

Umweltbewusste Ernährungsberatung – Realität oder Utopie?

Manuela Jäggi & Linda Moser

Studiengang Ernährung und Diätetik (BSc), ERB16



Einleitung

Die weltweite Nahrungsmittelproduktion macht den grössten Teil der Umweltbelastungen aus [1]. Im Jahr 2012 wurden in der Schweiz im Durchschnitt 28% der Umweltbelastungen durch die Ernährung verursacht [2]. Davon sind 40% auf tierische Produkte zurückzuführen [3]. Ernährungsberaterinnen und Ernährungsberater (ERB) beeinflussen durch ihre Tätigkeit die Lebensmittelauswahl und das Ernährungsverhalten ihrer Klientel. Es stellt sich die Frage inwiefern ERB heute - neben dem gesundheitlichen Fokus - ökologisch nachhaltige Aspekte in die Ernährungsberatung einbringen. Bisher wurden in der Schweiz diesbezüglich keine Daten erhoben.

Fragestellung

«Welche Ernährungsempfehlungen machen diplomierte Ernährungsberaterinnen und Ernährungsberater FH/HF der Schweiz in Bezug auf die ökologische Nachhaltigkeit und welchen Einfluss hat deren persönliche Ansicht?»

Methodik

Die Datenerhebung erfolgte mittels einer quantitativen Online-Umfrage. Bereits durchgeführte amerikanische Studien dienten dafür als Vorlage [4, 5]. Die Studienpopulation umfasste deutsch sowie französisch sprechende diplomierte ERB der Schweiz. Die Datenanalyse erfolgte deskriptiv mittels Jamovi Project® 2018. Offene Textfelder wurden anhand Kategorisierung ausgewertet.

Ergebnisse

Von 317 befragten ERB bezeichnen sich über 90% als umweltfreundlich. Knapp 80% sind der Meinung, dass ERB eine tragende Rolle für eine umweltbewusste Ernährung spielen sollten. Die befragten ERB machen mehrheitlich Ernährungsempfehlungen, welche mit den Empfehlungen der Schweizerischen Gesellschaft für Ernährung (SGE) identisch sind. Bei Fleischprodukten sind dies 69%, bei Fisch und Meeresfrüchten 56% und bei Milchprodukten 72%. Im Gegensatz zu anderen umweltbewussten Massnahmen wird ein saisonaler und regionaler Lebensmittelkonsum mit 90% am häufigsten empfohlen. Im offenen Textfeld wurden die Themen «Hilfsmittel erwünscht», «Umsetzungsschwierigkeiten», «Public Health/Politik», «Berufsverband/SGE» und «Aus- und Weiterbildung erwünscht» am häufigsten erwähnt.

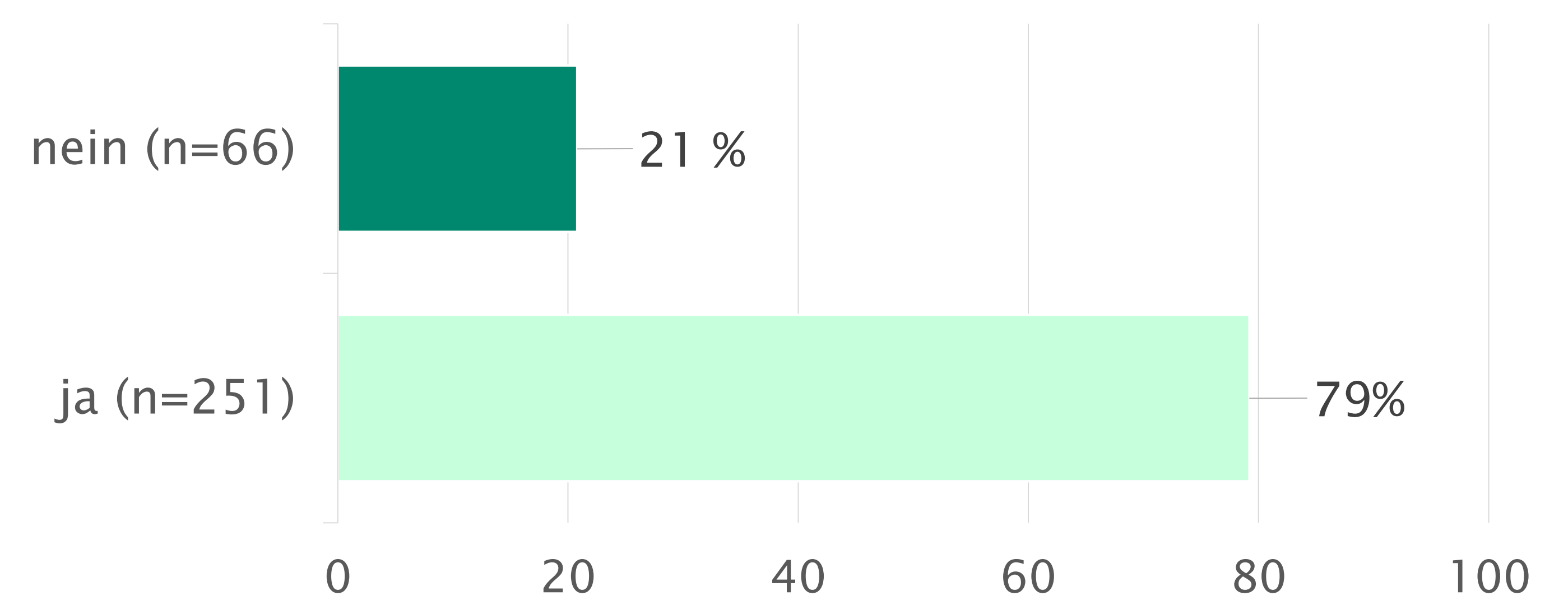


Abbildung 1: Sollten ERB eine tragende Rolle in der Verbesserung einer ökologisch nachhaltigen Ernährung ihrer Klientel spielen?

Diskussion

Die befragten ERB empfehlen bereits eine Ernährungsweise, welche umweltfreundlicher ist als die aktuelle Durchschnittsernährung der Schweizer Bevölkerung [6]. Jedoch sollten Ernährungsempfehlungen anhand neuester wissenschaftlicher Erkenntnisse gemacht werden. Regionalität und Saisonalität werden als wichtiger eingestuft, als deren Effekt auf die Umwelt tatsächlich ist. Effizientere Massnahmen wie eine pflanzenbasierte Ernährung oder ein bewusster Konsum von Genussmitteln sollten gefördert werden.

Schlussfolgerung

Diese Arbeit zeigt auf, dass sich Schweizer ERB für ökologisch nachhaltige Ernährung interessieren. ERB der Schweiz wünschen sich Hilfsmittel für den Berufsalltag sowie Aus- und Weiterbildungsmöglichkeiten zur ökologisch nachhaltigen Ernährung. Auch Engagement der SGE und des Berufsverbandes ist gefragt. Umweltbewusste Ernährungsberatung könnte anhand situationsgerechten Massnahmen zukünftig Realität werden. Dazu bedarf es weiterführender Forschung.

[1] Willett, W., Rockström, J., Loken, B., Springmann, M., Lang, T., Vermeulen, S., . . . Murray, C. J. L. (2019). Food in the Anthropocene: The EAT–Lancet Commission on healthy diets from sustainable food systems. *The Lancet*, 393(10170), 447–492. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(18\)31788-4](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(18)31788-4) [2] Jungbluth, N., Itten, R., & Schori, S. (2012). Environmental impacts of food consumption and its reduction potentials. [3] Jungbluth, N., Itten, R., & Stucki, M. (2012). Umweltbelastungen des privaten Konsums und Reduktionspotenziale: Abschlussbericht. [4] Hawkins, I. W., Balsam, A. L., & Graves, D. (2015). A Qualitative Study of How Registered Dietitians Made the Connection Between Diet, Climate Change, and Environmental Degradation. *Journal of Hunger & Environmental Nutrition*, 10(1), 47–59. <https://doi.org/10.1080/19320248.2015.1004213> [5] Heidelberger, L., Smith, C., Robinson-O'Brien, R., Earthman, C., & Robien, K. (2017). Registered Dietitian Nutritionists' Perspectives on Integrating Food and Water System Issues into Professional Practice. *Journal of the Academy of Nutrition and Dietetics*, 117(2), 271–277. <https://doi.org/10.1016/j.jand.2016.06.38> [6] Chen, C., Chaudhary, A., & Mathys, A. (2019). Dietary Change Scenarios and Implications for Environmental, Nutrition, Human Health and Economic Dimensions of Food Sustainability. *Nutrients*, 11(4). <https://doi.org/10.3390/nu11040856>