

11. aid-Forum

Du isst, wie du bist?

Ernährungskompetenz ist Lebenskompetenz

7. Mai 2008, Wissenschaftszentrum Bonn

Dipl. oec. troph. Thorsten Heuer

Max Rubner-Institut, Bundesforschungsinstitut für Ernährung und Lebensmittel, Karlsruhe

Ernährungswissen, Lebensmitteleinkauf und Kochfertigkeiten

Ergebnisse der NVS II aus dem Bereich Ernährungskompetenz

Die zweite Nationale Verzehrsstudie (NVS II) liefert aktuelle und repräsentative Daten zum Lebensmittelverzehr und zur Nährstoffaufnahme. Zudem wurden in der NVS II in persönlichen und telefonischen Interviews sowie schriftlich umfassende Fragen zum Ernährungsverhalten gestellt. Über ein Jahr wurden deutschlandweit 19.329 deutsch sprechende Personen im Alter von 14 bis 80 Jahren befragt, die in Privathaushalten lebten.

Zwei Drittel der Deutschen informiert sich mit unterschiedlicher Intensität über Ernährungsfragen aus verschiedenen Quellen, ein Drittel informiert sich gar nicht. Die am häufigsten genannten Informationsquellen sind Printmedien, Angaben auf Lebensmittelverpackungen, persönliche Kontakte über Freunde und Familie sowie das Fernsehen. Aus drei angebotenen Beschreibungen können 58 Prozent der Deutschen die richtige Erklärung für probiotischen Joghurt und 67 Prozent die richtige Definition für ACE-Getränke angeben. Dabei zeigt sich eine deutliche Abhängigkeit von der Schulbildung: je höher der Schulabschluss, desto häufiger wurden probiotischer Joghurt und ACE-Getränke erkannt.

Zwei Drittel der Frauen sind ausschließlich für den Lebensmitteleinkauf zuständig. Dagegen überlässt fast die Hälfte der Männer den Einkauf einer oder mehreren anderen Personen. Je mehr Personen im Haushalt leben, desto weniger sind Männer für den Einkauf zuständig. Geschmack, Frische, Mindesthaltbarkeitsdatum, Gesundheit und Saisonalität sind nach Selbstauskunft die wichtigsten Kriterien beim Lebensmitteleinkauf.

Zwei Drittel der Frauen und ein Drittel der Männer schätzen ihre Kochfähigkeiten mit sehr gut bis gut ein. Von sechs vorgegebenen Gerichten mit unterschiedlichem Schweregrad haben Frauen zu 84 bis 93 Prozent diese bereits selbst aus Grundzutaten zubereitet, während Männer hierbei nur auf einen Anteil von 34 bis 62 Prozent kommen. Die verschiedenen Verfahren der Lebensmittelverarbeitung werden mit steigender Haushaltsgröße häufiger praktiziert. „Eingefroren“ wird von 87 Prozent aller Teilnehmer, „eingekocht“ von knapp der Hälfte. Weniger als ein Viertel der Teilnehmer legt Lebensmittel in Öl, Essig oder Alkohol ein.

Die dargestellten Ergebnisse liefern eine Momentaufnahme von dem Kenntnisstand und den Fähigkeiten der Bevölkerung in Bezug auf Ernährung. Um zeitliche Entwicklungen abzubilden, müssen jedoch regelmäßige Befragungen durchgeführt werden.



11. aid-Forum

Du isst, wie du bist?

Ernährungskompetenz ist Lebenskompetenz

7. Mai 2008, Wissenschaftszentrum Bonn

Dipl. oec. troph. Thorsten Heuer

Max Rubner-Institut, Bundesforschungsinstitut für Ernährung und Lebensmittel, Karlsruhe

Vita

- 1990 bis 1996 Studium der Haushalts- und Ernährungswissenschaften an der Justus-Liebig-Universität Gießen; Fachrichtung Ernährungswissenschaft
- 1995 bis 1997 Wahlkreismitarbeiter beim Hessischen Landtag, Wiesbaden
- 1997 bis 2002 Wissenschaftlicher Mitarbeiter am Institut für Ernährungswissenschaft, Arbeitsgruppe Ernährungsökologie, Justus-Liebig-Universität Gießen
- 2002 bis 2003 Wissenschaftlicher Mitarbeiter bei der Dr. Rainer Wild-Stiftung, Heidelberg
- seit 2005 Wissenschaftlicher Mitarbeiter am Institut für Ernährungsverhalten des Max Rubner-Instituts, Bundesforschungsinstitut für Ernährung und Lebensmittel, Karlsruhe – Projekt: Nationale Verzehrsstudie II (2005 - 2008), Nationales Ernährungsmonitoring (seit Februar 2008)
- 2008 Promotion zum Thema „Magnesiumstatus nicht-schwangerer und schwangerer Frauen mit verschiedenen Ernährungsweisen“, Justus-Liebig-Universität Gießen (erfolgreiche Disputation Feb. 2008)

Kontakt:

Thorsten Heuer
Thorsten.Heuer@mri.bund.de
www.mri.bund.de