



Omnivore Personen konsumieren am meisten hochverarbeitete Lebensmittel der Schweiz

Nathalie Pfister | Bachelor of Science Ernährung und Diätetik | 121

Ausgangslage

Hochverarbeitete Lebensmittel (englisch: ultra processed foods, UFF) werden durch eine Reihe industrieller Prozesse hergestellt:

- Eine hohe UFF-Aufnahme korreliert mit einem erhöhten Risiko für noch übertragbare Krankheiten wie Diabetes, Krebs oder Herz-Kreislauferkrankungen! Als mögliche Ursache werden eine hohe Energiedichte, eine ernährungsphysiologisch unausgewogene Zusammensetzung und eine veränderte Lebensmittelmatrix von UFF diskutiert!
- In der Schweiz stammen 23% der gesamten konsumierten Kalorien aus UFF's. Der europäische Konsum von UFF variiert zwischen 14% und 44% der Gesamtenergieaufnahme!
- Die meisten UFF-Kategorien werden sowohl in der Schweiz als auch in den restlichen europäischen Ländern aus Südkäse, Kuchen und Keksen aufgenommen!
- Wie eine omnivore (OV), vegetarische (VG) oder vegane (VN) Ernährungsweise in der Schweiz mit der UFF-Aufnahme in Zusammenhang stehen wurde bisher nicht untersucht.

Fragestellung

1. Inwiefern unterscheidet sich die Ernährung von Personen mit unterschiedlichen UFF-Aufnahmewerten?
2. Welche Lebensmittelgruppen tragen bei Personen mit einer hohen UFF-Aufnahme zur Aufnahme von UFF bei?

Scan me! Zur Übersicht der häufig konsumierten UFF pro Lebensmittelgruppe

Methode

- Quantitative Sekundäranalyse
- Die in einem Zeitraum von 2010 bis 2018 erfassten Daten wurden abstrahiert und in 10 Gruppen OV, VG, VN eingeteilt und mit UFF...

Ergebnisse

Fette und Öle

Getreide

Obst

Gemüse

Käse

Kuchen

Kekse

Süßwaren

Süßgetränke

Alkohol

Eiweiß

Nüsse

Pflanzliche Milch

Pflanzliche Fleischersatz

Pflanzliche Milch

Pflanzliche Fleischersatz

Diskussion

Die Schweiz...

Schlussfolgerung

UFF haben eine unzureichende Nährwertprofil auf, die...

Abschlusspräsentationen 2024

Bachelor-Thesen am Departement Gesundheit
– Bachelor-Studiengang Ernährung und Diätetik

Freitag, 6. September 2024, 9:00 bis 14:30 Uhr
Murtenstrasse 10, 3008 Bern

Abschlusspräsentationen 2024

Wir begrüßen Sie ganz herzlich zu den Abschlusspräsentationen am Departement Gesundheit der Berner Fachhochschule.

Absolvent*innen des Bachelor-Studiengangs Ernährung und Diätetik präsentieren ihre Bachelor-Thesen der Öffentlichkeit. Damit schliessen sie ihre mit grossem Engagement erarbeitete Thesis und zugleich ihr Studium an der BFH ab.

Die Präsentationsräume/-zeiten sind nachfolgend im Programm aufgeführt. Unsere Absolvent*innen sind vor Ort und geben Ihnen Auskunft zu ihren Thesen.

Abschlusspräsentationen

1. Etage: Bachelor-Studiengang Ernährung und Diätetik

Seite 3

Lageplan und Anfahrt zur Murtenstrasse 10, 3008 Bern



Anreise

Das Departement Gesundheit der Berner Fachhochschule erreichen Sie ab dem Hauptbahnhof Bern in wenigen Minuten zu Fuss oder mit Bus und Postauto bis Haltestelle «Inselplatz»:

- Bus Nr. 12, Richtung Holligen
- Postauto Kurs 100, Richtung Aarberg
- Postauto Kurs 101, Richtung Hinterkappelen/Kappelenring

Bachelor-Studiengang Ernährung und Diätetik

1. Etage – Präsentationen Räume 120/121

Nr.	Titel der Bachelor-Thesen	Studierende	Zeit
	PowerPoint-Präsentation		
01	Hormone und Essverhalten – Eine quantitative Umfrage zum Zusammenhang zwischen der Östrogen-Gestagen-Pille und dem Essverhalten	Kongrava Saichun	09:00
02	Essen. Was? Wie? Wann? Warum? – Entwicklung eines Fragebogens zur Ernährungskompetenz bei Menschen mit einer kognitiven Beeinträchtigung	Stäger Rhea	09:20
03	Energie- und Makronährstoffversorgung von Armeeangehörigen – alles im grünen Bereich? – Eine Pilotstudie mit quantitativer Auswertung	Muster Rahel	09:40
04	Lebensmitteltreppen in der Ernährungsberatung bei Nahrungsmittelallergien – eine Befragung in Spitälern und Praxen	Röhler Anaïs	10:00
	Pause		10:20
05	Natürlich gesüsste Produkte: Gesundheitsvorteile oder Marketingstrategie? – Eine quantitative Auswertung	Thommen Sarah	10:40
06	Versteckte Essstörung: Wie Ernährungsberater*innen einen Verdacht auf eine Binge-Eating-Störung bei Adipositas identifizieren	Zurfluh Sophie	11:00
07	Mangelernährung im Alter: Die Umsetzung der Proteinanreicherung in Schweizer Alters- und Pflegeheimen – eine quantitative Analyse	Gfeller Patrick, Sommer	11:20
	Mittagspause		11:40
08	Adipositas-Screening bei Querschnittlähmung: Relevante Beurteilungskriterien in der Ernährungsberatung – eine Delphi-Studie	Leibundgut Aline	12:40
09	Disordered Eating and Irritable Bowel Syndrome: Connecting Threads – A Comprehensive Narrative Review	Husmann Frederike	13:00
10	Inhaltliche Schwerpunkte bei ernährungstherapeutischen Nachbetreuungen von bariatrischen Patient*innen – eine qualitative Untersuchung	Müller Nadine	13:20
	Ende der Abschlusspräsentationen		13:40

1. Etage – Präsentationen Räume 121/122

Nr.	Titel der Bachelor-Thesen	Studierende	Zeit
	Podcast		
11	Grüne Basis, rote Spitze? Wie gut stimmen Nutri-Score und Schweizer Lebensmittelpyramide überein?	Richiger Linah, Schumacher Chiara	09:00
12	Die Schlüsselfunktion der Eltern: Ihre Rolle in der Therapie von übergewichtigen Kindern und Jugendlichen	Beeler Marion, Gröbli Rahel	09:20
13	Unsicherheiten am Familientisch: Elterliche Bedürfnisse bei der Beikosteneinführung und die Rolle der Ernährungsberatung	Gisler Céline, Scheidegger Lara	09:40
14	Proteinaufnahme bei Sportler*innen - wie unterscheiden sich die drei Ernährungsweisen omnivor, vegetarisch und vegan? – Eine quantitative Sekundäranalyse	Langenegger Sina, Wunderlin Oona	10:00
	Pause		10:20
15	Vom Klassenzimmer zum Esstisch: Die Umsetzung des Lehrplans 21 im Bereich Ernährung an Primarschulen im Kanton Luzern	Alario Chiara, Itin Fiona	10:40
16	Die Depression als Komorbidität bei Adipositas: Interaktionen und ihre Bedeutung für die Ernährungsberatung – ein narrativer Review	Ludi Angela	11:00
17	Ganzheitliche Ressource oder nur Energieverbrauch? Einfluss körperlicher Aktivität auf das Essverhalten: Wahrnehmungen von Personen mit Hochgewicht – eine qualitative Auswertung	Gugler Nadine	11:20
	Mittagspause		11:40
18	Herausforderungen von Ernährungsberater*innen bei hochgewichtigen Personen mit emotionalem Essverhalten	Bürgi Rachèle, Widmer Adriana	12:40
19	Mehr als nur Mahlzeiten: Ernährungswelten in sozialpädagogischen Institutionen – eine qualitative Auswertung	Perumbuli Laura	13:00
20	Erfrischung mit Nebenwirkung: Kinderwissen über Süssgetränke	Hänggi Anaëlle, Rohr Michelle	13:20
	Pause		13:40
21	Mangelernährungsmanagement in Berner Altersheimen. Ausreichend oder doch mangelhaft? – Eine qualitative Auswertung interprofessioneller Fokusgruppeninterviews	Kaiser Michel	14:00
	Ende der Abschlusspräsentationen		14:20

1. Etage – Präsentationen Räume 124/125

Nr.	Titel der Bachelor-Thesen	Studierende	Zeit
Science Slam			
22	Relative energy deficiency in sports (REDs) – ein unterschätztes Risiko im Nachwuchssport?	Friedli Mario	09:00
23	Ernährungsgewohnheiten von Veganer*innen: Empfehlungen vs. Realität – eine quantitative Sekundäranalyse	Hugo Tabea, Rohrer Linda	09:20
Poster			
24	Einbezug der Ernährungsberatung in den REDs Screening- und Behandlungsprozess – ein Wunschenken oder Realität?	Obojes Nadines	09:40
25	Rolle der Ernährungsberatung bei der Aufrechterhaltung von Verhaltensänderungen nach einer Saxendatherapie	Jucker Lisa, Zurkinder Emma	10:00
Pause			10:20
26	Lebensqualität in der Ernährungsberatung bei Reizdarmsyndrom – Beurteilung der Eignung verschiedener Fragen durch Betroffene	Müntener Jasmin, Schafer Julia Laura	10:40
Schulungsvideo			
27	Hauptsache Pasta: Picky Eating Management in Berner Kitas	Boschung Salomé, Riolo Carla	11:00
28	Vom Spital in den Alltag: Ernährungstherapeutische Nachbetreuung von heimenteral ernährten Patient*innen – eine qualitative Arbeit	Schwarzenbach Andrina	11:20
Mittagspause			11:40
TED Talk			
29	Dietary Influences on Acne Vulgaris – A Systematic Review of Evidence-Based Nutritional Approaches	Singh Maya	12:40
PowerPoint-Präsentation			
30	Von Nudeln über Fufu bis Ugu – eine Erhebung der Ernährungsvielfalt von Jugendlichen in Nigeria	Griesser Carina	13:00
31	Bedürfnisorientierte Empfehlungen für die Ernährungsberatung bei Cystischer Fibrose unter Modulatoren-Therapie	Odermatt Fabienne, Zimmermann Tanja	13:20
Ende der Abschlusspräsentationen			13:40

Berner Fachhochschule

Departement Gesundheit

Murtenstrasse 10

3008 Bern

Telefon +41 31 848 35 00

gesundheit@bfh.ch

bfh.ch/gesundheit