

3. Handlungsfelder der Aktion Weniger Zucker:

- Aktive Lobby für Gesundheitsförderung und politischen Gesundheitsschutz
- Vermittlung des aktuellen wissenschaftlichen Erkenntnisstandes an Medien und Politik
- Formulierung von Strategien und Maßnahmen zur Senkung des Zuckerkonsums in Deutschland
- Überzeugung der Industrie, den Anteil von zugesetztem Zucker in Lebensmitteln schrittweise zu reduzieren
- Aufklärung der Bevölkerung, z.B. über die gesundheitlichen Risiken von gezuckerten Softdrinks

4. Struktur:

Die Aktion arbeitet als informelle Allianz. Fünf Gründungsorganisationen bilden die Steuerungsgruppe:

AOK-Bundesverband

Kontakt: Dr. med Kai Kolpatzik, Leiter der Abteilung Prävention
kai.kolpatzik@bv.aok.de

Deutsche Allianz Nichtübertragbare Krankheiten DANK und Deutsche Diabetes Gesellschaft DDG

Kontakt: Barbara Bitzer, Geschäftsführerin bitzer@ddg.info
Dr. Dietrich Garlichs, Beauftragter des Vorstands für den Bereich Prävention
garlichs@ddg.info

Ethnomedizinisches Zentrum e.V.

Kontakt: Ramazan Salman, Geschäftsführer
ethno@salman.info

foodwatch e.V.

Kontakt: Oliver Huizinga, Leiter Recherche und Kampagnen
oliver.huizinga@foodwatch.de

Die Mitarbeit weiterer Bündnispartner auf beratender Basis wird angestrebt.

Eine gesellschaftliche Initiative
gegen Fehlernährung
und Übergewicht

GRUNDSATZPAPIER

¹Mensink, G.B.M. et al. (2013). Übergewicht und Adipositas in Deutschland. Ergebnisse der Studie zur Gesundheit Erwachsener in Deutschland (DEGS1). BGSBl, 56

²Effertz, T. et al. (2015). The costs and consequences of obesity in Germany: a new approach from a prevalence and life-cycle perspective. Eur J Health Econ, 17(9)

³Dallacker, M., Hertwig, R., & Mata, J. (2018). Parents' considerable underestimation of sugar and their child's risk of overweight. Int J Obes (Lond), 42(5)

⁴World Health Organization, WHO (2015). Sugars intake for adults and children, Guideline. http://www.who.int/nutrition/publications/guidelines/sugars_intake/en/, Zugriff am 23.8.2018

⁵Effertz, T. (2017). Kindermarketing für Lebensmittel im Internet. https://aok-bv.de/imperia/md/aokbv/presse/pressemitteilungen/archiv/2017/03_statement_kolpatzik_pg_kindermarketing_2017.pdf, Zugriff am 24.8.2018

⁶Schienkiewitz A. et al. (2018). Übergewicht und Adipositas im Kindes- und Jugendalter in Deutschland – Querschnittergebnisse aus KiGGS Welle 2 und Trends. Journal of Health Monitoring, 3(1)

⁷Lampert T. & Kröll L.E. (2014). Soziale Unterschiede in der Mortalität und Lebenserwartung. Hrsg. Robert Koch-Institut, Berlin. GBE kompakt, 5(2)

⁸World Health Organization, WHO (2016). Fiscal policies for diet and the prevention of noncommunicable diseases. http://www.who.int/networks/sites/default/files/fiscal_policies_for_diet_and_the_prevention_of_noncommunicable_diseases_0.pdf, Zugriff am 16.10.2018

⁹Europäische Kommission (2016). EU Framework for National Initiatives on Selected Nutrients– Annex II: Added sugar, https://ec.europa.eu/health/nutrition_physical_activity/key_documents_en#anchor1, Zugriff am 23.8.2018

Präambel: Gesunde Ernährung für alle

Übergewicht ist zu einem der drängendsten Gesundheitsprobleme in Deutschland geworden. Um diesen Trend aufzuhalten, spielt die Verringerung des hohen Zuckerkonsums eine maßgebliche Rolle – doch die bisherigen Schritte dafür sind unzureichend. Deshalb haben fünf große Organisationen aus den Bereichen Gesundheit, Soziales und Verbraucherschutz die Aktion Weniger Zucker ins Leben gerufen. Gemeinsam wollen wir die politischen Rahmenbedingungen verändern, um eine gesunde Ernährung für alle Bevölkerungsschichten zu erleichtern.

1. Hintergrund: Ungesunde Lebensmittel machen krank

Fast **60 % der Erwachsenen in Deutschland gelten als übergewichtig** (Body Mass Index ab 25 kg/m²), fast jeder Vierte als adipös (BMI \geq 30 kg/m²).¹ Die Folgeerkrankungen wie Diabetes oder Herz-Kreislauferkrankungen verursachen millionenfaches Leid und immense Kosten für unser Solidarsystem: 63 Milliarden Euro geben wir jährlich für die Behandlung der Folgen von Adipositas, für Krankengeld und Frührenten aus.² Übergewicht ist ein multikausales und gesamtgesellschaftliches Phänomen. Der Gesamtkaloriengehalt und die Energiedichte der aufgenommenen Nahrung hängen stark davon ab, wie viel Zucker und Fett ein Produkt enthält. Experten sprechen von einer **adipogenen Umwelt**, in der es immer schwieriger wird, sich gesund und ausgewogen zu ernähren. Zum einen sind zucker-, fett- und salzreiche Lebensmittel an jeder Ecke verfügbar und oft **billiger als gesundes Essen**. Zum anderen ist die derzeitige Lebensmittelkennzeichnung für viele Menschen nicht verständlich. Und welcher Verbraucher weiß schon, dass sich Zucker hinter 70 verschiedenen Begriffen verbirgt? Studien zeigen, dass Konsumenten den Zuckergehalt von Produkten systematisch zu niedrig einschätzen. Unterschätzen Eltern den Zuckergehalt, etwa von Joghurts, haben ihre Kinder ein doppelt so hohes Risiko, übergewichtig zu werden.³ So steht ein hoher Zuckerkonsum auch in direktem Zusammenhang mit der Entwicklung von Karies bei Kindern.⁴ Noch dazu werden zuckerhaltige und ungesunde Lebensmittel massiv beworben – auch bei Kindern. Freiwillige Selbstverpflichtungen der Industrie zeigen hier keinerlei Wirkung: Kinder in Deutschland sehen oder hören im Durchschnitt **acht bis 22 Mal pro Tag Werbung für vorwiegend ungesunde Produkte**.⁵ Das individuelle Risiko, Übergewicht zu entwickeln, hängt stark vom sozioökonomischen Status ab. So sind nach aktuellen Daten des Robert-Koch-Institutes **27 % der Mädchen aus einkommensschwachen Familien übergewichtig**, aber nur 6,5 % aus einkommensstarken Familien⁶. Ein Mann mit sehr niedrigem Einkommen hat in Deutschland eine um **10,8 Jahre kürzere Lebenserwartung** als ein Mann mit sehr hohem Einkommen.⁷ Ungesunde Ernährung spielt dabei eine wesentliche Rolle.

Um das Problem zu bekämpfen, setzt die Politik bisher vor allem auf die Verantwortung des Einzelnen, nach dem Motto: **Jeder ist seines Körpers Schmied**. Durch Information und Aufklärung sollen die Betroffenen lernen, gesünder zu essen und sich mehr zu bewegen. Doch die Fakten zeigen, dass der bisherige **individualistische Ansatz gescheitert** ist, und die Betonung des Bewegungsaspekts durch die Industrie dient dazu, von dem Problem der zu hohen Kalorienzufuhr abzulenken. Die Weltgesundheitsorganisation empfiehlt ihren Mitgliedern stattdessen Maßnahmen, die das alltägliche Umfeld der Bevölkerung gesundheitsförderlicher gestalten: **„Make the healthy choice the easier choice.“**⁸ Auch die Europäische Kommission hat ihre Mitgliedstaaten aufgefordert, bis Ende 2016 (!) einen nationalen Plan zur Reduktion von Zucker, Fett und Salz in Lebensmitteln zu erarbeiten.⁹ Viele Länder haben bereits Maßnahmen ergriffen, zuletzt Großbritannien, das seit April 2018 eine Abgabe auf gezuckerte Softdrinks erhebt. In Deutschland haben die verantwortlichen Politiker jedoch keine vergleichbaren Schritte eingeleitet.

2. Aktion Weniger Zucker: Besser Essen leichter machen

Die Aktion Weniger Zucker will einen **gesamtgesellschaftlichen Ansatz gegen Übergewicht in Deutschland** fördern. Sie orientiert sich dabei am britischen Vorbild der „Consensus Action on Sugar“ und am Tabakrahmenübereinkommen der Weltgesundheitsorganisation (WHO). Das im Übereinkommen enthaltene breite Paket gesundheitspolitischer Maßnahmen führt bei konsequenter Umsetzung zum Rückgang des Tabakkonsums. Ein derart konzentriertes Vorgehen ist auch im Bereich Ernährung **dringend notwendig**. Die Aktion Weniger Zucker konzentriert sich, wie der Name betont, zunächst auf das Problem des übermäßigen Zuckerkonsums durch **Fertigprodukte und Softdrinks**. Ziel ist eine Förderung von Maßnahmen, die es der Bevölkerung erleichtern, sich weniger zuckerhaltig zu ernähren. Die Zielgruppe der Menschen mit Migrationshintergrund wird hier ebenfalls berücksichtigt. Der Fokus liegt auf verhältnispräventiven Maßnahmen, also dem **Aufbau einer gesundheitsfördernden Lebenswelt**.

Konkret fordern wir **vier Maßnahmen, um den hohen Zuckerkonsum zu senken**:

- Verbot von an Kinder gerichtete Werbung für zuckerreiche oder andere hochkalorische Lebensmittel (wenn das Produkt nicht dem Nährwertprofil der WHO entspricht)
- Für alle Bevölkerungsgruppen verständliche Lebensmittelkennzeichnung
- Steuerliche Anreize für die Lebensmittelindustrie, gesündere Rezepturen zu entwickeln
- Verbindliche Standards für die Kita- und Schulverpflegung

Die Aktion Weniger Zucker legt ihren Fokus zunächst auf das Handeln für konkrete Verbesserungen: Der **Zuckergehalt von Lebensmitteln soll messbar sinken** und damit auch der Gesamtzuckerkonsum der Bevölkerung.