



Dr. Rainer Wild STIFTUNG

Abstractband

1. Junges Forum Dr. Rainer Wild-Stiftung

Die 6 Ws der Gesunden Ernährung - Für welches W schafft ihr Wissen?

Heidelberg

21. Januar 2022

Dr.-Ing. Julia von Mende

Rheinisch-Westfälische Technische Hochschule Aachen,
Fakultät für Architektur,
Dissertation (2020)

Zwischen Küche und Stadt. Zur Verräumlichung gegenwärtiger Essenspraktiken

Essen und Kochen stehen im medial-öffentlichen Interesse. Gleichzeitig wird im Alltag deutscher Großstädter immer seltener selbst gekocht, während das Angebot an zeitlich und räumlich flexibilisiertem schnellen Essen außer Haus, Lieferdiensten und dergleichen wächst. Was ist also in der Küche los, wenn dort immer weniger gekocht und gegessen wird und es andererseits kaum noch einen Ort gibt, an dem nichts konsumiert wird?

Während ‚Essen‘ und die zugehörige Nahrungszubereitung multidisziplinär erforscht wurden, ist über deren gegenwärtige alltagsräumliche Zusammenhänge wenig bekannt. Angesiedelt zwischen Architektur- und den kulturwissenschaftlich geprägten Sozialwissenschaften, schließt die empirische Gegenwartsbetrachtung von Essenspraktiken und ihren räumlichen (Un-) Ordnungen im urbanen Kontext deutscher Großstädte diese Forschungslücke.

Der Vielschichtigkeit des Forschungsgegenstands wird mit einer interdisziplinären Methodenkombination aus qualitativer Sozialforschung und zeichnerische Analyse begegnet. Ausgangspunkt bildet die Küche in Berliner Privathaushalten. Diese führt den Leser an weitere Untersuchungsorte in der Stadt, wie Verkehrsknotenpunkte, Teeküchen oder gastronomische Einrichtungen. So werden Einblicke in eine mehr als 100 Fallbeispiele umfassende Untersuchung gegeben. Historische Exkurse bilden dabei den Hintergrund zur Einordnung der beschriebenen Phänomene.

Anhand des Begriffs der Verräumlichung der Essenspraktik werden raum-zeitliche Nutzungsmuster, die Bedeutung von Räumen und deren Entstehung und Veränderung in der prozesshaften Aneignung befragt. Dabei zeigen sich transitorische Essenspraktiken, die Inversion von Sphären wie Privat und Öffentlich, räumliche Neuordnungen und Entgrenzungen zwischen Privathaushalt und Stadt sowie die Wirkmächtigkeit und Widerständigkeit bestehender räumlicher Strukturen und materieller Objekten in der Küche zu Hause und andermorts. Als wesentlich Determinante dieser Phänomene der Verräumlichung gegenwärtiger Essenspraktiken wird die „gesellschaftliche Beschleunigung“, wie sie der Soziologe Hartmut Rosa 2005 beschrieben hat, identifiziert.

Die Arbeit hat zweierlei Ergebnisebenen: Erstens eine Beschreibung der Phänomene der Verräumlichung gegenwärtiger Essenspraktiken und deren dahinterliegende Wirkmechanismen als Kernphänomen und konkreten Beweis für Rosas Theorie; zweitens das Erproben eines Arbeitens mit dem Begriff der Verräumlichung als Teil einer Methode, die sozialwissenschaftliche und architektonische Fragestellungen miteinander verschränkt. Sie eröffnet tiefe Einblicke in die gegenwärtigen räumlichen Zusammenhänge des urbanen Essalltags deutscher Großstädter von der Küche im Privathaushalt über den Tellerrand hinaus in die Stadt. Sie zeigt aber vor allem die enge Verflochtenheit der Essenspraktiken mit sämtlichen Bereichen des Lebensalltags.



Bildrecht: Foto Weber, Würzburg

M.Sc. Laura Hoffmann

Hochschule Fulda,
Public Health Nutrition,
Masterarbeit (WiSe 2019/20),
Betreuerinnen: Silvia Heckenhahn, Prof.ⁱⁿ Dr. Kathrin Kohlenberg-Müller

Was wir essen: Vergleich validierter Erhebungsmethoden für die Diet History in der prozessgeleiteten Ernährungsberatung und -therapie

In der Ernährungsberatung/-therapie stehen im Fokus individuelle Empfehlungen nicht nur zu den Fragen „Was wir essen“, sondern auch „wann“, „wo“, „wie“, „warum“ und „mit wem“. Um physische, psychische und soziokulturelle Aspekte in der Ernährungsberatung/-therapie berücksichtigen zu können, hat das prozessgeleitete, evidenzbasierte Handeln in den vergangenen Jahren an Bedeutung gewonnen. Am Beginn der prozessgeleiteten Ernährungsberatung/-therapie steht die Sammlung klient*innenbezogener Daten im diätetischen Assessment. Die Diet History stellt hierfür eine Schlüsselkategorie dar, um zu erheben „was“ durch die Klient*innen gegessen wird (1).

Ziel der Arbeit war, eine Übersicht zur evidenzbasierten Ausgestaltung der Diet History zu leisten und daraus Empfehlungen für deren Einsatz in der prozessgeleiteten Ernährungsberatung/-therapie abzuleiten.

In einer systematisch angelegten Literaturrecherche wurden zwischen Oktober und Dezember 2020 in den Datenbanken Pubmed (MEDLINE), Embase und Web of Science validierte Erhebungsmethoden, die auf der Selbstauskunft der Befragten basieren, recherchiert und nach dem STARD-Statement (2) und Best Practice Kriterien für Ernährungserhebungsmethoden (3) bewertet.

Es wurden 31 Publikationen zu 24-Stunden-Recalls, Ernährungsprotokollen und fotobasierten Methoden eingeschlossen. Lediglich 4 Studien fokussierten die Anwendung in der Ernährungsberatung/-therapie, die anderen waren überwiegend auf die Ernährungsepidemiologie ausgerichtet. Keine der Studien ging explizit auf das prozessgeleitete diätetische Handeln ein. Es zeigte sich ein deutlicher Trend hin zu elektronischen Instrumenten, die durch die Teilnehmenden selbst durchgeführt und (teilweise) automatisch ausgewertet werden.

Alle drei Erhebungsmethoden können nur eingeschränkt für die Erhebung der Diet History empfohlen werden. Die Studienlage zur Validierung für die Ernährungsberatung/-therapie ist begrenzt. Nach Bewertung der Studienqualität und aufgrund der Ergebnisse zur Validierung kann keine der genannten Methoden uneingeschränkt empfohlen werden. Die Gefahr von methodenabhängigen Verzerrungen bleibt bestehen. Handlungsempfehlungen für die Anwendung der Methoden zur Erhebung der Diet History beziehen individuelle Merkmale der Befragten sowie die Gestaltung und Durchführung der Erhebungsinstrumente ein. In den Fokus rücken elektronische Methoden: Auditive und visuelle Hilfefunktionen und die Verwendung von Fotofunktion und Sprachaufzeichnung können die Genauigkeit der Angaben erhöhen. Die Genauigkeit einer automatischen Auswertung wird mithilfe einer Überprüfung durch eine Ernährungsfachkraft gesteigert.

Im Sinne der Evidence-based Dietetic Practice sind hinsichtlich der Ausgestaltung der Diet History im Kontext des prozessgeleiteten diätetischen Handelns mehr Studien erforderlich, um die Frage, „was“ Klient*innen essen, stärker zu fokussieren und in den Zusammenhang mit den Fragen „wann“, „wo“, „wie“, „warum“ und „mit wem“ sie essen setzen zu können.



Bildrecht: Dr. Ines Perrar

Dr. Ines Perrar

Rheinische Friedrich-Wilhelms-Universität Bonn,
Institut für Ernährungs- und Lebensmittelwissenschaften,
Ernährungsepidemiologie,
Dissertation (2020),
Betreuerin: Privatdozentin Dr. Ute Alexy

Zuckerkonsum von Kindern und Jugendlichen in Deutschland

Hintergrund

Eine hohe Zuckerzufuhr, insbesondere an zugesetzten (ZZ) oder freien Zuckern (FZ) sowie ein hoher Konsum an zuckergesüßten Getränken (engl. Sugar Sweetened Beverages, SSB) wird zunehmend mit Übergewicht und Adipositas sowie metabolischen und kardiovaskulären Erkrankungen in Verbindung gebracht. Kinder und Jugendliche stellen eine vulnerable Gruppe für eine hohe Zuckerzufuhr dar. Bislang verfügbare Daten zur Zuckerzufuhr in Deutschland deuten auf eine hohe Zufuhr in dieser Altersgruppe hin. Aktuelle und detaillierte Daten fehlten jedoch.

Methodik

Ziel der vorliegenden Studien war es daher, anhand polynomialer gemischter Regressionsmodelle, Alters- und Zeittrends in der Zuckerzufuhr (Gesamtzucker (GZ), ZZ, FZ; Studie I) sowie Trends in der Zufuhr an FZ aus Lebensmittelgruppen (u. a. SSB) (Studie II) von Kindern und Jugendlichen von 1985 bis 2016 zu untersuchen. Da Selbstangaben zur Zuckerzufuhr anfällig für Verzerrungen sein können, wurden zusätzlich Trendanalysen der Fruktose-, Saccharose- und Fruktose+Saccharoseausscheidung im 24h-Urin als validierte Biomarker für die GZ-Zufuhr durchgeführt (Studie III). Alle Studien basieren auf Daten (u. a. 3-Tage-Wiege-Ernährungsprotokolle und 24h-Urine) der Dortmund Nutritional and Anthropometric Longitudinal Designed (DONALD) Studie.

Ergebnisse

Studie I (nProband*innen=1.312; 3-18 Jahre; nProtokolle=10.761) zeigte einen Rückgang der Zufuhr an GZ, FZ und ZZ seit 2005, insbesondere seit 2010. Während jüngere Kinder eine höhere GZ-Zufuhr als ältere Kinder aufwiesen, zeigten die ältesten Kinder die niedrigste FZ-Zufuhr und die jüngsten Kinder die niedrigste ZZ-Zufuhr. Studie II (nProband*innen=1.312; 3-18 Jahre; nProtokolle=10.761) zeigte insbesondere in den letzten Jahren einen Rückgang der FZ-Zufuhr aus Säften, SSB, Zucker & Süßigkeiten sowie Milchprodukten. Der Rückgang der FZ-Zufuhr aus Zucker & Süßigkeiten war allerdings am wenigsten ausgeprägt und blieb die Hauptquelle für die FZ-Zufuhr im gesamten Beobachtungszeitraum. Die FZ-Zufuhr aus SSB nahm mit dem Alter zu. Die jüngsten Kinder zeigten die höchste Zufuhr an FZ aus Säften und Milchprodukten, während Kinder im Grundschulalter die höchste Zufuhr an Zucker & Süßigkeiten aufwiesen. Studie III (nProband*innen=492; 8,5-16,5 Jahre; nProtokolle=997) bestätigte den Rückgang der GZ-Zufuhr anhand von Biomarkern, nicht aber den Alterstrend in der GZ-Zufuhr.

Schlussfolgerung

Die Zuckerzufuhr (GZ, ZZ, FZ sowie FZ aus Lebensmittelgruppen) ist seit 2005 rückläufig. Dieser Trend wurde durch Biomarker bestätigt. Trotzdem liegt die mediane FZ-Zufuhr weiterhin deutlich über den von verschiedenen Fachgesellschaften empfohlenen 10 Prozent der Tagesenergiezufuhr. Gezielte alters- und lebensmittelgruppenspezifische Public Health Maßnahmen sind nötig, um einen weiteren Rückgang der Zuckerzufuhr bei Kindern und Jugendlichen zu unterstützen



M.A. Noële Josephine Dittrich

M.A. Nina Förster

Pädagogische Hochschule Schwäbisch Gmünd,

Lehramt Sekundarstufe I,

Masterarbeit,

Betreuerinnen: Prof.ⁱⁿ Dr. Petra Lührmann, Prof.ⁱⁿ Dr. Christine Brombach (Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften)

Ausgewählte Ansatzpunkte für den Klimaschutz im Ernährungsbereich: Entwicklung und Evaluation eines Unterrichtsmanuals im schulischen Kontext der Sekundarstufe I des Faches Alltagskultur, Ernährung, Soziales (AES)

Die Art und Weise, wie wir konsumieren, uns ernähren, aber auch die Produktion unserer Lebensmittel beeinflusst nicht nur die menschliche Gesundheit, sondern geht auch mit planetaren Belastungen einher. Rockström et al. (2009) entwickelte das Konzept der planetary boundaries, welches die globalen Umweltveränderungen aufzeigt. Dabei gibt es neun planetare Grenzen, die jeweils einen Prozess repräsentieren, der für die Regulierung der Stabilität des Planeten von Bedeutung ist und innerhalb dessen sich die Menschen bewegen sollten, um die Widerstandsfähigkeit der Erde zu gewährleisten (2). Die globale Nahrungsmittelproduktion bedroht die Stabilität des Klimas und der Ökosysteme dramatisch und stellt den obersten Antrieb für die Überschreitung der planetaren Grenzen dar, denn vier der neun Grenzen sind bereits überschritten. Das verdeutlicht auch das Ergebnis des Summary Reports der EAT-Lancet Commission: „Taken together, the result is catastrophic. A radical transformation of the global food system is urgently needed.“ (2).

Ergebnisse einer Repräsentativbefragung des Bundesministeriums für Umwelt, Naturschutz und nukleare Sicherheit sowie des Umweltbundesamtes (2020) zeigen, dass rund ein Viertel der Befragten die Meinung vertreten, dass Schulen einen wichtigen Beitrag für den Umwelt- und Klimaschutz leisten können. Allerdings sagt die Hälfte der Befragten auch, dass diese hier eher nicht genug leisteten. Im Bildungsplan 2016 Baden-Württemberg (4) ist das Thema Ernährung und Klimaschutz sowohl im Wahlpflichtfach Alltagskultur, Ernährung und Soziales (AES) als auch in der Leitperspektive Bildung für nachhaltige Entwicklung verankert und bietet zahlreiche Anknüpfungspunkte für einen lebensweltbezogenen Unterricht.

Ziel der Arbeit war daher die Konzipierung und Evaluation eines handlungs- und kompetenzorientierten Unterrichtsmanuals zum Thema Klimaschutz und Ernährung für das Fach AES in der Sekundarstufe I. Das Manual berücksichtigt den aktuellen Forschungsstand sowie aktuelle fachdidaktische Prinzipien und ist in die drei Themenbausteine Dem Klimawandel auf der Spur, Lebensmittelverschwendung und Bevorzugung pflanzlicher Lebensmittel gegliedert. Es beinhaltet vorgeplante Unterrichtseinheiten in Form von niveaudifferenzierten Arbeitsblättern sowie einer Lehrerhandreichung mit didaktisch-methodischen Anregungen.

Das entwickelte Manual wurde in einer neunten Klasse der Sekundarstufe I erprobt und evaluiert. Die durch standardisierte Verfahren erhobenen Evaluationsdaten zeigen, dass das Interesse der Schülerinnen und Schüler am Themengebiet gesteigert werden konnte und dieses in der vorliegenden Form eingesetzt werden kann. Außerdem hat sich die Einstellung der Schülerinnen und Schüler durch den konkreten Bezug zur Lebenswelt geändert; sie konnten die Zusammenhänge zwischen ihrem eigenen Ernährungsverhalten und den Auswirkungen auf das Klima reflektieren.



Bildrecht: Franziska Lumpp

B.Sc. Franziska Lumpp

Universität Hohenheim,
Fakultät Naturwissenschaft,
Institut für Ernährungsmedizin,
Ernährungsmanagement und Diätetik,
Bachelorarbeit (SS 2021),
Betreuerin: Prof.ⁱⁿ Dr. Sarah Egert

Der Einfluss von Obst- und Fruchtsaftkonsum auf die Pathogenese von Diabetes mellitus Typ 2

Prospektive Studien vermuten, dass der regelmäßige Konsum von Obst oder Fruchtsaft einen Einfluss auf die Pathogenese von Diabetes mellitus Typ 2 haben könnte. Aktuell sind in etwa eine halbe Milliarde Menschen an Diabetes mellitus erkrankt. Die Zahl der Neuerkrankten steigt weiter an. Daher ist es aus Gründen der Prävention wichtig zu klären, ob bestimmte Lebensmittel das Risiko für Diabetes mellitus Typ 2 erhöhen oder senken. Das Ziel dieser Arbeit war es, anhand einer Literaturrecherche die Hypothese „Der Konsum von Obst, nicht aber der Konsum von Fruchtsaft, erniedrigt das Risiko an Diabetes mellitus Typ 2 zu erkranken.“ zu überprüfen. Dazu wurden in der Datenbank PubMed anhand von Suchbegriffen und Ausschlusskriterien elf prospektive Studien ausgewählt. Acht Studien beschäftigten sich mit dem Zusammenhang von Diabetes und Obst. Bei zwei Studien wurde keine Assoziation zwischen Obstkonsum und dem Risiko für Diabetes mellitus Typ 2 gefunden, während sich bei sechs Studien eine negative Korrelation zeigte. Die Teilnehmer/-innen, welche eine größere Menge bzw. Vielfalt an Obst verzehrten, hatten ein geringeres Risiko an Diabetes mellitus Typ 2 zu erkranken. In neun Studien wurde der Einfluss des Fruchtsaftkonsums auf das Risiko für Diabetes mellitus betrachtet. Hier zeigten vier Studien eine positive Korrelation, während vier Studien keinen und eine Studie einen protektiven Effekt des Fruchtsaftkonsums auf das Risiko für Diabetes mellitus Typ 2 fand. Zusammenfassend lässt sich sagen, dass die Studienlage sehr heterogen ist und die Hypothese nicht abschließend bestätigt oder abgelehnt werden kann. Die Ergebnisse deuten darauf hin, dass Obst das Risiko für Diabetes mellitus Typ 2 senkt und 100 % Fruchtsaft keinen Einfluss auf die Pathogenese hat. Dennoch werden weitere Studien benötigt, um die Zusammenhänge zwischen Obst- und Fruchtsaftkonsum und Diabetes mellitus Typ 2 besser verstehen zu können.

Literaturliste

Was wir essen: Vergleich validierter Erhebungsmethoden für die Diet History in der prozessgeleiteten Ernährungsberatung und -therapie:

- (1) IMPECD (o. J.): Components of Dietetic Assessment. Antwerpen, Fulda, Groningen, Neubrandenburg, St. Pölten.
- (2) Ziegler, A.; König, I. (2011): Vollständiges und präzises Berichten von Studien zur diagnostischen Genauigkeit: Die STARD-Initiative. DMW - Deutsche Medizinische Wochenschrift 136 (08): e16-e19.
- (3) Kirkpatrick, S. I.; Baranowski, T.; Subar, A. F.; Tooze, J. A.; Frongillo, E. A. (2019): Best Practices for Conducting and Interpreting Studies to Validate Self-Report Dietary Assessment Methods. Journal of the Academy of Nutrition and Dietetics 119 (11): 1801–1816.

Ausgewählte Ansatzpunkte für den Klimaschutz im Ernährungsbereich: Entwicklung und Evaluation eines Unterrichtsmanuals im schulischen Kontext der Sekundarstufe I des Faches Alltagskultur, Ernährung, Soziales (AES):

- (1) Bundesministerium für Umwelt, Naturschutz und nukleare Sicherheit & Umweltbundesamt (Hrsg.). (2020). Zukunft? Jugend fragen!. Umwelt, Klima, Politik, Engagement – Was junge Menschen bewegt.
https://www.bmu.de/fileadmin/Daten_BMU/Pool/Broschueren/zukunft_jugend_fragen_studie_bf.pdf
- (2) EAT-Lancet Commission. (2019). Healthy Diets From Sustainable Food Systems. Food Planet Health. https://eatforum.org/content/uploads/2019/01/EAT-Lancet_Commission_Summary_Report.pdf
- (3) Johan Rockström, Will Steffen, Kevin Noone, Asa Persson, F. Stuart Chapin, III, Eric F. Lambin, Timothy M. Lenton, Marten Scheffer, Carl Folke, Hans Joachim Schellnhuber, Björn Nykvist, Cynthia A. de Wit, Terry Hughes, Sander van der Leeuw, Henning Rodhe, Sverker Sörlin, Peter K. Synder, Robert Costanza, Uno Svedin, Jonathan A. Foley. (2009). A safe operating space for humanity. NATURE, 461, 472–475.
- (4) Bildungspläne Baden-Württemberg: www.bildungsplaene-bw.de/