

## Sieben Mythen zum Thema Zucker und Übergewicht

Stand: 30. August 2017

### Mythos 1: „Der Mensch hat einen Zuckerbedarf.“

Wer behauptet das?	Was stimmt wirklich?
<p><b>„Zucker braucht jeder Mensch“</b></p> <p>(Christian Schmidt, Bundesminister für Ernährung und Landwirtschaft<sup>1</sup>)</p>	<p>Es gibt keinen Bedarf, Zucker als Lebensmittel aufzunehmen. Das menschliche Gehirn benötigt zwar etwa 130 Gramm Glucose am Tag, der Körper ist jedoch in der Lage, diese Glucose aus Polysacchariden (z.B. Stärke) z.B. aus Brot oder Nudeln aufzuspalten.<sup>3</sup></p>
<p><b>„Bei Zucker handelt es sich um ein Lebensmittel, was Sie brauchen“</b></p> <p>(Peter Bleser, Parlamentarischer Staatssekretär im Bundesernährungsministerium)<sup>2</sup></p>	<p>Die WHO empfiehlt, maximal 10 Prozent der täglichen Energiemenge durch sogenannte „freie Zucker“ aufzunehmen, besser wären weniger als 5 Prozent. Freie Zucker meint alle in Form von Mono- und Disacchariden zugesetzte Zucker sowie Zucker aus Honig, Sirup und Säften. Einfach ausgedrückt heißt das für eine erwachsene Frau mit einem Energiebedarf von 2000 kcal maximal 50 Gramm, beziehungsweise besser noch 25 Gramm Zucker am Tag.<sup>4</sup></p> <p>Hierzulande nehmen nach Berechnung des Max-Rubner-Instituts Frauen täglich etwa 60 Gramm und Männer etwa 80 Gramm solcher „freien Zucker“ auf – mehr als doppelt so viel wie die WHO empfiehlt.<sup>5</sup></p>

<sup>1</sup> ARD-Sendung „Hart aber fair“, 29. August 2016: „Es ist doch ein Unterschied, ob ich Fett oder Zucker habe, das jeder Mensch braucht“

<sup>2</sup> BR2-„Tagesgespräch“, 25. August 2016

<sup>3</sup> Vgl. European Food Information Council, DIE GRUNDLAGEN, Kohlenhydrate, 07/2012. <http://www.eufic.org/article/de/expid/basics-kohlenhydrate/>

<sup>4</sup> Vgl. Guideline: Sugars intake for adults and children. World Health Organization. 2015

<sup>5</sup> Vgl. Entwurf der Nationalen Strategie für die Reduktion von Zucker, Fetten und Salz in Fertigprodukten des Bundesernährungsministeriums vom Stand 05.04.2017 (unveröffentlicht)

## Mythos 2: „Zucker(-getränke) machen nicht dick.“

Wer behauptet das?	Was stimmt wirklich?
<p><b>„Es besteht keine Kausalität zwischen dem Konsum zuckergesüßter Erfrischungsgetränke und Übergewicht.“</b></p> <p>(Wirtschaftsvereinigung Alkoholfreie Getränke, wafg)<sup>6</sup></p>	<p>Dass ein erhöhter Konsum zuckergesüßter Getränke die Entstehung von Übergewicht fördert, gilt inzwischen als belegt – sowohl im Hinblick auf Erwachsene als auch auf Kinder. Es handelt sich nicht bloß um wissenschaftliche Meinungen einzelner Experten oder Fachorganisationen, sondern um einen wissenschaftlichen Konsens, den zahlreiche medizinische Fachgesellschaften – von der WHO<sup>8</sup> über die British Medical Association<sup>9</sup> bis hin zur internationalen Adipositas Gesellschaft „World Obesity“<sup>10</sup> teilen.</p>
<p><b>„Zucker macht weder dick noch krank.“</b></p> <p>(Wirtschaftliche Vereinigung Zucker, WVZ)<sup>7</sup></p>	<p>Auch für einen hohen Verzehr sogenannter „Freier Zucker“ beziehungsweise zugesetzte Zucker an sich stellt die WHO klar:</p> <p><i>„Freie Zucker tragen zur Gesamtenergiedichte der Ernährung bei und eine höhere Aufnahme freier Zucker bedroht die Nährstoffqualität der Ernährung, da sie viele Kalorien ohne spezifische Nährstoffe liefert, was zu einer ungesunden Gewichtszunahme und einem erhöhten Risiko von Adipositas und verschiedenen nicht übertragbaren Krankheiten führt, insbesondere Karies, die weltweit prävalenteste nicht übertragbare Krankheit.“<sup>11</sup></i></p>
	<p>Analog dazu konstatiert die Bundeszahnärztekammer: <i>„Zuckerreduktion bedeutet Kariesreduktion.“<sup>12</sup></i></p>

<sup>6</sup> [http://www.wafg.de/uploads/tx\\_mpositionen/wafg\\_Position\\_Erfrischungsgetraenke\\_und\\_Uebergewicht\\_Faktenpapier\\_01.pdf](http://www.wafg.de/uploads/tx_mpositionen/wafg_Position_Erfrischungsgetraenke_und_Uebergewicht_Faktenpapier_01.pdf)

<sup>7</sup> [http://www.zuckerverbaende.de/images/stories/docs/pdf/2016\\_Weissbuch\\_Zucker.pdf](http://www.zuckerverbaende.de/images/stories/docs/pdf/2016_Weissbuch_Zucker.pdf)

<sup>8</sup> <http://www.who.int/mediacentre/news/releases/2016/curtail-sugary-drinks/en/>

<sup>9</sup> <https://www.bma.org.uk/-/media/files/pdfs/working%20for%20change/improving%20health/po-foodforthoughtreport-09-07-2015.pdf>

<sup>10</sup> <http://www.worldobesity.org/resources/library/811/>

<sup>11</sup> Übersetzung aus dem Englischen durch foodwatch, Original: „Free sugars contribute to the overall energy density of diets and higher intakes of free sugars threaten the nutrient quality of the diet by providing significant energy without specific nutrients, leading to unhealthy weight gain and increased risk of obesity and various NCDs, particularly dental caries which is the most prevalent NCD globally“, siehe <http://www.who.int/elena/titles/free-sugars-adults-ncds/en/>

<sup>12</sup> [https://www.bzaek.de/fileadmin/PDFs/b14/140925\\_Statement\\_Oesterreich\\_Foodwatch\\_PK.pdf](https://www.bzaek.de/fileadmin/PDFs/b14/140925_Statement_Oesterreich_Foodwatch_PK.pdf)

## Mythos 3: „Der Zuckerverbrauch ist konstant.“

Wer behauptet das?	Was stimmt wirklich?
<p><b>„Der Zuckerabsatz ist seit Jahrzehnten nahezu konstant und kann damit keine wesentliche Ursache des zunehmenden Übergewichts sein.“</b></p> <p>(Wirtschaftliche Vereinigung Zucker, WVZ)<sup>13</sup></p> <p><b>„Fakt ist: Die Absatzzahlen für Zucker bewegen sich seit über 40 Jahren auf einem konstanten Niveau von 35 kg pro Kopf und Jahr.“</b></p> <p>(Bund für Lebensmittelrecht und Lebensmittelkunde, BLL)<sup>14</sup></p>	<p>Der Pro-Kopf-Verbrauch von Haushaltszucker (Saccharose) ist tatsächlich seit etwa 1985 konstant (mit leicht abnehmender Tendenz) bei 30 bis 35 kg im Jahr. Doch diese Statistik ist nur die halbe Wahrheit, denn sie lässt andere Zuckerarten bewusst außen vor. Beispielsweise ist der Glukoseverbrauch im gleichen Zeitraum kontinuierlich gestiegen, von 1,5 kg im Jahr 1960 auf 10,0 kg im Jahr 2012. Insgesamt ist der Pro-Kopf-Verbrauch der Zuckerarten Saccharose, Isoglukose, Glukose und Honig im Zeitraum von 1960 bis 2012 um mehr als 30 Prozent (von ehemals 32,7 kg auf 44 kg) gestiegen.<sup>15</sup></p>

<sup>13</sup> <http://www.zuckerverbaende.de/ernaehrung/ernaehrungsfakten/koerpergewicht.html>, auch zitiert unter: [https://www.ernaehrungs-umschau.de/fileadmin/Ernaehrungs-Umschau/Branchenverzeichnis/MitZucker/WVZ-Broschure\\_Zucker\\_und\\_Koerpergewicht.pdf](https://www.ernaehrungs-umschau.de/fileadmin/Ernaehrungs-Umschau/Branchenverzeichnis/MitZucker/WVZ-Broschure_Zucker_und_Koerpergewicht.pdf)

<sup>14</sup> <https://www.bll.de/de/der-bll/positionen/bll-stellungnahme-aktuell-fur-die-frau-zucker-falle>

<sup>15</sup> vgl. S. 195 unter [http://www.bmel-statistik.de/fileadmin/user\\_upload/010\\_Jahrbuch/Stat\\_Jahrbuch\\_2014.pdf](http://www.bmel-statistik.de/fileadmin/user_upload/010_Jahrbuch/Stat_Jahrbuch_2014.pdf)

## Mythos 4: „Ernährungsbildung ist das beste Mittel gegen Übergewicht.“

Wer behauptet das?	Was stimmt wirklich?
<p><b>„Das beste Gegenmittel ist eine verbesserte Ernährungsbildung schon im Kindesalter.“</b></p> <p>(Bund Ökologische Lebensmittelwirtschaft, BÖLW)<sup>16</sup></p> <p><b>„Ernährungsbildung und Aktionen zur Förderung der Bewegung sind der Schlüssel zum Erfolg in Sachen Übergewichtsprävention.“</b></p> <p>(Christoph Minhoff, Hauptgeschäftsführer des BLL)<sup>17</sup></p>	<p>Die Wirkung von Maßnahmen der Verhaltensprävention, wozu Ernährungsbildung gehört, ist nachweislich sehr begrenzt. Nach Auswertung zahlreicher Studien kommt Professor Manfred James Müller, einer der Vorstandssprecher des staatlich geförderten Kompetenznetzes Adipositas, zu dem Schluss, dass mithilfe von Verhaltensprävention die Prävalenz von Adipositas lediglich um ein Prozent gesenkt werden kann. Die Erfolge seien zudem selektiv und würden „eher bei Kindern schlanker Eltern“ und „aus bildungsstärkeren Familien“ erreicht.<sup>18</sup></p> <p>Die Deutsche Allianz Nichtübertragbare Krankheiten (DANK), ein Zusammenschluss aus 17 medizinisch-wissenschaftlichen Fachorganisationen, leitet aus diesen Ergebnissen ab: „Diese Strategie [Verhaltensprävention] ist gescheitert, die steigende Zahl chronisch Kranker zeigt dies deutlich. Ein Paradigmenwechsel zu einer bevölkerungsweiten Verhältnis-Prävention ist dringend geboten, wie von UN und WHO gefordert.“<sup>19</sup></p> <p>Verhältnisprävention meint in diesem Fall Maßnahmen, die darauf abzielen, die Lebensverhältnisse derart zu gestalten, dass eine gesunde Lebensweise erleichtert wird, beispielsweise durch eine Änderung des Lebensmittelangebots, der Kennzeichnung oder des Marketings.</p>

<sup>16</sup> [http://www.boelw.de/fileadmin/pics/Themen/Forderungen/170118\\_BOELW\\_Grundsatzpapier\\_Bundestagwahl\\_2017.pdf](http://www.boelw.de/fileadmin/pics/Themen/Forderungen/170118_BOELW_Grundsatzpapier_Bundestagwahl_2017.pdf)

<sup>17</sup> <https://www.bll.de/de/presse/pressemitteilungen/pm-20150115-bll-begruesst-bildungsinitiative-ernaehrung-regierungs-fraktionen-cdu-csu-spd>

<sup>18</sup> Vgl. JM Müller. Kompetenznetz Adipositas. Positionspapier des Kompetenznetzes Adipositas. Prävention von Übergewicht und Adipositas. 2013. [https://www.dkfz.de/de/tabakkontrolle/download/Deutsche\\_Konferenzen\\_fuer\\_Tabakkontrolle/11\\_Deutsche\\_Konferenz\\_fuer\\_Tabakkontrolle/Manfred\\_James\\_Mueller\\_2103.pdf?m=1421897700](https://www.dkfz.de/de/tabakkontrolle/download/Deutsche_Konferenzen_fuer_Tabakkontrolle/11_Deutsche_Konferenz_fuer_Tabakkontrolle/Manfred_James_Mueller_2103.pdf?m=1421897700)

<sup>19</sup> Vgl. DANK – Deutsche Allianz Nichtübertragbare Krankheiten. Prävention nichtübertragbarer Krankheiten – eine Gesamtgesellschaftliche Aufgabe. Grundsatzpapier der Deutschen Allianz Nichtübertragbare Krankheiten (DANK), 2016. [http://www.dank-allianz.de/files/content/dokumente/DANK-Grundsatzpapier\\_ES.pdf](http://www.dank-allianz.de/files/content/dokumente/DANK-Grundsatzpapier_ES.pdf)

### Mythos 5: „Wir nehmen heute weniger Kalorien auf als früher.“

Wer behauptet das?	Was stimmt wirklich?
<p><b>„Die Deutschen nehmen heute nachweislich nicht mehr Kalorien auf als früher. Aber sie verbrauchen weniger, weil sie sich weniger bewegen.“</b></p> <p>(Günter Tissen, Geschäftsführer Wirtschaftliche Vereinigung Zucker)<sup>20</sup></p>	<p>Die oft genannte These, dass sich Kinder und Jugendliche heute weniger bewegen als noch vor wenigen Jahrzehnten, lässt sich wissenschaftlich nicht belegen.<sup>22</sup> Auch für Erwachsene gibt es hier keine eindeutigen Ergebnisse. Vielmehr weisen Studien darauf hin, dass die Anzahl der durch Bewegung verbrannten Kalorien (Energieumsatz) heute nicht geringer ist als früher<sup>23</sup> – und auch nicht geringer ist als der Energieumsatz von Bauern in sogenannten Entwicklungsländern.<sup>24</sup></p>
<p><b>„Tatsächlich nehmen die Deutschen heute nicht mehr, sondern eher weniger Kalorien auf als früher.“</b></p> <p>(Zucker Infodienst, Wirtschaftliche Vereinigung Zucker)<sup>21</sup></p>	<p>Ganz anders sieht die Datenlage bei der Kalorienaufnahme aus: Die hat sich in den vergangenen Jahrzehnten nachweislich verändert. Laut der FAO hat der Kalorienverbrauch von Erwachsenen in Deutschland seit 1961 erheblich zugenommen: von durchschnittlich 2885 kcal/Tag (1961) auf durchschnittlich 3499 kcal/Tag (2013).<sup>25</sup> Ein Bericht der Europäischen Kommission bestätigt mit Bezugnahme auf die gleiche Quelle: „Die Kalorienaufnahme ist von 1970 bis 1999 in allen Ländern mit Ausnahme der Schweiz gestiegen.“<sup>26</sup> Und auch die OECD verweist auf diesen Trend.<sup>27</sup></p> <p>Sportliche Aktivität hat einen maßgeblichen Einfluss auf beispielsweise die Herzgesundheit, doch nur einen geringen Einfluss auf das Körpergewicht.<sup>28,29</sup> Die Fokussierung auf Bewegung als Strategie gegen Übergewicht kann dazu führen, dass Menschen einerseits den Effekt von Bewegung und die dabei verbrannten Kalorien über- und andererseits die Rolle der Ernährung für die Entstehung von Übergewicht unterschätzen.<sup>30</sup></p>

<sup>20</sup> <http://www.schmecktrichtig.de/suesser-suendenbock/>

<sup>21</sup> [http://www.zuckerverbaende.de/images/stories/docs/02\\_2017\\_Zucker\\_Infodienst\\_Zucker\\_Wir\\_m%C3%BCssen\\_%C3%BCber\\_Kalorien\\_reden.pdf](http://www.zuckerverbaende.de/images/stories/docs/02_2017_Zucker_Infodienst_Zucker_Wir_m%C3%BCssen_%C3%BCber_Kalorien_reden.pdf)

<sup>22</sup> Ekelund, U., Tomkinson, G. & Armstrong, N. (2011). What proportion of youth are physically active? Measurement issues, levels and recent time trends. *British Journal Sports Medicine*, 45(11), 859-865

<sup>23</sup> Westerterp, KR; Speakman JR: Physical activity energy expenditure has not declined since the 1980s and matches energy expenditure of wild mammals. *Int J Obes (Lond)*. 2008 Aug;32(8):1256-63, <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/18504442>

<sup>24</sup> Pontzer, Herman et al.: Hunter-Gatherer Energetics and Human Obesity, *PLoS ONE* 7(7): e40503, <http://www.plosone.org/article/info%3Adoi%2F10.1371%2Fjournal.pone.0040503>

<sup>25</sup> <http://www.fao.org/faostat/en/#data/FBS/visualize>

<sup>26</sup> <http://ec.europa.eu/eurostat/documents/3217494/5656080/KS-08-02-002-DE.PDF/25983088-edee-445f-b8ef-f7fa10f95ef5> (S. 52)

<sup>27</sup> [http://www.keepeek.com/Digital-Asset-Management/oecd/education/trends-shaping-education-2013/caloric-intake-is-rising-as-weight-rises\\_trends\\_edu-2013-graph24-en?page1](http://www.keepeek.com/Digital-Asset-Management/oecd/education/trends-shaping-education-2013/caloric-intake-is-rising-as-weight-rises_trends_edu-2013-graph24-en?page1)

<sup>28</sup> <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2639700/>

<sup>29</sup> [http://www.cochrane.org/CD003817/ENDOC\\_exercise-for-overweight-or-obesity#sthash.n15Yw9Zo.dpuf](http://www.cochrane.org/CD003817/ENDOC_exercise-for-overweight-or-obesity#sthash.n15Yw9Zo.dpuf)

<sup>30</sup> <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3771367/>

## Mythos 6: „Lebensmittelsteuern zeigen nicht die gewünschte Wirkung.“

Wer behauptet das?	Was stimmt wirklich?
<p><b>„Die Erfahrungen in anderen Ländern zeigen: Strafsteuern auf zucker-, fett- und salzhaltige Produkte bzw. Verbote haben keinen nachhaltigen Erfolg.“</b></p> <p>(Gitta Connemann, Stellv. Vorsitzende der CDU/CSU-Bundestagsfraktion)<sup>31</sup></p> <p><b>„Strafsteuern ändern in der Regel nichts am Ernährungsverhalten der Menschen.“</b></p> <p><b>„Bis 1993 hatten wir in Deutschland eine Zuckersteuer und es hat sich nichts geändert.“</b></p> <p>(Christian Schmidt, Bundesminister für Ernährung und Landwirtschaft)<sup>32,33</sup></p>	<p>Die Erfahrungen aus zahlreichen Ländern zeigen sehr wohl eine Lenkungswirkung. In Mexiko, Finnland, Berkeley oder auch Frankreich ging der Zuckergetränke-Konsum nach Einführung einer Limo-Steuer zurück. In Ungarn änderten 40 Prozent der Hersteller nach Einführung einer Steuer ihre Rezepturen. Auf Basis dieser Erfahrungswerte empfiehlt die WHO explizit allen Regierungen Sondersteuern auf Zuckergetränke und bestätigt den Einfluss auf das Einkaufsverhalten: Wie die WHO in ihrem aktuellen Bericht „Fiscal Policies for Diet and Prevention of Noncommunicable Diseases“ feststellt, besteht Evidenz, dass eine 20-prozentige Sondersteuer/-abgabe einen etwa 20-prozentigen Rückgang im Konsum zur Folge hat, was der Entstehung von Adipositas und Typ-2-Diabetes vorbeugt.<sup>34</sup></p> <p>Die frühere deutsche Zuckersteuer war eine sogenannte Bagatellsteuer mit einem sehr geringen Aufkommen, laut Bundesfinanzministerium umgerechnet lediglich 92 Millionen Euro im Jahr<sup>35</sup>. Betrachtet man den damaligen Zuckerverbrauch von etwa 2.750 Tonnen (1990/1991)<sup>36</sup>, machte das gerade mal 7 Pfennig (bzw. 3,3 Eurocent) Steuer je Kilogramm Zucker<sup>37</sup>. Auf einen Liter Coca-Cola classic gerechnet (enthält 106 Gramm Zucker) lag die Steuer folglich bei weniger als einem Pfennig. Dass eine so geringe Besteuerung keine Lenkungswirkung auf das Einkaufsverhalten entfaltet, dürfte nicht überraschen. Eine gesundheitspolitische Lenkungswirkung war bei der damaligen Zuckersteuer, die im Zuge des EG-Binnenmarkts abgeschafft wurde, im Übrigen auch nie beabsichtigt.<sup>38</sup></p>

<sup>31</sup> <http://www.presseportal.de/pm/7846/3411712>

<sup>32</sup> <http://www.tagesspiegel.de/wirtschaft/bundesernaehrungsminister-zu-werbeverboten-totalverbote-sind-verfassungsrechtlich-bedenklich/12312050.html>

<sup>33</sup> <http://www.bmel.de/SharedDocs/Interviews/2016/2016-09-07-SC-Nordkurier.html>

<sup>34</sup> Vgl. <http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/250131/1/9789241511247-eng.pdf>

<sup>35</sup> Vgl. S. 71. [http://www.bundesfinanzministerium.de/Content/DE/Standardartikel/Themen/Steuern/Weitere\\_Informationen/zusammenstellung-der-steuerrechtsaenderungen-seit-1964-anlage.pdf?\\_\\_blob=publicationFile&v=5](http://www.bundesfinanzministerium.de/Content/DE/Standardartikel/Themen/Steuern/Weitere_Informationen/zusammenstellung-der-steuerrechtsaenderungen-seit-1964-anlage.pdf?__blob=publicationFile&v=5)

<sup>36</sup> Vgl. S. 193; [http://www.bmel-statistik.de/fileadmin/user\\_upload/010\\_Jahrbuch/Stat\\_Jahrbuch\\_2001.pdf](http://www.bmel-statistik.de/fileadmin/user_upload/010_Jahrbuch/Stat_Jahrbuch_2001.pdf)

<sup>37</sup> Gesamtaufkommen in Euro / Zuckerverbrauch in kg = Steueraufkommen je kg

<sup>38</sup> Vgl. S. 164; [https://www.bundesfinanzministerium.de/Content/DE/Downloads/Broschueren\\_Bestellservice/2012-06-16-steuern-von-a-z.pdf?\\_\\_blob=publicationFile&v=7](https://www.bundesfinanzministerium.de/Content/DE/Downloads/Broschueren_Bestellservice/2012-06-16-steuern-von-a-z.pdf?__blob=publicationFile&v=7)



## Mythos 7: „Jeder ist selbst für sein Gewicht verantwortlich. Wer staatliches Handeln fordert, hält die Verbraucher für unmündig.“

Wer behauptet das?	Was stimmt wirklich?
<p><b>„Verantwortung für seine Gesundheit hat jeder selbst.“</b></p> <p>(Christian Schmidt, Bundesminister für Ernährung und Landwirtschaft)<sup>39</sup></p> <p><b>„Wer so etwas [wie eine Zuckersteuer] fordert, hält die Verbraucher für unmündig.“</b></p> <p>(Gitta Connemann, Stellv. Vorsitzende der CDU/CSU-Bundestagsfraktion)<sup>40</sup></p>	<p>Diese Argumentation verkennt, dass unser Ernährungsverhalten von zahlreichen äußeren Bedingungen beeinflusst wird: Wie sind die Produkte, insbesondere Fett/Zucker/Salz, gekennzeichnet? Wie wurde das Geschmacksempfinden im Kindesalter geprägt? Was für ein Angebot findet man vor, im Supermarkt oder auch unterwegs, zum Beispiel am Bahnhof? Ist die Flasche Wasser am Automaten genauso teuer wie eine Limonade? All das beeinflusst unser Essverhalten. Zurzeit mehr zum Schlechten als zum Guten: Comicfiguren locken fast ausschließlich auf ungesunden Lebensmitteln<sup>41</sup>... in der Schule und Kita gibt es zu häufig Fleisch und Süßes und zu wenig Gemüse<sup>42</sup>... die Kennzeichnung der Nährwerte ist eine Zumutung mit komplizierten Tabellen und unrealistischen Portionsgrößen<sup>43</sup>... der Großteil der Erfrischungsgetränke ist überzuckert, ungesüßte Getränke mit Geschmack sind praktisch nicht existent<sup>44</sup>... eine gesunde Ernährung ist in der Regel teurer als eine ungesunde Ernährung<sup>45</sup>...</p> <p>Kurz gesagt: Wir leben in einer übergewichtsfördernden („adipogenen“) Welt. Es wird uns erschwert, die gesunde Wahl zu treffen. Die frühere Generaldirektorin der WHO, Margaret Chan, hat dies in einer Rede im Jahr 2013 auf den Punkt gebracht:</p> <p><i>„Kein einziger Staat hat es geschafft, die Fettleibigkeits-Epidemie in allen Altersgruppen zu stoppen. Hier mangelt es nicht an individueller Willenskraft. Hier mangelt es am politischen Willen, sich mit einer großen Industrie anzulegen.“<sup>46</sup></i></p>

<sup>39</sup> [https://www.welt.de/print/welt\\_kompakt/print\\_politik/article134404340/Verantwortung-fuer-seine-Gesundheit-hat-jeder-selbst.html](https://www.welt.de/print/welt_kompakt/print_politik/article134404340/Verantwortung-fuer-seine-Gesundheit-hat-jeder-selbst.html)

<sup>40</sup> <http://www.presseportal.de/pm/7846/3411712>

<sup>41</sup> [http://www.foodwatch.org/uploads/media/2015-08-24\\_foodwatch-Studie\\_Kindermarketing\\_EU\\_Pledge\\_auf\\_dem\\_Pruefstand\\_final\\_WEB\\_01.pdf](http://www.foodwatch.org/uploads/media/2015-08-24_foodwatch-Studie_Kindermarketing_EU_Pledge_auf_dem_Pruefstand_final_WEB_01.pdf)

<sup>42</sup> Vgl. Hochschule für Angewandte Wissenschaften Hamburg, Qualität der Schulverpflegung – Bundesweite Erhebung im Auftrag des Bundesministeriums für Ernährung und Landwirtschaft, 2014: Berlin [http://www.bmel.de/SharedDocs/Downloads/Broschueren/SchulverpflegungBundeskongress2014.pdf?\\_\\_blob=publicationFile](http://www.bmel.de/SharedDocs/Downloads/Broschueren/SchulverpflegungBundeskongress2014.pdf?__blob=publicationFile) sowie Bertelsmann Stiftung, Is(s)t KiTa gut? Studie – KiTa-Verpflegung in Deutschland: Status quo und Handlungsbedarfe, 1. Auflage, 2014:

<https://www.bertelsmann-stiftung.de/de/publikationen/publikation/did/issst-kita-gut/>

<sup>43</sup> <http://www.verbraucherzentrale-bayern.de/unrealistische-portionsgroessen-bei-chips-und-muesli>

<sup>44</sup> [http://www.foodwatch.org/uploads/media/Marktstudie\\_final\\_WEB\\_02.pdf](http://www.foodwatch.org/uploads/media/Marktstudie_final_WEB_02.pdf)

<sup>45</sup> Vgl. <http://bmiopen.bmj.com/content/3/12/e004277.full?sid=820d6e1a-280e-47a6-b8c5-498bfa4657e3> oder

<http://journals.plos.org/plosone/article?id=10.1371/journal.pone.0109343>

<sup>46</sup> Übersetzung von foodwatch. Im Original: „Not one single country has managed to turn around its obesity epidemic in all age groups. This is not a failure of individual will-power. This is a failure of political will to take on big business.“ Vgl. [http://www.who.int/dg/speeches/2013/health\\_promotion\\_20130610/en/](http://www.who.int/dg/speeches/2013/health_promotion_20130610/en/)