

Aktuelle Forschungsprojekte - ein Wissenschafts-Update zum Österreichischen Ernährungsbericht 2017

Im November wurde der Österreichische Ernährungsbericht 2017 veröffentlicht. Ziel der nationalen Studie war es, die Frage „Wie is(s)t Österreich?“ zu beantworten.

Die Datenerhebungen zum Österreichischen Ernährungsbericht wurden vom Department für Ernährungswissenschaften 2017 bereits zum fünften Mal im Auftrag des Bundesministeriums für Gesundheit und Frauen in Kooperation mit weiteren Institutionen und Organisationen durchgeführt.

Die aktuelle Studie zeigt Ernährungsgewohnheiten der erwachsenen österreichischen Bevölkerung, inklusive Daten zum Außer-Haus-Verzehr sowie der Ernährungsversorgung in Gesundheitseinrichtungen auf.

Genauso wie die vorangegangenen Ausgaben (2012, 2008, 2003, 1998), dient der Bericht als Basis für die Implementierung von Maßnahmen in der Gesundheitsförderung. Gleichzeitig soll das Bewusstsein für eine gesunde Ernährung gesteigert werden.

Österreichischer Ernährungsbericht

2017



Österreichischer Ernährungsbericht 2017

Studiendesign und Stichprobe

Vor Beginn der Hauptstudie wurde eine Pilotphase mit 48 Personen durchgeführt, um die eingesetzten Erhebungsinstrumente bestmöglich anpassen zu können. Die tatsächliche Erhebung fand zwischen Juli 2014 und Juni 2016 statt.

Der Schwerpunkt des Ernährungsberichts 2017 wurde auf Erwachsene im Alter von 18 bis 64 Jahren gelegt, die Rekrutierung erfolgte durch ein mehrstufiges Clustersampling. Zahlreiche Betriebe, Ausbildungsstätte u.v.m. konnten zur Teilnahme gewonnen werden, wodurch die angestrebte Diversität der österreichischen Bevölkerung erreicht wurde.

Die erhobenen Daten repräsentativ für österreichische Erwachsene hinsichtlich Geschlecht sowie der drei Erwachsenenaltersgruppen laut DACH-Referenzwerten, jedoch nicht in weiteren Bereichen wie z.B. sozialer Status oder Ausbildung.

Bei dieser Querschnittsstudie ergab sich unter den freiwilligen Teilnehmern eine Verteilung mit deutlich mehr Frauen (n=1347) als Männern (n=782). das ungleiche Geschlechterverhältnis

Datenerhebung und Auswertung

Um eine möglichst breite Datenlage zu ermöglichen, erfolgte die Erhebung auf verschiedene Arten: mittels Online-Fragebogen, anthropometrischen Messungen sowie 24-Stunden-Recall.

Zu den via Internet-Fragebogen vorab erfassten Daten zählten soziodemographische Merkmale (d.h. Geschlecht, Alter, Familienstand etc.), sowie Gesundheitsfaktoren (u.a. Rauchverhalten, Alkoholkonsum, Medikamentenkonsum). Weiters wurden die Verzehrshäufigkeit von Lebensmitteln und Nahrungsergänzungsmitteln mittels Food Frequency Questionnaire (FFQ) bzw. das Bewegungsverhalten mittels Global Physical Activity Questionnaire (GPAQ) erhoben.

Die anthropometrischen Daten wurden mittels standardisierten Verfahren von eingeschulten Studien-Mitarbeitern erfasst (Körpergewicht und -größe, Taillen- und Hüftumfang) bzw. weitere Kennzahlen auf deren Basis errechnet (Body Mass Index).

Ergänzend fand eine Analyse der Körperzusammensetzung mittels bioelektrischer Impedanzanalyse (BIA) in einem Subsample statt.

Bei der Erhebung der Lebensmittelaufnahme wurde ein einmalig wiederholter 24-Stunden-Recall durch geschulte Studien-Mitarbeitern durchgeführt, wofür eine für Österreich adaptierte Version der Software „GloboDiet“ einschließlich eines Fotobuchs mit standardisierten Portionsgrößen zur besseren Quantifizierung des Verzehrs eingesetzt wurde. Diese Vorgehensweise entspricht den Vorgaben des von der EFSA initiierten „EU Menu-Projekts“, wodurch auch ein europaweiter Vergleich der erhobenen Verzehrdaten möglich ist.

Die Auswertung von Energie- und Nährstoffgehalten erfolgte auf Basis des Bundeslebensmittelschlüssels.

Ergänzend zu den zentralen Daten zu Energie- und Nährstoffaufnahme, enthält die Studie auch Details zum Außer-Haus-Verzehr von Erwachsenen und dem Ernährungsverhalten von Schülern (auf Basis der Studie „Health Behaviour of School Children“) und der Ernährungssituation in Spitälern (auf Basis des „nutritionDay 2015“).

Zentrale Ergebnisse

Die Zahl der Übergewichtigen bzw. Adipösen in der österreichischen Bevölkerung ist gegenüber dem letzten Bericht aus 2012 relativ konstant, es besteht jedoch weiterhin Handlungsbedarf aufgrund einer hohen Prävalenz von 41,0%. Bei 54% aller Teilnehmer erfolgt im Vergleich zu den DACH-Referenzwerten eine zu hohe Energiezufuhr.

Die mittlere Zufuhr an vielen Vitaminen liegt im Bereich der Referenzwerte (dazu zählen: Vitamin A, D, K, B1, B2, Niacin, B6, Biotin, B12, C). Hingegen wird der Schätzwert der angemessenen Zufuhr von Vitamin E und die empfohlene Zufuhr von Folat im Mittel nicht erreicht.

Bei den Nährstoffen Zink, Kupfer und Mangan wird die empfohlene Zufuhr im Mittel erreicht, hingegen liegt diese bei Eisen (bei jüngeren Frauen) darunter.

Die empfohlenen Verzehrsmengen von Obst und Gemüse sowie ballaststoffreichem Getreide und Milch- und Milchprodukten werden nicht erreicht.

Hingegen liegt der Konsum von Fleisch und Fleischprodukten deutlich über der Empfehlung.

Kontakt

Univ.-Prof. Dr. Jürgen König, Ass.-Prof.ⁱⁿ Dr.ⁱⁿ Petra Rust und Mag.^a Dr.ⁱⁿ Verena Hasenegger

Department für Ernährungswissenschaften

Althanstraße 14, 1090 Wien

E-Mail: juergen.koenig@univie.ac.at, petra.rust@univie.ac.at, verena.hasenegger@univie.ac.at

Den neuen Ernährungsbericht finden Sie unter:

www.bmgf.gv.at/home/Ernaehrungsbericht2017

von Martin W. Reichel, Bakk.rer.nat. MA

martin.w.reichel@univie.ac.at