

Überblick über den Bereich Ernährungsverhalten
und die Methoden seiner Bestimmung

Es gibt viele Tausend tatsächliche und potentielle
NAHRUNGSMITTEL
(auf Erde, Kontinent, Region, Land, Staat)
NAHRUNGSVERFÜGBARKEIT

Daten aus Bereichen wie
Landwirtschaft,
Lebensmittelwissenschaft,
Biologie, Biotechnologie.

Filter:

INDIVIDUELLE
NAHRUNGSWAHL

Art der verzehrten Nahrungsmittel
(Zahl - individuell schwankend,
aber viel geringer als Potential)
sind nicht ganz unabhängig voneinander,
denn Beziehung durch Rezepte, Gerichte)

Erfassung durch
Befragung
und
Beobachtung

+

Faktor : Zeit
diskontinuierliche Nahrungsaufnahme ist üblich;
Saison, Tage, Wochentage, Wochenende,
Ferien, Urlaub, Mahlzeiten.
Angaben in :
pro Mahlzeit, pro Tag, pro Woche, Monat, Jahr;
Häufigkeiten, Frequenzen

individuelles Ernährungsmuster
(Summe davon: Ernährungsmuster einer Gruppe)

+

Menge an jeweiligen Nahrungsmittel
(theoretisch: individuell sehr unterschiedlich,
aber bei einzelner Person relativ konstant,
man ißt die gewohnte Menge)
quantitative Nahrungsaufnahme

Erfassung durch
Schätzung (Befragung)
und
Registrierung (Wägung)

+

Gehalt an Energie und Nährstoffen
der einzelnen Nahrungsmittel
(Schwankungsbreiten durch verschiedene
Sorten, Anbaubedingungen, aber auch durch
unterschiedliche Analysen)
quantitative Nährstoffaufnahme

Erfassung durch
Zuhilfenahme
von
Nährwert-Tabellen
und -Analysen

(aus: Oltersdorf, U.: Methoden zur Erfassung des Ernährungsverhaltens
S.6-13 in Kappus, W. et al. (Hg): Möglichkeiten und Grenzen der
Veränderung des Ernährungsverhaltens. Schriftenreihe der Arbeits-
gemeinschaft Ernährungsverhalten (AGEV), Bd.1, Göttingen, 1981)