

**Internationale und nationale Strategien zur Reduktion von  
lebensstilassozierten Erkrankungen**

*Journal für Ernährungsmedizin 2009; 11 (2), 30*

**Homepage:**

**[www.aerzteverlagshaus.at](http://www.aerzteverlagshaus.at)**

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

MIT NACHRICHTEN DER



Internationale und nationale Strategien

# REDUKTION VON ERNÄHRUNGS- UND LEBENSSTIL-ASSOZIIERTEN ERKRANKUNGEN INSBESONDERE VON ÜBERGEWICHT UND ADIPOSITAS

## Inadäquate Ernährung und mangelnde Bewegung sind Hauptursache für Morbidität und Mortalität in Europa.

Alexandra Wolf\*

Schätzungen zufolge sind europaweit etwa 4,5 % der Krankheitslast (gemessen in DALY = disability adjusted life years) auf schlechte Ernährung und 1,4 % auf Bewegungsmangel zurückzuführen. Weitere 3,7 % stehen in Zusammenhang mit Adipositas. Mit insgesamt 9,6 % der Krankheitslast für Risikofaktoren im Bereich Ernährung und Bewegung ist dies vergleichbar mit den Folgen des Tabakkonsums (9 % der Krankheitslast). Die europaweit zunehmende Adipositasprävalenz, die sich seit den 1980er Jahren verdreifacht hat, stellt somit ein ernstzunehmendes Gesundheitsproblem dar. Die Prävention von Übergewicht und Adipositas hat daher international und national hohe Priorität.

### EU-EBENE

Mit dem Ziel, den Trend in der Entwicklung von Adipositas und deren Folgeerkrankungen umkehren oder zumindest aufhalten zu können, wurde im März 2005 die Europäische Aktionsplattform für Ernährung, körperliche Bewegung und Gesundheit ins Leben gerufen. Zu den Gründungsmitgliedern gehören neben der Generaldirektion für Gesundheit und Verbraucherschutz (DG SANCO) einschlägige auf europäischer Ebene tätige Akteure und Organisationen aus den Bereichen Lebensmittelsicherheit, Industrie, Wirtschaft, Handel, Verbraucherschutz sowie Forschung, Ernährung und Medizin. Im Dezember 2005 wurde mit dem Grünbuch zur „Förderung gesunder Ernährung und körperlicher Bewegung: eine europäische Dimension zur Verhinderung von Übergewicht, Adipositas und chronischen Krankheiten“ [KOM(2005)637] eine Konsolidierungsphase eingeleitet, in der relevante Stakeholder aus allen Mitgliedsstaaten Stellung nehmen konnten. Neben der Identifizierung von relevanten Aktionsfeldern wurde unter anderem deutlich, dass die Prävention von Übergewicht und Adipositas eine integrierte und multidisziplinäre

Gesundheitsförderungsstrategie erfordert, die auch andere Politikbereiche wie Landwirtschaft, Transport, Stadtplanung, Verbraucherpolitik, Sozialpolitik, Umwelt, Bildung usw. einbezieht. Aufbauend auf den beiden Initiativen wurde im Jahr 2007 das Weißbuch der Europäischen Kommission „Ernährung, Übergewicht, Adipositas: Eine Strategie für Europa“ [KOM(2007)279] publiziert. Zweck war die Darstellung eines integrierten Konzepts, dass zur Verringerung von ernährungsassoziierten Erkrankungen beitragen soll.

Dabei wurden folgende Grundsätze für gemeinschaftliche Maßnahmen festgelegt:

1. Verringerung der Gesundheitsrisiken, die in Zusammenhang mit inadäquater Ernährung und Bewegung stehen.
2. Politikbereichsübergreifende Durchführung der Maßnahmen auf verschiedenen Ebenen unter Verwendung unterschiedlicher Instrumente (wie beispielsweise Rechtsvorschriften, Vernetzung, öffentlich-private Partnerschaften usw.).

3. Mitwirkung von Akteuren auf privater (Lebensmittelindustrie und Zivilgesellschaft) und regionaler Ebene (z. B. Schulen und Gemeindeeinrichtungen).

4. Systematische Evaluierung und Überwachung zur Feststellung der Wirksamkeit der Maßnahmen.

Die vorrangigen Handlungsfelder (siehe Tabelle 1) zeigen, dass hier vor allem auf eine evidenzbasierte, zielgruppen- und settingorientierte Vorgehensweise gesetzt wird, die zum einen die Kompetenzen des Verbrauchers stärken (z. B. durch Verbesserungen im Bereich der Verbraucherinformation) und zum anderen förderliche Umweltbedingungen schaffen sollen. Durch diesen Ansatz setzt die Europäische Kommission vor allem auf die Wirksamkeit von freiwilligen Maßnahmen und Selbstregulierung der Industrie. 2010 wird die Kommission die Wirksamkeit dieses Ansatzes prüfen und basierend auf den Ergebnissen entsprechende weitere Maßnahmen überlegen. Ergänzend soll der Adipositasproblematik auch durch die Schwerpunktsetzung im

EU-Weißbuch „Ernährung, Übergewicht, Adipositas: Eine Strategie für Europa“ 2007	Europäischer Aktionsplan Nahrung und Ernährung der WHO 2007 – 2012
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Besser informierte Verbraucher</li> <li>• Gesunde Lebensmittel zur Verfügung stellen</li> <li>• Förderung der körperlichen Bewegung- Vorrangige Gruppen und Settings (Schwerpunkt Kinder)</li> <li>• Ausbau der Evidenzbasis zur Unterstützung des Vorgehens</li> <li>• Entwicklung von Überwachungssystemen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bereitstellung umfassender Informations- und Aufklärungsangebote für Verbraucher</li> <li>• Gewährleistung einer sicheren, gesunden und nachhaltigen Nahrungsmittelversorgung</li> <li>• Durchführung integrierter Maßnahmen zur Bekämpfung der maßgeblichen Determinanten</li> <li>• Förderung eines gesunden Lebensanfangs</li> <li>• Überwachung, Evaluation und Forschung</li> <li>• Stärkung der Elemente Ernährung und Lebensmittelsicherheit im Gesundheitsbereich</li> </ul>

Tabelle 1: Vorrangige Themen und Handlungsfelder zur Reduktion von Übergewicht und Adipositas in Europa

Zweiten Aktionsprogramm der Gemeinschaft im Bereich der Gesundheit, mit einer Gesamtmittelausstattung von 321,5 Millionen Euro für den Zeitraum zwischen 2008 und 2013, Rechnung getragen werden. Hier wurde der Fokus ebenfalls auf Gesundheitsförderung und Prävention, unter anderem im Bereich Ernährung und körperliche Aktivität, gelegt.

### WHO UND LÄNDER

Vor dem Hintergrund der weltweit zunehmenden Adipositasprävalenz und damit einhergehender Folgeerkrankungen hat die WHO bereits im Mai 2004 die „Globale Strategie für Ernährung, Bewegung und Gesundheit“ verabschiedet und die Mitgliedsstaaten aufgefordert, den nationalen Bedingungen angepasste Strategien zu entwickeln.

Im November 2006 fand die Europäische Ministerkonferenz der WHO zur Bekämpfung der Adipositas in Istanbul statt, in der auch die „Europäischen Charta zur Bekämpfung der Adipositas“ angenommen wurde. Im Jahr 2008 wurde schließlich der „Zweite Europäische Aktionsplan Nahrung und Ernährung 2007 – 2012“ publiziert, indem insgesamt sechs Handlungsfelder definiert wurden, die mit den im EU-Weißbuch angeführten Themenbereichen durchaus vergleichbar sind (siehe Tabelle 1).

Basierend auf den internationalen Vorgaben haben zahlreiche Länder eigene nationale Strategien und Aktionspläne entwickelt. Die meisten Dokumente wurden in den Jahren zwischen 2003 und 2006 publiziert. Manche Länder wie Schweden und Schottland haben allerdings schon Mitte der 1990er Jahre Aktionspläne zur Ernährung erstellt. 2008 wurde der Nationale Aktionsplan zur Prävention von Fehlernährung, Bewegungsmangel, Übergewicht und damit zusammenhängenden Krankheiten (IN FORM) in Deutschland als auch das Nationale Programm Ernährung und Bewegung 2008 – 2012 in der Schweiz veröffentlicht.

\* Mag.<sup>a</sup> Dr.<sup>in</sup> Alexandra Wolf  
AGES Österreichische Agentur für Gesundheit und Ernährungssicherheit GmbH - Kompetenzzentrum Ernährung & Prävention

Zimmermannsgasse 3  
1090 Wien  
Österreich  
Tel.: + 43 50555-36982  
E-Mail: alexandra.wolf@ages.at

## Aktuelle Projekte & Vorschläge

### Vier Jahre Europäische Aktionsplattform für Ernährung, körperliche Bewegung und Gesundheit – Rückblick und Ausblick

- Maßnahmen der **Lebensmittelindustrie** wie mehr Informationen über Nahrungsmittel oder Änderungen von Rezepturen werden anerkannt. Gefordert werden jedoch neue Marketingstrategien für Lebensmittel für Kinder, um ein gesünderes Ernährungsverhalten zu fördern. Nachholbedarf wird generell bei der Förderung **physischer Aktivitäten** gesehen.
- EU-Abgeordnete schlagen die Einführung eines „**Europäischen Adipositas**“ vor. Die Anliegen adipöser Menschen würden noch zu wenig berücksichtigt, auch die Behandlung der Adipositas als Krankheit wäre noch mangelhaft.
- Die dänische Regierung bereitet eine **Steuer auf Zucker und Fett** vor.
- Im belgischen Parlament wurde vorgeschlagen, die **Mehrwertsteuer auf Obst und Gemüse zu senken**. „Ungesunde“ Nahrungsmittel sollten mit einer Mehrwertsteuer von 12 anstelle von 6 Prozent belegt werden.
- In Großbritannien wurde im April d. J. der Ein-Jahres-Bericht der Aktion **„Healthy Weight, Healthy Lives“** veröffentlicht. Unter anderem konnte erreicht werden, dass z. B. Betriebe wie Burger King, Kentucky Fried Chicken oder Pizza Hut den Kaloriengehalt ihrer Produkte angeben.

### Was tut sich in Österreich?

- Die meisten Gesundheitsförderungsprojekte laufen über den **Fonds Gesundes Österreich**, derzeit sind es an die 120 bis 150 Projekte in verschiedenen Settings wie Gemeinden oder Betriebe. Schätzungen zufolge steht die Ernährung bei rund 30 Prozent im Zentrum, bei circa 60 Prozent spielt sie eine eher untergeordnete Rolle.
- Eine Medienkampagne des **Gesundheitsministeriums** „Ernährung kann was“ soll seit September 2009 den Österreichern mehr Appetit auf gesunde Ernährung machen. „Machen Sie es auch 5x am Tag“ zielt auf die 5 Portionen Obst und Gemüse ab. „Am liebsten haben wir’s zu dritt“ bewirbt die „Drittellösung“ von Fleisch, Gemüse und komplexen Kohlenhydraten. Weitere Sujets werben für zwei gänzlich Alkohol-freie Tage in der Woche.
- Mit EU-Mitteln gefördert und national kofinanziert ist die **Schulobstkampagne** „Schlaue Früchtchen“, die das Landwirtschaftsministerium gemeinsam mit der Agrarmarkt Austria GmbH AMA gestartet hat. An rund 300 Volksschulen wird Obst der Saison – Äpfel und Zwetschken – verteilt. In einer ersten Phase wird das Obst kostenlos zur Verfügung gestellt, später kann Obst und Gemüse mit einer 50prozentigen Preisreduktion bezogen werden.

### NEUE EU-KAMPAGNE: „ISS, TRINK UND BEWEG DICH“

„Esst richtig, denn Fitness macht Spaß“ – unter diesem Motto steht die an **Schulkinder zwischen 8 und 15 Jahren** gerichtete EU-Kampagne für gesunde Ernährung, zu der Kommissarin Mariann Fischer Boel (Landwirtschaft und ländliche Entwicklung) am 28. September 2009 den Startschuss gegeben hat. Parallel zum EU-Schulobstprogramm und zur EU-Schulmilchregelung sollen die Kinder zu gesünderem Essen animiert werden. Eine „Geschmacksbande“ wird acht Wochen lang durch Belgien, Nordfrankreich, das Vereinigte Königreich, Irland, Estland, Litauen und Polen touren. Jeden Tag werden zwei Schulen besucht, insgesamt nehmen 18.000 Kindern in 180 Schulen an den Veranstaltungen teil.

K.G.