

Forderungskatalog der AG Wissenschaft anlässlich der Aktionswoche „5 am Tag – Iss bunt und gesund“

Wir begrüßen das Engagement der Bundesregierung im Rahmen des im Mai 2007 verabschiedeten Aktionsplanes, die Bürgerinnen und Bürger – und hier insbesondere die Kinder - intensiver über gesunde Ernährung zu informieren, um so dem Trend zum Übergewicht vorzubeugen und nachhaltig den Gesundheitszustand der Bevölkerung zu verbessern.

Aus wissenschaftlicher Sicht ist es sinnvoll und notwendig, die Vermittlung von Informationen durch zusätzliche lebensnahe Präventionsangebote zu unterstützen, die sich direkt und konkret auf das Ernährungsverhalten auswirken. In zahlreichen westlichen Industrieländern werden speziell für die Zielgruppe „Kinder“ bereits Schulfrucht-Programme durchgeführt, bei denen Obst und Gemüse abgegeben wird. Die Evaluierungen dieser Programme zeigen, dass sich insbesondere kostenfreie Schulfruchtprogramme positiv auf das Ernährungsverhalten auswirken und die Effekte bei entsprechender didaktischer Begleitung auch mit längerem zeitlichen Abstand zur Durchführung dieser Programme anhalten. Von kostenfreien Angeboten profitieren alle Kinder unabhängig von ihrer sozialen Herkunft und ihrem Bildungsumfeld. So belegt beispielsweise eine aus Norwegen kommende Studie, dass sich durch ein neunmonatiges kostenfreies Schulfruchtprogramm der Verzehr von Obst und Gemüse nachhaltig erhöhte: Selbst drei Jahre später aßen die Kinder, die an dem Programm teilgenommen hatten, fast eine halbe Portion mehr Obst und Gemüse am Tag als Kinder, die nicht an dem Programm teilgenommen hatten. Eine norwegische Modellrechnung zeigt, dass die Aufwendungen für kostenfreie, auch langjährige Schulfruchtprogramme sich ökonomisch bereits rechnen, wenn es gelingt, den täglichen Verzehr von Obst und Gemüse bei 10 Prozent der Schüler dauerhaft um 25 Gramm (!) zu erhöhen.

Diese Nachhaltigkeit brauchen wir, um den Trend zu Übergewicht zu stoppen und die daraus resultierenden Folgeerkrankungen in Schach zu halten. Aus wissenschaftlicher Sicht gehören 5 Portionen Gemüse und Obst und Gemüse unabdingbar zu einem modernen, die Gesundheit erhaltenden Lebensstil. Diese Ernährungsempfehlung ist durch vielfältige, auch epidemiologische Studien abgesichert und wird auf breiter Front von Ernährungswissenschaftlern und Medizinern mitgetragen.

Die Wissenschaftler des 5 am Tag e.V. fordern daher:

1. Die Öffentliche Hand muss die Rahmenbedingungen für eine gesunde Ernährung verbessern. Die Erziehung und Motivation zu einem gesunden, obst- und gemüsereichen Lebensstil muss von Bildungseinrichtungen als Teil des Bildungsauftrags verstanden und umgesetzt werden. Dabei sollen sozial benachteiligte und bildungsferne Familien nicht ausgegrenzt werden.
2. Um nachhaltig das Ernährungsverhalten von Kindern und Jugendlichen zu mehr Obst und Gemüse positiv zu beeinflussen, bedarf es eines direkten Anstoßes. Daher fordert die Arbeitsgruppe Wissenschaft des 5 am Tag e.V. die Einführung eines bundesweiten Schulfruchtprogramms. Durch die

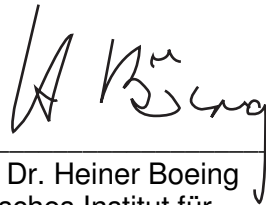
Bereitstellung von täglich einer kostenfreien Portion Obst oder Gemüse als Schulfrucht über einen längeren Zeitraum kann sichergestellt werden, dass die Kinder und Jugendlichen nachhaltig ihr Ernährungsverhalten ändern, insbesondere wenn solche Programme didaktisch und pädagogisch begleitet werden. Hierfür ist ein langfristiges Engagement erforderlich, dessen Kosten sich jedoch durch die positiven gesundheitlichen Effekte über die Jahre hinweg amortisieren.

3. Die breite Öffentlichkeit, Multiplikatoren und Medien fordern wir auf, eine gesunde, obst- und gemüserreiche Ernährung vorzuleben und als Teil eines modernen Lebensstils in unserer Gesellschaft zu verankern.

Unterzeichnet von:



Prof. Dr. med. Hans Konrad Biesalski
Universität Hohenheim



Prof. Dr. Heiner Boeing
Deutsches Institut für
Ernährungsforschung Potsdam-Rehbrücke,
Abteilung Epidemiologie



Dr. Margret Büning-Fesel
aid infodienst Verbraucherschutz,
Ernährung, Landwirtschaft e.V.



Prof. Dr. med. Anja Kroke
Fachhochschule Fulda



Prof. Dr. Herbert Lochs
Charité Universitätsmedizin Berlin



Dr. Helmut Oberritter
Deutsche Gesellschaft für Ernährung e.V.



Prof. Dr. Hans-Christoph Scharpf



Prof. Dr. Wolfgang Scheppach
Universitätsklinik Würzburg



PD Dr. Bernhard Watzl
Bundesforschungsanstalt für Ernährung
und Lebensmittel