

PRESSEMELDUNG

Zucker bleibt wichtiger Energielieferant im Rahmen einer ausgewogenen Ernährung Koßdorff: Hersteller informieren umfassend über Zuckergehalt

(Wien, 14.11.2014) „Seriöse Informationen über Lebensmittel sind wichtig, damit die Konsumentinnen und Konsumenten mehr über die Qualität, Sicherheit und den Genuss von Lebensmitteln erfahren. Der Artikel zur ‚Zuckerfalle‘ von Patrizia Steurer bemüht sich im ersten Teil nach Kräften um journalistische Ausgewogenheit. Der zweite Beitrag von Axel Meister lässt diese jedoch schmerzlich vermissen. Zucker ist weder Droge noch wird er in Lebensmitteln in Täuschungsabsicht ‚versteckt‘ – wahr ist vielmehr: Zucker ist Energielieferant und auf den Etiketten genau ausgewiesen. Sonst hätte Frau Steurer im Selbstversuch gar nicht gezielt danach suchen können,“ kritisiert Mag. Katharina Koßdorff, Geschäftsführerin des Fachverbandes der Lebensmittelindustrie, die aktuelle Titelstory von News Gesundheit.

„Zucker führt weder zu Sucht noch ist er Auslöser von Erkrankungen wie Adipositas oder Diabetes. Das bestätigen zahlreiche Experten, zuletzt die Deutsche Gesellschaft für Ernährung. Alarmismus und Diffamierung statt ausgewogener Information sind der falsche Weg,“ präzisiert Koßdorff weiter. Alle in Lebensmitteln zugelassenen Zutaten und Zusatzstoffe sind aufgrund umfassender wissenschaftlicher Beurteilungen sicher. Das gilt auch für den Süßstoff Aspartam, weshalb die Aussage zu angeblich hohen Gesundheitsrisiken nicht nachvollziehbar ist, weil dafür jeglicher Hinweis fehlt. Das bestätigte letztes Jahr auch die EFSA, die Europäische Behörde für Lebensmittelsicherheit, in ihrem Abschlussbericht der Risikobewertung.

Zucker gehört zur Gruppe der Kohlenhydrate und kommt in vielen Lebensmitteln natürlich vor, etwa in Obst und Gemüse. Bei der Herstellung von Lebensmitteln wird Zucker seit jeher für den Geschmack oder aus technischen Gründen eingesetzt. Zucker liefert, wie alle anderen Kohlenhydrate, Fett und Eiweiß Energie für unseren Körper. Die Weltgesundheitsorganisation WHO hat 2003 die Empfehlung ausgesprochen, dass nicht mehr als 10 % der täglich aufgenommenen Kalorienmenge (Energieprozent) in Form von zugesetztem Zucker aufgenommen werden soll. Wie der Österreichische Ernährungsbericht 2012 zeigt, liegt der Zuckerverbrauch pro Kopf in Österreich seit mehreren Jahrzehnten stabil bei rund 37 Kilogramm pro Kopf und Jahr und bei rund 10 Energieprozent – also genau bei der WHO-Empfehlung.

Das Etikett informiert über Nährstoffe

Seit den 1970er Jahren geben die Hersteller klar auf der Verpackung an, wie viel an Fett oder Zucker in den Produkten enthalten ist. Die Lebensmittel-Informationsverordnung, die ab 13.12.2014 in Kraft tritt, bringt noch mehr Entscheidungshilfen für mündige Konsumenten. In der Nährwerttabelle ist die Menge an Kohlenhydraten angegeben und davon die Gesamtmenge an natürlich vorhandenem und beigefügtem Zucker. Dieser Wert umfasst neben der Saccharose alle Arten von Zucker, also auch Traubenzucker, Fruchtzucker, Malzzucker oder Milchzucker. Dazu Koßdorff: „Die neue europäische Lebensmittel-Informationsverordnung trägt dem Grundgedanken Rechnung, dass die Konsumenten in ihren Kaufentscheidungen noch umfassender unterstützt werden. Die Umsetzung dieser EU-Vorschriften kostet allein in Österreich weit über 80 Millionen Euro, die von den Herstellern aufgebracht werden.“

Auf eine ausgewogene Ernährungsweise und ausreichend Bewegung kommt es an

Ernährungswissenschaftliche Erkenntnisse zeigen den positiven Einfluss eines Lebensstils, der ausreichende Bewegung und ausgewogene Ernährung miteinander kombiniert. Übergewicht und Stoffwechselerkrankungen sind in der modernen Gesellschaft häufig. Daran ist aber nie ein Lebensmittel oder ein einzelner Bestandteil der Ernährung schuld, sondern ein Mix aus mangelnder Bewegung, Stress, genetischer Disposition, Schlafmangel und ungesunder Ernährungsweise. Dazu Koßdorff: „Die oft getroffene Einteilung in ‚gesunde‘ und ‚ungesunde‘ Lebensmittel ist schlicht falsch. Es gibt nur einen mehr oder weniger verantwortungsvollen Umgang mit Lebensmitteln. Dazu ist fundierte und wissenschaftlich aufbereitete Information wichtig. Alarmismus und Diffamierung sind freilich der falsche Weg.“

Seriöse und umfassende Informationen über Zucker sind reichlich vorhanden und im Internet frei verfügbar:

<http://www.dge.de/>

<http://www.forum-ernaehrung.at/>

Stellenwert der Lebensmittelindustrie in Österreich

Die Lebensmittelindustrie zählt zu Österreichs wichtigsten Wirtschaftszweigen und sichert im Interesse der Konsumentinnen und Konsumenten tagtäglich die Versorgung mit sicheren, qualitativ hochwertigen und preiswerten Lebensmitteln und Getränken. Die rund 200 Unternehmen der österreichischen Lebensmittelindustrie mit ihren 27.000 Beschäftigten erwirtschafteten im Jahr 2013 ein Produktionsvolumen in Höhe von rund 8 Mrd. €. Rund 60 % davon werden in 180 Länder der Welt exportiert. Der Fachverband unterstützt die Mitglieder der Branche durch umfassende Informationsangebote, Beratungsleistungen und internationale Vernetzung dabei, weiterhin den gewohnt hohen Grad an Lebensmittelsicherheit, Qualität und Genuss unserer Lebensmittel anbieten zu können.

Rückfragehinweise:

Mag. Katharina Koßdorff
Geschäftsführerin im Fachverband der Lebensmittelindustrie
Tel.: +43 1 712 21 21 – 14
k.kossdorff@dielebensmittel.at

DI Oskar Wawschinek MAS MBA
Pressesprecher im Fachverband der Lebensmittelindustrie
Mobil: +43 664 545 63 50
o.wawschinek@dielebensmittel.at