

# Ernährung im Rampenlicht

PRESSE



## Re-Evaluierung von Chlorid aus Salzsäure und ihren Mineralsalzen

Die EFSA kommt in einer aktuellen Stellungnahme zu dem Schluss, dass die Exposition folgender Substanzen keine Sicherheitsbedenken aufwirft, auch wenn in manchen Altersgruppen (Kleinkinder, Kinder, Adoleszente) die Exposition in der 95. Perzentile leicht über dem Referenzwert von 40 mg Chlorid/kg Körpergewicht pro Tag liegt: Salzsäure (E 507), Kaliumchlorid (E 508), Kalziumchlorid (E 509) und Magnesiumchlorid (E 511)

<https://doi.org/10.2903/j.efsa.2019.5751>

## Novel Food: Bewertung von Phenylcapsaicin

Die EFSA hat die Verwendung von Phenylcapsaicin als neuartiges Lebensmittel in Lebensmitteln für besondere medizinische Zwecke für die Allgemeinbevölkerung ab 11 Jahren mit einem Maximalgehalt von 2,5 mg pro Tag vorgesehen. Diese Menge korreliert mit 36 µg/kg KG bei Erwachsenen und 58 µg/kg KG bei Adoleszenten und ergibt keine Sicherheitsbedenken.

<https://efsa.onlinelibrary.wiley.com/doi/10.2903/j.efsa.2019.5718>

## BfR: Gesundheitsrisiko durch Energy Drinks

Laut EFSA sollten Kinder und Jugendliche nicht mehr als etwa 150 mg Koffein täglich zu sich nehmen. Bei einem Konsum von zwei handelsüblichen Energy Drinks (250 ml, ca. 80 mg Koffein) wird diese Menge jedoch meist bereits überschritten. Gemäß aktueller Befragungen konsumieren 10 % der deutschen Kinder und Jugendlichen aber sogar einen Liter oder mehr an Energy Drinks innerhalb weniger Stunden. Die Risikobewertung des Bundesinstituts für Risikobewertung (BfR) ergab keine unerwünschten Wirkungen für junge, gesunde Erwachsenen bei moderaten Aufnahmemengen. Bei extrem hohen Konsum von einem Liter und mehr können sich aber schwerwiegende Folgen wie Herzklopfen, Kurzatmigkeit, Muskelzittern, Übelkeit, Angstzustände, Nervosität sowie auch Veränderungen im EKG zeigen. Als Maßnahme empfiehlt das BfR verstärkte Aufklärung von Kindern und Jugendlichen.

[https://www.bfr.bund.de/de/presseinformation/2019/17/uebermaessiger\\_konsum\\_von\\_energy\\_drinks\\_erhoeht\\_gesundhe\\_240894.html](https://www.bfr.bund.de/de/presseinformation/2019/17/uebermaessiger_konsum_von_energy_drinks_erhoeht_gesundhe_240894.html)

## Weichmacher in fetthaltigen Produkten in Schraubdeckelgläsern

49 Proben wurden von der AGES im Rahmen einer Schwerpunktaktion auf die Einhaltung der gesetzlichen Vorgaben für Weichmacher überprüft, welche aus Twist-Off Deckeldichtungen in fetthaltige Lebensmittel übergehen können. Sechs Proben wurden wegen zu hoher Gehalte an den Weichmachern ESBO (epoxidiertes Sojabohnenöl), Acetyltributylcitrat und Dibutylsebacat beanstandet, eine wegen nachteiliger Beeinflussung des Lebensmittels.

[https://www.ages.at/wissen-aktuell/publikationen/weichmacher-in-fetthaltigen-lebensmitteln-in-schraubdeckelglaesern/?tx\\_ageswissenaktuellseite\\_pi1%5Bcategory%5D=25](https://www.ages.at/wissen-aktuell/publikationen/weichmacher-in-fetthaltigen-lebensmitteln-in-schraubdeckelglaesern/?tx_ageswissenaktuellseite_pi1%5Bcategory%5D=25)

## Süßkartoffeln im Weinviertel angebaut

Süßkartoffeln aus Österreich? Was auf den ersten Blick exotisch klingt, könnte in Zukunft erfolgsversprechend sein. Laut Landwirtschaftskammer steigt die Nachfrage nach den süßen Kartoffeln an, derzeit werden diese zu einem großen Teil aus den USA, Ägypten und Spanien importiert – und so um die halbe Welt transportiert. Aber jetzt gab es im Weinviertel eine sehr vielversprechende Ernte. Wie viele in Niederösterreich angebaut werden, ist zwar nicht bekannt, aber ein Absatzpotenzial bietet sich wohl jedenfalls.

<https://noe.orf.at/stories/3001404/>

## Frankreich will Titandioxid in Bonbons verbieten

Frankreich plant einen europäischen Alleingang. Ab 2020 will es härtere Gesetze für Süßwarenhersteller

einführen und Bonbons weniger glänzen lassen. Man befürchtet, dass der bleichende Zusatzstoff Titandioxid (E171) gesundheitsschädlich ist. In Europa gibt es Kritik an dem Plan. Frankreich mache es mit der Einschränkung von Titandioxid unmöglich, dieselben Produkte in allen Ländern der EU zu verkaufen – und verstoße damit gegen ein Grundprinzip der EU. Neben Süßigkeiten könnten auch noch andere Lebensmittel und Produkte wie Zahnpasta und Sonnencreme betroffen sein. Titandioxid wird in der EU immer wieder unter die Lupe genommen. 2016 hatte die EFSA dem Stoff Unbedenklichkeit bescheinigt, jüngst hat sie sich für eine Änderung der Spezifikation ausgesprochen.

<https://orf.at/stories/3129245/>

## Neue Referenzwerte für Vitamin B6 und Zink

Die Deutsche Gesellschaft für Ernährung hat die Ableitung der empfohlenen Zufuhr von Vitamin B6 geändert. Sie erfolgt nicht mehr anhand der Referenzwerte für die Proteinzufuhr, sondern auf der Basis von Bilanzstudien mit dem Biomarker Pyridoxal-5'-Phosphat. Auch bei Zink gab es Änderungen bei der Ableitung: Die empfohlene Zufuhr für Erwachsene wird künftig in Abhängigkeit von der Höhe der Phytatzufuhr angegeben.

<https://www.dge.de/presse/pm/neue-referenzwerte-fuer-die-zufuhr-von-zink-und-vitamin-b6/>

## Schützen Bio-Lebensmittel vor Krebs?

Viele Konsumenten kaufen ökologische Lebensmittel, weil sie sich gesundheitliche Vorteile erhoffen. Belegt sind diese nicht eindeutig. Eine 2018 veröffentlichte Publikation kommt zu dem Schluss, dass Menschen, die reichlich Bio-Lebensmittel essen, über einen Zeitraum von knapp fünf Jahren ein um 25 % geringeres Krebsrisiko haben als jene Personen, die kaum solche Produkte zu sich nehmen. Der Zusammenhang war besonders bei Brustkrebs nach den Wechseljahren sowie beim Non-Hodgkin-Lymphom ausgeprägt. Für die Aussage der Studie spricht das große Kollektiv von fast 70.000 Personen. Zu den Schwächen der Untersuchung zählt, dass andere Einflussfaktoren auf das Krebsrisiko nicht eingerechnet wurden. Das Bundesinstitut für Risikobewertung (BfR) hält fest, dass ein geringer Gehalt an Pestizidrückständen in Lebensmitteln als gesundheitlich unbedenklich gilt. Die Höchstgehalte sind so festgelegt, dass ein sehr weiter Abstand zu der Dosis besteht, die im Tierversuch adverse Effekte auslöst. Diese Tatsache steht im Widerspruch zur These der Studienautoren vom Krebsrisiko durch Pflanzenschutzmittel. Um Krebs vorzubeugen, empfiehlt das BfR eine vielseitige, ausgewogene Ernährung mit viel frischem Obst und Gemüse – ganz gleich ob die Produkte aus konventioneller oder biologischer Landwirtschaft stammen.

<https://www.bfr.bund.de/cm/343/sch%C3%BCtzen-bio-nahrungsmittel-vor-krebs.pdf?>

## Kann Musik unser Essverhalten verändern?

Was wir hören, beeinflusst auf verschiedene Art und Weise was und wie wir schmecken – so ein Wissenschaftler

der Oxford University, der in diesem Bereich seit 20 Jahren forscht. Sowohl als Lärm empfundene Klänge als auch Musik in angenehmer Lautstärke beeinflussen unsere Wahrnehmung und Entscheidungen. So kaufen wir bei französischer Hintergrundmusik eher französischen Wein und finden dann mehr Gefallen am Essen im Restaurant, wenn wir die dort gespielte Musik mögen. Ein spannendes Forschungsgebiet ist in diesem Bereich das sogenannte „Sonic Seasoning“ („akustisches Würzen“). Hierbei können Musik und Klanglandschaften bestimmte Geschmacksempfindungen, Texturen, Aromen oder sogar ein bestimmtes Mundgefühl verstärken. Hochfrequente Töne unterstreichen zum Beispiel stärker die süße, niederfrequente die bittere Geschmackswahrnehmung. Bisher wird „Sonic Seasoning“ zwar nur in Nischenbereichen angewendet, aber das Konzept wird immer populärer. Es gibt mittlerweile Fluglinien, die spezielle Sounds für ihre Menüs kreieren (laut Studien schneiden Mahlzeiten um 30 % schlechter beim Geschmack ab, wenn sie im Flugzeug gegessen werden) oder Apps, die aufgrund eines gescannten Etiketts die perfekte Musik zum entsprechenden Wein abspielen. „Sonic Seasoning“ könnte aber möglicherweise zukünftig für gesundheitsförderliche Verhaltensmodifikation von Konsumenten eingesetzt werden, indem es etwa bei Produkten mit weniger Zucker die Wahrnehmung des süßen Geschmacks verstärkt.

<https://www.foodnavigator.com/Article/2019/06/13/Could-music-hold-the-key-to-discovering-healthy-food-that-tastes-good>

## Alternative für Metallbeschichtungen in Verpackungen?

Spezielle Metallbeschichtungen sorgen in vielen Verpackungen für eine längere Haltbarkeit von Lebensmitteln, indem sie das Produkt vor Wasser und Sauerstoff abschirmen. Diese Metall-Kunststoff-Gemische lassen sich jedoch nur schwer in ihre Bestandteile trennen und daher kaum recyceln. Nun haben Forscher in UK einen potentiellen, umweltfreundlicheren Ersatz dafür entwickelt. Auf Basis sogenannter geschichteter Doppelhydroxide (layered double hydroxides = LDH) entwickelten sie mit einer Lösung aus dem Kunststoff PVA eine transparente Beschichtung. Diese lässt sich günstig und umweltfreundlich produzieren und mangels Metallkomponenten besser recyceln, die Tests zur Durchlässigkeit für Wasserdampf und Sauerstoff verliefen ebenfalls äußerst positiv.

<https://www.scinexx.de/news/biowissen/verpackung-gruener-ersatz-fuer-metallbeschichtungen/>

## EFSA veröffentlicht neue Empfehlung zu Phosphat

Die EFSA hat eine neue Einschätzung zur Gesamtaufnahme von Phosphaten aus Lebensmitteln abgegeben. Demnach kann eine bedenkliche Aufnahmemenge erreicht werden, v.a. bei Säuglingen, Kleinkindern und Kindern sowie Jugendlichen, deren Ernährung reich an Phosphat ist. Die Wissenschaftler der Lebensmittelsicherheitsbehörde setzen sich für die Festlegung zulässiger Höchstmengen ein, um den Gehalt von Phosphaten bei Verwendung als Zusatzstoffe in Nahrungsergänzungen zu verringern. Es wurde erstmals auch ein ADI-Wert ermittelt. Dieser liegt bei 40 mg/kg Körpergewicht pro Tag.

<http://www.efsa.europa.eu/de/press/news/190612>

## Macht das Stadtleben schlank?

Die Auswertung der Daten von über 112 Mio. Erwachsenen aus 200 Ländern von 1985 bis 2017 zeigt eine stärkere Zunahme von Übergewicht und Adipositas auf dem Land als in der Stadt. Der durchschnittliche BMI hat sich in diesem Zeitraum bei Frauen um 2,0 und bei Männern um 2,2 erhöht. Umgerechnet sind Erwachsene somit heutzutage etwa fünf bis sechs Kilogramm schwerer als in den 80er Jahren. Über 55 % dieses BMI-Anstieges ist auf ländliche Regionen zurückzuführen, in manchen Ländern – vor allem in solchen mit überwiegend niedrigen und mittleren Einkommen – sind es sogar bis zu 80 %. Dies dürfte auf das heutzutage große Angebot an Möglichkeit für gesunde Ernährung und Bewegung in den Städten zurückzuführen sein. In Ländern mit geringerem Einkommen hat hingegen die Verbesserung der Infrastruktur auf dem Land oft zu weniger körperlicher Arbeit, geringerem Energieverbrauch und eventuell auch einer ungesünderen Ernährung geführt. Die genauen Ursachen sollen noch untersucht werden.

<https://www.bzfe.de/inhalt/macht-landleben-dick-34115.html>

## Lebensmittelsicherheit: Top 3 Sorgen der Europäer seit 2010 unverändert

Die Vereinten Nationen haben den 7. Juni zum ersten Internationalen Tag der Lebensmittelsicherheit erklärt. An diesem Tag wurde auch eine neue Eurobarometer-Umfrage (die erste nach 2010) der EFSA veröffentlicht. Die drei Hauptsorgen der Europäer in Bezug auf Lebensmittelsicherheit waren wie schon 2010: Antibiotika, Hormone und Steroide bei Nutztieren (44 %), Pestizidrückstände in Lebensmitteln (39 %) und Lebensmittelzusatzstoffe (36 %). Neue Themen wie Mikroplastik tauchten das erste Mal auf, die Besorgnis über GVO sank hingegen. Bezüglich Informationen zu Lebensmittelrisiken vertraut die europäische Bevölkerung am meisten Wissenschaftlern (82 %), Verbraucherorganisationen (79 %) und Landwirten (69 %). Nationalen Behörden (60 %) und Einrichtungen der EU (58 %) kommen auf ähnliche Vertrauenswerte wie 2010. Hauptinformationsquelle zu diesem bleibt das Fernsehen (70 %), danach folgen bei den jüngeren Menschen Social Media (45 %), bei den älteren Menschen Zeitung (46 %) und Radio (30 %). Ausgewählte Ergebnisse sowie Links zum Gesamtbericht, den Länderergebnissen sowie Übersichtskarten zu Risiken im Bereich der Lebensmittelsicherheit in den EU-Ländern finden Sie HIER.

<https://www.efsa.europa.eu/de/press/news/190607>