1. Lunchsymposium Dr. Rainer Wild-Stiftung: „Hochverarbeitete Lebensmittel – Differenzierung statt Dämonisierung“ | Kongress Ernährung 2024 in Leipzig

Erstmalig präsentierte die Dr. Rainer Wild-Stiftung am 13. Juni auf dem Kongress ERNÄHRUNG 2024 in Leipzig ein hochaktuelles Thema, die Hochverarbeiteten Produkte (Ultra Processed Food oder UPFs). Seit einigen Jahren mehren sich die Publikationen, die UPFs als gesundheitlichen Risikofaktor identifizieren, über dessen Bedeutung die Expert*innen-Meinungen zunehmend auseinandergehen. Mit einem Lunchsymposium und dem passenden Titel war es das Ziel des Vortrages, einer faktenbasierten und ausgewogenen Diskussion über das konträr diskutierte Thema Raum zu geben.

Es referierte Prof. Dr. Martin Smollich, Leiter der Arbeitsgruppe für Pharmakonutrition am Institut für Ernährungsmedizin am Universitätsklinikum Schleswig-Holstein, Campus Lübeck. Smollich hat zu diesem Themengebiet vielfach publiziert und ist ein hochrangiger und angesehener Experte zur Thematik.

In seinem Vortrag gab Smollich zunächst einen umfassenden Überblick über die häufigsten, den UPFs zugeschriebenen negativen Aspekte. Anschließend legte er die geläufigsten Argumentationslinien dazu dar und stellte jedem einzelnen Aspekt bzw. Argument, die jeweils dazu vorliegenden Fakten gegenüber. Sein Plädoyer war deutlich: Hochverarbeitete Lebensmittel seien nicht zu pauschalisieren, sondern, differenziert zu betrachten, wie der Titel es bereits vorausgeschickt hatte.

Im Folgenden entstand auf dieser Basis präzise sortierter Daten eine rege Diskussion, in deren Zentrum vor allem die Kritik an der NOVA-Klassifizierung stand. Eine zweite Botschaft war, dass die Effektstärke des Merkmals Verarbeitungsgrad im Vergleich zu den bekannten Risikofaktoren, um ein Vielfaches niedriger läge und sich durch die erhöhte Aufmerksamkeit eine Fehleinschätzung einstellen könnte. Zumal allein diese Klassifizierung zur Gesundheit streng genommen keine Aussage treffen könne.

Alles in allem bewerten wir das erste Lunchsymposium als höchst geglücktes Debüt, für das wir Herrn Professor Smollich, den rund 300 Teilnehmenden und auch den Veranstalterinnen herzlich danken. Für das Jahr 2026 sagen wir schon jetzt: Gerne Wieder!

Der Kongress vereinigte erstmals die Dreiländertagung der Deutschen Gesellschaft für Ernährungsmedizin e.V. (DGEM), der Österreichischen Arbeitsgemeinschaft Klinische Ernährung (AKE) und der Gesellschaft für Ernährungsmedizin und Metabolismus Schweiz (GESKES), die Jahrestagung des BerufsVerbandes Oecotrophologie e.V. (VDOE) sowie die Jahrestagung des Bundesverbandes Deutscher Ernährungsmediziner e.V. (BDEM) und hatte in diesem Jahr laut Statistik

der Verbände rund 1500 Teilnehmende.

Schon seit vielen Jahren beschäftigt sich die Dr. Rainer Wild-Stiftung mit dem Thema verarbeitete Lebensmittel und die damit verbundene Kritik im Hinblick auf gesundheitliche Risken.

Jüngste Projekte sind u.a. die Förderung des Reports „Convenience Food & Essen to go – Expert Insights 2024“, herausgegeben von Nutrition Hub und die Markt-Analyse von Milchprodukt-Alternativen, die in der Ausgabe 12/2023 der Ernährungsumschau open access erschienen ist.

Kontakt:

Dr. Silke Lichtenstein
(Geschäftsführung, Wissenschaftliche Leitung)

Dr. Rainer Wild-Stiftung
Adresse: Mittelgewannweg 10, 69123 Heidelberg

Telefon (Teamassistenz, Frau Christina Janda): 06221 7511 200
E-Mail: lichtenstein@gesunde-ernaehrung.org