



Steuern, Bildung, Werbeverbot?

Wie Deutschland den Zuckerverzehr seiner Kinder verringern kann

Interview mit Prof. Dr. Helmut Heseke

Die von Kindern und Jugendlichen täglich verzehrte Zuckermenge ist, wie der vorangehende Beitrag in diesem Special zumindest für das Kollektiv der DONALD Studie zeigt, seit den 1990er Jahren erfreulicherweise leicht gesunken. Auch haben die Hersteller den Zuckergehalt in einigen Lebensmitteln für Kinder in den letzten Jahren reduziert. Trotzdem liegt deren Zuckerzufuhr in Deutschland noch deutlich über den Empfehlungen von 10 % der Tagesenergiezufuhr. Softdrinks enthalten noch nahezu genauso viel Zucker wie vor Jahrzehnten. Dies scheint anhand der immer noch hohen Übergewichtszahlen problematisch und veränderbar. Die ERNÄHRUNGS UMSCHAU befragte dazu ihren Herausgeber Prof. Helmut Heseke von der Universität Paderborn.

Herr Prof. Heseke, Sie beschäftigen sich seit Jahren mit den Problemen, die durch die hohe Zuckerzufuhr in wohlhabenden Gesellschaften verursacht werden, zuvorderst darunter das verbreitete Übergewicht. Was können Sie uns über die aktuelle wissenschaftliche Lage berichten – welchen Einfluss hat die Zuckerzufuhr auf das Körpergewicht?

Die zentrale Ursache für die Entstehung von Übergewicht in unserer Bevölkerung ist gut bekannt: Bei einer chronischen Überschreitung des individuellen Energiebedarfs und der resultierenden positiven Energiebilanz nutzt der Körper seine in der Evolution ausgebildeten genetischen Fähigkeiten – er bildet aus der überschüssigen Nahrungsenergie Energiereserven in Form von Fett und speichert diese in den Fettzellen. Vor dem Hintergrund eines sitzenden Lebensstils und eines Überangebots von sehr preiswerten, schmackhaften, aber auch energiereichen Lebensmitteln und Getränken ist in vielen Gesellschaften die Entstehung von Übergewicht fast als Normalzustand anzusehen.

Neben den Fetten steigern besonders die isolierten Kohlenhydrate wie Zucker – in all seinen Formen – und die von Ballaststoffen befreiten Stärken die Energiedichte unserer täglichen Nahrung. Gleichzeitig vermindern sie die Nährstoffdichte und begünstigen die Ausbildung von Fettreserven und Übergewicht. Dabei finden sich heute Zucker aus technologischen und geschmacklichen Gründen nicht nur auf den Zutatenlisten von Süßwaren, Süßspeisen, Kuchen und Gebäck, sondern in fast allen verarbeiteten Lebensmitteln – von Fertigsuppen und -soßen, Milchprodukten, Fisch- und Fleischerzeugnissen über Sauerkonserven bis hin zu Frühstückszerealien.

Gibt es nachgewiesene Zusammenhänge zwischen dem Verzehr spezieller gesüßter Lebensmittel und dem Körpergewicht?

In den zahlreich durchgeführten Studien zeigte sich deutlich, dass besonders eine hohe Zufuhr an zuckergesüßten Getränken mit einem erhöhten Körpergewicht und damit verbundenen Krank-

heitsrisiken assoziiert ist. Da die Zufuhr freier Zucker aus festen Lebensmitteln in ernährungs-epidemiologischen Studien weniger zuverlässig erfasst werden kann, ist der Nachweis eines möglichen Zusammenhangs mit der Körpergewichtsentwicklung hier schwieriger zu erbringen.

Kinder und Jugendliche verzehren mehr zuckerreiche Lebensmittel als Erwachsene. Wie lässt sich das Ihrer Meinung nach begründen?

Wie Perrar und Alexy in ihrem vorangehenden Beitrag ausführen, haben wir eine angeborene Vorliebe für „süß“, vielleicht auch, weil wir dadurch sehr einfach energiereiche und damit – zumindest in früheren Zeiten mit oft prekärer Nahrungsmittelversorgung – wichtige und gleichzeitig ungiftige Energiequellen erkennen konnten.

Viele Eltern müssen die Erfahrung machen, dass, wenn die (Klein-)Kinder erst gesüßte Lebensmittel und Speisen kennengelernt haben, sie andere nicht oder weniger gesüßte Lebensmittel teilweise mit Vehemenz ablehnen. Da fast alle verarbeiteten Lebensmittel offenbar umsatzsteigernde Zuckerzusätze in irgendeiner Form enthalten, ist eine zuckerfreie bzw. -arme Ernährung eigentlich nur möglich, wenn auf verarbeitete Lebensmittel gänzlich verzichtet wird. In einer Situation mit tränenreicher partieller Nahrungsverweigerung werden auch viele zuckersensible Eltern trotz guter Vorsätze für eine zuckerarme Ernährung des Nachwuchses schon einmal schwach.

Vor dem Hintergrund der frühkindlichen Prägung und mit zunehmender Autonomie der Kinder bzw. Jugendlichen nimmt mit dem Verzehr von zuckergesüßten Getränken, nicht weniger zuckerhaltigen Säften, Süßigkeiten und anderen zuckerhaltigen Lebensmitteln der Zuckerverzehr weiter zu, während dann im weiteren Erwachsenenalter die Vorliebe für süße Speisen zunächst abnimmt.



Die Anzahl übergewichtiger Kinder in Deutschland ist seit einigen Jahren nicht mehr angestiegen, wohl aber der Anteil schwer übergewichtiger, d. h. adipöser Kinder. Welches Vorgehen sehen Sie zur Verringerung der immer noch hohen Übergewichtszahlen als am dringlichsten an?

Bei jeder Epidemie und Pandemie kommt es zunächst einmal darauf an, durch entsprechende Präventionsmaßnahmen den Anstieg der Verbreitung zu stoppen. Dieser erste Schritt scheint in dieser Altersgruppe – u. a. durch die verstärkte gesellschaftliche Sensibilisierung für die Problematik – erreicht worden zu sein. Die Prävalenz ist aber immer noch auf sehr hohem Niveau und aus leicht übergewichtigen Kindern werden häufig adipöse Jugendliche und dann auch übergewichtige Erwachsene. Weiter darf nicht außer Acht gelassen werden, dass ein erheblicher Einfluss von sozialer Lage bzw. sozioökonomischem Status sowie ethnischer Zugehörigkeit auf die Gewichtsentwicklung besteht.

Die bisherigen Erfahrungen zeigen, dass von der Ernährungspolitik favorisierte, weniger stark intervenierende und noch dazu freiwillige „weiche“ Maßnahmen der Verhaltensprävention zur Verbesserung der Ernährungs-, Bewegungs- und Gesundheitssituation – z. B. Information, Ernährungsbildung oder Nudging – nicht zu einer nachhaltigen Senkung von Übergewicht und Adipositas und damit assoziierten Erkrankungen geführt haben. Damit auch die bisher besonders betroffenen Bevölkerungsgruppen erreicht werden, sind in Zukunft wirksamere Strategien und Interventionen als bisher zwingend erforderlich. Eine abgestimmte Kombination eines umfangreichen Mix verbindlicher Maßnahmen der Verhaltens- und der Verhältnisprävention werden als erfolgversprechender angesehen, um der komplexen Problematik gerecht zu werden.

Welche Maßnahmen empfehlen Sie auf politischer Ebene?

Die Implementation der Nationalen Reduktionsstrategie für Zucker, Fette und Salz in Fertigprodukten und deren Evaluation sowie die Einführung des Nutri-Score sind erste wichtige Schritte. Um aber auf Dauer wirklich erfolgreich zu sein, sind nicht weitere unverbindliche, sondern v. a. verbindlichere Maßnahmen zur Beeinflussung der Lebensmittelauswahl der VerbraucherInnen auf den verschiedenen Ebenen erforderlich. In der derzeitigen

politischen Situation werden stärker dirigistische, ernährungspolitische Maßnahmen allerdings oft als „paternalistisch“ angesehen. Lenkungssteuern bzw. Subventionsabbau oder (Werbe-)Verbote mit größerer Eingriffstiefe in Konsumententscheidungen gelten bei vielen PolitikerInnen als unpopulär.

Da eine gesundheitsförderliche Ernährung gleichzeitig eine klimafreundliche Ernährung ist und Maßnahmen, die zur Erreichung der Klimaziele beitragen, auf eine breitere gesellschaftliche und politische Zustimmung stoßen, ist es vielleicht auf politischer Ebene erfolgversprechender auf konkrete Maßnahmen zu setzen, die beiden Zielen von Nutzen sind.

Die Einführung einer „Zucker-“ oder „Fettsteuer“ ist, wie Sie sagen, in der deutschen Politik bisher unpopulär. Sechs EU-Länder haben jedoch bereits eine Zuckersteuer eingeführt: Wie wirksam ist diese dort?

Es kommt immer darauf an, wie man die Wirksamkeit fiskalischer Maßnahmen bewertet. Ein wichtiges Ziel ist ja, dass die Hersteller ihre Produkte reformulieren und weniger Zucker verwenden. Da z. B. in England nur der Zuckergehalt ab 5 g/100 mL kohlen-säurehaltiges Getränke besteuert wird, haben viele Hersteller den Zuckergehalt entsprechend reduziert. Somit ist der Zuckergehalt z. B. einer auch bei uns bekannten Orangen-/Zitronenlimonade in England inzwischen nur noch etwa halb so hoch wie bei uns in Deutschland – und diese schmeckt immer noch.

Eine kurze Nachfrage an dieser Stelle. Um in die niedrigere Besteuerung zu gelangen, ersetzen die Unternehmen z. B. in Großbritannien Zucker in ihren Softdrinks z. T. durch Süßstoffe¹: Wie stehen Sie dazu und wie würden Sie dieses Problem lösen?

Ziel sollte ja sein, dass die Produkte generell weniger süß sind, um Kinder nicht von vornherein an einen sehr süßen Geschmack zu gewöhnen, und dass die Hersteller bewegt werden, qualitativ hochwertige, geschmackvolle alternative Rezepturen zu entwickeln. Wenn es tatsächlich zu einem Ausweichverhalten der Hersteller kommt, dann macht es vielleicht Sinn, auch auf Süßstoffe und Zuckeraustauschstoffe eine Verbrauchssteuer zu erheben.

Sind auch direkte Auswirkungen einer Zuckersteuer auf den Zuckerverzehr und das Körpergewicht untersucht worden?

Systematische Auswertungen, z. B. von Nakhimovsky und Kollegen, konnten zeigen, dass eine Steuer auf zuckergesüßte Getränke angesichts der wachsenden Belastung durch Adipositas eine vielversprechende Politik sein könnte, um die Verbreitung von Adipositas zu reduzieren. Darüber hinaus können aber auch andere als fiskalische Maßnahmen – z. B. Kennzeichnung, Preisgestaltung, Interventionen bei „Vieltrinkern“ – erfolgreich eingesetzt werden, um den Zuckerkonsum und damit assoziierte Gesundheitsprobleme zu reduzieren, wie von Philippsborn et al. vorgestellt.

¹ Vgl. www.ernaehrungs-umschau.de/print-news/15-07-2019-zuckergehalt-in-softdrinks-von-land-zu-land-unterschiedlich/ (last accessed on 22 December 2020).



In einem weiteren aktuellen Cochrane-Review von Pfinder et al. wurde der Einfluss fiskalischer Maßnahmen zur Adipositasreduktion systematisch untersucht. Die AutorInnen zeigten sich aufgrund der bisher verfügbaren Studiendaten unsicher, ob die Besteuerung von unverarbeitetem Zucker oder von Lebensmitteln mit Zuckerzusatz (außer zuckerhaltigen Getränken) – trotz der beobachteten Verringerung des Verbrauchs von besteuerten Lebensmitteln mit Zuckerzusatz – tatsächlich zu einer Reduzierung des Zuckerverzehrs, zu einer Änderung der Energiezufuhr und zu einer Verhinderung von Adipositas geführt haben.

In Deutschland hat das Unternehmen Lemonaid bereits zwei amtliche Verwarnungen² kassiert, weil seine Limonade zu wenig Zucker enthält, nämlich bei einer Sorte weniger als die gesetzlich für Limonaden vorgeschriebenen 7 g pro Liter. Was läuft falsch in Deutschland?

Hier ist sicherlich der Gesetzgeber gefragt, bzw. die beim Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft angesiedelte Deutsche Lebensmittelbuch-Kommission, um eine offenbar bestehende gesetzliche Grauzone zu schließen. Die Lebensmittelbuch-Kommission soll ja die „berechtigte Verbrauchererwartung“ an Produkte klären, die sollte ja nicht im Zuckergehalt bestehen. Andererseits sind Hersteller ja oft sehr fantasiereich, wenn es darum geht, lebensmittelrechtkonforme Bezeichnungen für ihre innovativen Produkte zu finden.

Prof. Jatzke, Vorsitzender Richter am Bundesfinanzhof, schlug beim 3. Zuckerreduktionsgipfel im Oktober 2020 vor, bei einer Zuckersteuer zunächst die gesüßten Getränke zu besteuern und später im Nachgang auch gesüßte Lebensmittel.³ Der Beitrag aus der DONALD Studie in diesem Heft zeigt allerdings, dass Süßigkeiten die Hauptquelle für freien Zucker bei Kindern und Jugendlichen sind. Wie würden Sie eine solche Steuer aufstellen?

Seit 1841 wurde bis zum Jahr 1993 in Deutschland eine Zuckersteuer für die verschiedenen Zuckerarten beim jeweiligen Hersteller als besondere Verbrauchsteuer erhoben, ohne dass eine Beeinflussung der Lebensmittelwahl bzw. Konsumlenkung das Ziel war. Da andere EU-Staaten eine Zuckersteuer nicht hatten, wurde diese Bagatellsteuer abgeschafft, auch um auf dem europäischen Zuckermarkt keine Wettbewerbsnachteile zu haben.

Es ist zunächst einmal äußerst interessant, von Prof. Jatzke zu hören, dass der Bund durch seine Gesetzgebungskompetenz ohne weiteres eine neue Zuckersteuer einführen kann, wenn er dabei bestimmte Kriterien erfüllt, die an eine besondere Verbrauchsteuer gestellt werden – auch wenn die Lobbyisten dagegen Sturm laufen dürften! Bei der Alkopopsteuer wurde ja 2004 sehr erfolgreich eine gesundheitspolitisch motivierte Verbrauchsteuer eingeführt, die direkt beim Hersteller bzw. Importeur erhoben wird. Ich bin kein Steuerrechtler, halte aber den Vorschlag von Prof. Jatzke, neben zuckergesüßten Getränken weitere zuckerreiche Lebensmittel wie Süßwaren und Schokolade, Speiseeis und Backwaren in Abhängigkeit vom Zuckergehalt mit gestaffelten Steuersätzen zu belasten, für plausibel und zielführend. Das würde viele wichtige Zucker-

quellen betreffen und sicherlich die angestrebte Reformulierung nicht nur von verarbeiteten Lebensmitteln stark beschleunigen.

Gibt es andere Probleme oder Vorteile, die Sie bei der Einführung einer Zuckersteuer als Lenkungsmittel sehen würden?

Das Hauptproblem dürfte der massive Widerstand der Interessenvertretungen des betroffenen Lebensmittelsektors sein. Hinzu kommt, dass in der aktuellen politischen Lage – so sinnvoll gesundheitspräventive Maßnahmen auch sein mögen – ein fürsorglich daherkommender Staat leicht als paternalistisch diffamiert wird und eine Zuckersteuer schnell unter die parteipolitischen Räder kommen könnte. Daher müsste von vornherein für eine gesellschaftlich weithin akzeptierte Zweckbindung der neu eingeführten Verbrauchsteuer geworben werden, z. B. der Einsatz dieser zusätzlichen Finanzmittel für die gezielte Prävention von Adipositas und assoziierte Erkrankungen im Jugendalter. In England z. B. werden die zusätzlichen Steuermittel für den Ausbau von Sportanlagen und Sportprogrammen in Schulen verwendet. Das britische Beispiel zeigt sehr deutlich, dass die fiskale Maßnahme erfolgreich ist, der Zuckergehalt vieler Getränke gesenkt wurde und der Konsum energiereicher Erfrischungsgetränke oder energiefreier Mineralwässer zugenommen hat.

Zum Werbeverbot bei Lebensmitteln: Kürzlich wurde vom forum. ernährung heute in Österreich, zu dessen Mitgliedern auch zahlreiche Hersteller von gesüßten Lebensmitteln gehören⁴, dem Verbot von an Kinder gerichteter Werbung im Lebensmittelbereich die Wirkung abgesprochen. Die Studienlage sei „nicht ausreichend und

² Behörde gegen Lemonaid: Zu wenig Zucker für eine Limonade? www.faz.net/aktuell/wirtschaft/unternehmen/behoerde-gegen-lemonaid-zu-wenig-zucker-fuer-eine-limonade-16959757.html (last accessed on 22 December 2020).

³ Deutsche Diabetes Gesellschaft: Zuckersteuer wäre binnen zwei Jahren machbar. Diabetes Zeitung 11/2020. www.deutsche-diabetes-gesellschaft.de/diabetes-zeitung/ddg-11/2020/zuckersteuer-waere-binnen-zwei-jahren-machbar (last accessed on 22 December 2020).

⁴ www.forum-ernaehrung.at/wir-ueber-uns/mitglieder/



inkonsistent“⁵. Sinnvoll sei vielmehr eine verbesserte Ernährungsbildung und Medienkompetenz. Wie sehen Sie selbst die wissenschaftliche Lage: Sind Werbeverbote auch aus Ihrer Sicht unwirksam?

Kinder unter zwölf Jahren gelten als besonders anfällig für Werbung und erkennen oft noch nicht den „überredenden“ Charakter – dies ist den Werbetreibenden bzw. deren Auftraggebern nicht entgangen. Natürlich sollten eine verbesserte Ernährungsbildung und Medienkompetenz in unserer Informationsgesellschaft zentrale Elemente einer modernen Verbraucherbildung sein. Das sind wichtige Forderungen, die sich in der Vergangenheit allerdings als nicht einfach umsetzbar gezeigt haben und auch nicht mit durchschlagendem Erfolg verbunden waren.

Es gibt durchaus einige gute Metaanalysen, die zeigen, dass die kurzfristige Exposition gegenüber ungesunder Lebensmittelwerbung im Fernsehen und in Werbespielen den sofortigen Kalorienverbrauch bei Kindern erhöht, z. B. die von Russell et al.

In der Beitragsserie „Instrumente der Ernährungspolitik“ der ERNÄHRUNGS UMSCHAU sprach sich Prof. Achim Spiller für einen Instrumentenmix zur Förderung der Gesundheit der Deutschen aus. Welche Maßnahmen würden Sie mit welcher Gewichtung in Ihren persönlichen Politikmix zur Senkung des Zuckerverzehrs aufnehmen?

Kurzfristige umsetzbare Ziele mit guter gesellschaftlicher Akzeptanz wären aus meiner Sicht:

- Eine Kombination vielfältiger Maßnahmen der Verhaltens- und Verhältnisprävention.
- In Kitas und Schulen z. B. ein Zusammenwirken von Sport, gesundheitsförderlichem Verpflegungsangebot mit verpflichtender Einführung der DGE-Qualitätsstandards, Ernährungs- und Gesundheitsbildung mit entsprechenden Curricula und Einbindung von LehrerInnen und Eltern. Bessere Aus- und Weiterbildung des pädagogischen Kita-Personals und in der Ernährungsbildung tätigen LehrerInnen.
- Verpflichtende Ernährungsmodule für alle SchülerInnen in allen Schulformen in einem bestehenden, geeigneten (länderspezifischen) Ankerfach.
- Verbote des Verkaufs zuckergesüßter Getränke, zuckergesüßter Milch-Mixgetränke, Süßigkeiten, Kuchen im Schulkiosk.

- Verbindliche Einführung des Nutri-Scores.
- Informationskampagnen mit verstärkter Nutzung von Synergieeffekten aus Klima- und Gesundheitsschutz.

Mittel- bis langfristig anzustrebende Ziele wären:

- Die Durchführung qualitativ hochwertiger Studien, um die Wirksamkeit möglicher präventiver Maßnahmen besser bewerten zu können.
- Eine Reduktion der an Kinder gerichteten Werbung für energiereiche Lebensmittel und Getränke.
- Die Neuordnung der Umsatzsteuer für Lebensmittel: z. B. grundsätzlich 19 %; nur ausgewählte gesundheitsförderliche Lebensmittel mit reduziertem Umsatzsteuersatz von 7 %.
- Eine Neuordnung der Subventionen der Lebensmittelproduktion unter Berücksichtigung von Umwelt- und Gesundheitsaspekten und der stärkeren Förderung der Forschung zur Effizienzsteigerung von Gemüse – inkl. Hülsenfrüchten –, Obst und Nüssen vom Anbau, über Transport und Lagerung, Handel bis auf den Teller.

Wir danken Herrn Prof. Hesecker für das aufschlussreiche Interview.

Das schriftliche Interview führte Dr. Sabine Schmidt.

Im Interview genannte Literatur

-
- Nakhimovsky SS, Feigl AB, Avila C, O'Sullivan G, Macgregor-Skinner E, Spranca M: Taxes on sugar-sweetened beverages to reduce overweight and obesity in middle-income countries: a systematic review. *PLoS ONE* 2016; 11(9): e0163358.
 - Perrar I, Alexy U: Zuckerverzehr von Kindern und Jugendlichen in Deutschland. *Ernährungs Umschau* 2021; 68(2): M86–91.
 - Pfänder M, Heise TL, Hilton Boon M, et al.: Taxation of unprocessed sugar or sugar-added foods for reducing their consumption and preventing obesity or other adverse health outcomes. *Cochrane Database Syst Rev* 2020; 4: CD012333.
 - von Philipsborn P, Stratil JM, Burns J, et al.: Environmental interventions to reduce the consumption of sugar-sweetened beverages and their effects on health. *Cochrane Database Syst Rev* 2019; 6: CD012292.
 - Russell SJ, Croker H, Viner RM: The effect of screen advertising on children's dietary intake: a systematic review and meta-analysis. *Obesity Rev* 2019; 20: 554568.
 - Spiller A, Zühlendorf A, Nitzko S: Instrumente der Ernährungspolitik. Teil 1. *Ernährungs Umschau* 2017; 64(3): M146–53.
 - Spiller A, Zühlendorf A, Nitzko S: Instrumente der Ernährungspolitik. Teil 2. *Ernährungs Umschau* 2017; 64(4): M204–10.

⁵ f.eh zu Werbeverbot bei Lebensmitteln: wissenschaftliche Evidenz mangelhaft. forum. ernährung heute, Pressemeldung vom 17.12.2020. www.forum-ernaehrung.at/pressemeldungen/detail/news/detail/News/feh-zu-werbeverbot-bei-lebensmitteln-wissenschaftliche-evidenz-mangelhaft/ (last accessed on 22 December 2020).