

# Ernährungsstudien: Kritik zwischen den Zeilen

## Über die Qualität von Ernährungsstudien und -empfehlungen

**Am 11. Juni lud das forum. ernährung heute zum dritten „f.eh-im-Dialog“. Ziel dieses Formates ist ein fokussiertes Update zu Ernährungs- und Lebensmittelfragen. Diesmal im Blickpunkt: Ernährungsstudien. Zu diesem Zweck kamen Fachreferenten aus den Bereichen Statistik, Ernährungssoziologie sowie Epidemiologie und Evidenzbasierte Medizin im Wiener Mediatower zusammen und diskutierten mit rund 60 Vertretern aus Wirtschaft, Politik und der ernährungswissenschaftlichen Fachcommunity.**

Basis für das Formulieren von Ernährungsbotschaften und -empfehlungen muss immer eine valide Forschung und das richtige Einordnen der Ergebnisse sein. In der Praxis gibt es jedoch eine Reihe von Stolpersteinen. So wird nicht selten Korrelation mit Kausalität gleichgesetzt oder Risiken werden missverständlich kommuniziert.

### Korrelation vs. Kausalität

Länder mit hohem Schokoladekonsum haben mehr Nobelpreisträger! Diese Korrelation kann tatsächlich durch Daten dargestellt werden. Allerdings bedeutet ein Zusammenhang noch nicht Kausalität. So wurde in diesem Beispiel etwa der durchschnittliche Schokoladeverzehr je Land herangezogen und nicht der tatsächliche Schokoladekonsum der Nobelpreisträger. Zudem bezog sich der Konsum auf die vergangenen beiden Jahre, während die Nobelpreisträger auf ein gesamtes Jahrhundert verteilt waren. Da sich der Schokoladekonsum im Laufe der Jahrzehnte deutlich verändert hat, kann aus dem aktuellen Verzehr kein Schluss hinsichtlich vergangener Perioden gezogen werden. Korrelation beinhaltet also nie automatisch Kausalität. „Häufig überlagern sich ganz einfach Trends“, erklärt Matthias Templ vom Institut für Statistik und Wahrscheinlichkeitstheorie der TU Wien.

### Relativ oder absolut?

Prozentangaben in Bezug auf eine Risikoänderung durch Ernährungsmaßnahmen sind ebenfalls häufig Stolpersteine in der Interpretation von Studienergebnissen. Ändert sich beispielsweise die Sterblichkeit von 2,5 % auf 2,0 %, so bedeutet das eine Verringerung des relativen Risikos um 20 %. Ausgedrückt als absolutes Risiko steht es hingegen für eine Verringerung um 0,5 Prozentpunkte. Ersteres bezieht sich nur auf die Todesfälle, Letzteres auf alle Untersuchten bzw. die Risikoänderung in der Gesamtbevölkerung. Wird das relative Risiko angegeben, neigen Leser häufig dazu, den Effekt einer Maßnahme zu überschätzen.

## Systematisches Vorgehen

„Man erhält den Eindruck, dass die Ernährungswissenschaft in den Medien als unseriöse Wissenschaft abgekanzelt wird“, beklagt Isolde Sommer vom Department für Evidenzbasierte Medizin und Klinische Epidemiologie an der Donau-Universität Krems. Der gewaltigen Datenflut im Ernährungsbereich Herr zu werden, ist keine leichte Aufgabe. Eines der derzeit besten Instrumente ist das Scientific Review. Gemeinsam mit Meta-Analysen und randomisierten klinischen Studien (RCT) entsprechen diese derzeit der besten Evidenz. Dennoch bleiben immer noch genügend Unsicherheiten. Wie geht man damit um, wenn es gilt, aus der Datenlage konkrete Empfehlungen zu formulieren? Lässt man – wie in der Medizin – lediglich randomisierte klinische Studien zu, um zu einer Empfehlung zu gelangen? Aber was tun, wenn keine vorliegen? „Hier geht es darum, Nutzen und Schaden abzuwiegen“, erklärt Ursula Griebler von der Österreichischen Cochrane Zweigstelle (ÖCZ) an der Donau-Universität Krems. Daher wird bei schwacher Beweislage eine Ernährungsempfehlung oft aus vorhandenen Daten formuliert. Diese kommt leider meist als Ergebnis von Expertendiskussionen zustande, in die manchmal auch die Interessen der Teilnehmer sowie wirtschaftliche und politische Überlegungen einfließen. „Man muss sich darüber im Klaren sein, dass es keine wirklich unabhängigen Experten gibt, weil Wissen immer deutlich positions- und perspektivenabhängig ist“, mahnt Daniel Kofahl vom Büro für Agrarpolitik und Ernährungskultur (APEK).

So kommt es dazu, dass sich Ernährungsempfehlungen mit der Zeit ändern und je nach Land unterscheiden, weil es Differenzen bei der Beurteilung der Datenlage gibt. Absolute Vorreiter sind Deutschland und die USA. Hier läuft der Prozess bei der Entwicklung von Ernährungsempfehlungen transparent, systematisch und gut dokumentiert ab.

Dr. Daniel Kofahl, Dipl.-Soz., Mag. Ursula Griebler, PhD, MPH, Mag. Isolde Sommer, PhD, MPH,  
Matthias Templ, Mag. Marlies Gruber

Präsentationen und Fotos des f.eh-Dialog:

<http://www.forum-ernaehrung.at/events/feh-dialog-ernaehrungsstudien-kritik-zwischen-den-zeilen/>

## Aviso: Kommunikation im Visier

Fortgesetzt wird das Thema im Rahmen des f.eh-Symposiums am 24. September 2015 in der Wiener Albert Hall. Dabei wird es um die Kommunikation von Fakten und deren Bedeutung sowie die Wirkungen von Kommunikation gehen. Mehr dazu unter: [www.forum-ernaehrung.at/symposium-2015](http://www.forum-ernaehrung.at/symposium-2015)

von Mag. Angela Mörixbauer  
[am@eatconsult.at](mailto:am@eatconsult.at)