem Zusammenhang stellt sich auch immer wieder die Frage, wo und mit welchen Kommunikationsformen können die Menschen erreicht werden. Ernährungsinformation und -beratung im Supermarkt ist dabei eine neuere Art der Ernährungskommunikation, die noch viel Potential in sich birgt.

Andrea Hofbauer*

Bereits seit einigen Jahren führt der Verband der Dietologen Österreichs in Kooperation mit einer großen österreichischen Supermarktkette Ernährungsberatung und -information im Supermarkt durch.

An zwei aufeinanderfolgenden Tagen (Freitag und Samstag) sind in über 50 Märkten österreichweit Dietologinnen und Dietologen in Sachen Ernährung im Einsatz. Eine interessante Erfahrung, die sicherlich noch ein nicht zu unterschätzendes Potential birgt. Die Einsätze sind meist auf bestimmte Ernährungsthemen bezogen und so stand beim letzten Einsatz im Oktober d. J. eine umfassende Information über Ernährung, Allergene und Intoleranzen im Zentrum dieser Promotion.

Die Konsumenten schätzen die ernährungsmedizinisch fundierte Beratung durch die Dietologinnen und Dietologen.

Die KonsumentInnen sind meist sehr überrascht, dass kompetente und anerkannte Ernährungsfachkräfte für Informationen und Beratung im Supermarkt zur Verfügung stehen. Seitens der Konsumenten wird es sehr geschätzt, dass es sich um eine ernährungsmedizinisch fundierte Beratung handelt, die von DietologInnen durchgeführt wird. Die Be-

ratung durch DietologInnen erscheint sowohl aus rechtlicher als auch fachlicher Hinsicht sinnvoll, da sehr viele und sehr konkrete Fragestellungen zu beispielsweise Allergien, Diabetes, Zöliakie und Lebensmittel-Intoleranzen gegeben sind. Im Rahmen dieser Gespräche muss dann oftmals auf die jeweiligen individuellen Situationen der Konsumenten eingegangen werden und die dementsprechende fachliche Ernährungskompetenz ist dabei unerlässlich. Die durchschnittliche Beratungsdauer beläuft sich auf ca. 9 Minuten. Manche Gespräche mit den Konsumenten nehmen aber bis zu 30 Minuten in Anspruch und in bestimmten Fällen können die Konsumenten dann auch an eine freiberufliche Dietologin zur weiteren Beratung und Betreuung überwiesen werden. Zur medizinischen Abklärung von Nahrungsmittel-Intoleranzen, -Unverträglichkeiten oder sonstigen Darm- und Ernährungsproblemen wird auf die Konsultation eines Facharztes beziehungsweise eines Arztes mit dem "Diplom für Ernährungsmedizin" der Österreichischen Ärztekammer hingewiesen.

Anhand der Fragen lässt sich die zunehmende Verunsicherung der Konsumenten in Bezug auf Ernährungsthemen erkennen. Gängige Fragestellungen sind zum Beispiel „Sind Süßstoffe gesundheitsschädlich?“ oder „Ist Butter oder Margarine gesünder?“. Es kommen auch Fragen zu Lebensmittel-Zusatzstoffen, zum Nährwertgehalt von Lebensmitteln bis hin zu sehr individuellen Ernährungsproblemen. Informationen über Ernährung und Lebensmittel sind heute allgegenwärtig. Sei es in der Alltags-

kommunikation, wie z.B. in der Familie, zwischen Freunden und Bekannten, oder über Massenmedien wie Zeitungen, Journale, Radio und Fernsehen. Ernährung ist im wahrsten Sinne des Wortes „in aller Munde“. Ernährungskommunikation, gemeint ist damit die Kommunikation über Ernährung, hat viele Facetten und Formen.

Die traditionelle Form der Ernährungsberatung findet meist im Rahmen von ärztlichen Gesprächen oder Beratungsgesprächen durch DietologInnen im Krankenhaus, der Ambulanz, im Reha-Zentrum oder in der Arztpraxis statt. In diesem Kontext stehen meist die Diagnose des Patienten und die daraus resultierende Ernährungsintervention im Vordergrund. Der Handlungskontext findet in einem spezifischen Ambiente und unter bestimmten Gründen statt. Die Ernährungsberatung im Supermarkt bietet ein anderes Umfeld und stellt eine gute Möglichkeit dar, KonsumentInnen über richtige Ernährung aufzuklären, sie über die ernährungsphysiologische Bedeutung von Lebensmitteln zu informieren und auf besondere Ernährungsbedürfnisse einzugehen.

Im Jänner wird ein nächster „Durchgang“ der Ernährungsberatung durch DietologInnen im Supermarkt gestartet. Die Ergebnisse werden evaluiert und auch im JEM zu lesen sein.

* Andrea Hofbauer, MSc Präsidentin Verband der Dietologen Österreichs Grüngasse 9/Top 20 1050 Wien

Foto: © m&p werbagentur

DER DARM IM ZENTRUM DER GESUNDHEIT

Bauchhirn an Kopfhirn:

Der Darm kann mehr als nur verdauen!

- Der Darm ist das größte Immunorgan des Körpers.
- Er erfüllt eine wichtige Barrierefunktion gegen Erreger und schädliche Substanzen.
- Die bakterielle Darmflora hat einen wesentlichen Einfluss auf die Funktion des Darms.

L. casei Shirota - das probiotische Milchsäurebakterium in Yakult

- Gelangt in ausreichender Zahl lebend in den Darm
- Reduziert potentiell schädliche Substanzen im Darm
- Fördert günstige Bakterien und hemmt potentiell schädliche Bakterien
- L. casei Shirota fördert somit das Gleichgewicht in der Darmflora. Dies trägt dazu bei, die Darmgesundheit zu erhalten.



*) Vor über 70 Jahren entdeckte der japanische Wissenschaftler Dr. Minoru Shirota das probiotische Milchsäurebakterium L. casei Shirota und entwickelte daraus das Gesundheitsgetränk Yakult. Denn Dr. Shirota war schon damals überzeugt: Ein gesunder Darm steht im Zentrum der Gesundheit.

science for health