

Pressemappe: Agrar-PR

11.01.2022 | 11:35:00 | ID: 32028 | Ressort: [Ernährung](#) | [Verbraucherschutz](#)

Nutri-Score: Wirklich gesund oder nur ein Trend?

[Hannover](#) (Agrar-PR) - *KKH: Ampelskala bietet eine Orientierung für die guten Vorsätze beim Thema Ernährung*

Nach ausgiebigem Schlemmen über die Festtage starten viele Deutsche mit dem guten Vorsatz, sich gesünder zu ernähren, in das neue Jahr. Eine gute Möglichkeit, sich einen Überblick über die Zusammensetzung von Nährstoffen in Lebensmitteln zu verschaffen, bietet der Nutri-Score. Dieser soll Verbrauchern im Supermarkt eine schnelle Orientierung ermöglichen und zu einer ausgewogenen Ernährung beitragen. Für wen eignet sich das fünfstufige Ampelsystem und wie wendet man es richtig an, um die Jahresvorsätze zu realisieren? Dr. Anja Luci, Ernährungsexpertin der KKH Kaufmännische Krankenkasse: „Der Nutri-Score eignet sich besonders für Neulinge beim Thema Ernährung, die sich vorher noch nicht so viel mit Nährstoffen beschäftigt haben. Die Anwendung des Scores erfordert kaum Zeit, ist direkt vor Ort ohne Vorbereitung möglich und ist als erster Schritt zu empfehlen. Für eine ausgewogene Ernährung sollten jedoch auch andere Aspekte berücksichtigt werden.“

Seit nun mehr als einem Jahr besteht der Nutri-Score in Deutschland. Das System mit der 5-stufigen Farbskala ist angelehnt an die Ampelfarben und verbindet diese mit den Buchstaben A bis E. „Sinn des Nutri-Scores ist es, Produkte innerhalb einer Produktgruppe auf ihre Nährstoffzusammensetzung zu vergleichen. So können unterschiedliche Produkte wie Pizzen schnell und verständlich vom Verbraucher eingeordnet werden“, erklärt Anja Luci. Dabei dient er jedoch nicht zum Vergleich von unterschiedlichen Produkten: „Pizzen sollten beispielsweise nicht mit Fischstäbchen bzgl. ihres Nutri-Scores gegenüber gestellt werden. Auch ergibt sich keine Aussage über einzelne Nährstoffe, dafür wird weiterhin die Zutatenliste auf der Rückseite benötigt.“

Zu beachten ist außerdem, dass der tägliche Bedarf an Nährstoffen nicht mit dem Nutri-Score der einzelnen Produkte abgebildet wird. Des Weiteren ergibt sich eine ausgewogene Ernährung nicht allein aus den Nutri-Scoren A und B. KKH-Expertin Anja Luci betont: „Das System dahinter ist noch nicht voll ausgereift. Bei der Bewertung eines Produktes mit dem Nutri-Score werden zum Beispiel einzelne Kategorien, wie Knollen oder Öle, nicht voll berücksichtigt. Das Thema Ernährung ist sehr komplex, so dass es durch ein Score-System auf Verpackungen nicht vollständig abgedeckt werden kann.“

Aktuell entscheidet im Übrigen jeder Hersteller selbst, ob er den Nutri-Score auf die Produktverpackung drucken lässt. Der Nutri-Score bietet den Herstellern aber damit den Anreiz, die Produktrezeptur so zu verändern, dass sich eine bessere Score-Bewertung für das Produkt ergibt. Aus Sicht der KKH wäre es hilfreich, wenn möglichst viele Anbieter den Nutri Score nutzen würden, um den Verbrauchern damit wichtige Hinweise für eine gesündere Ernährung zu geben.

Hinweis für die Redaktionen: Fotos von der Expertin finden Sie hier kkh.de/presse/pressemeldungen/nutriscore.

Die KKH Kaufmännische Krankenkasse ist eine der größten bundesweiten gesetzlichen Krankenkassen mit mehr als 1,6 Millionen Versicherten. Nähere Informationen erhalten Sie unter kkh.de/presse/portraet.

Pressekontakt:
KKH-Pressestelle
Kaufmännische Krankenkasse
Karl-Wiechert-Allee 61
30625 Hannover

Telefon 0511 2802-1610
Telefax 0511 2802-1699

presse@kkh.de
www.kkh.de



[Agrar-PR](#)

Postfach 131003 70068 Stuttgart Deutschland

Telefon: +49 0711 63379810

E-Mail: redaktion@agrar-presseportal.de Web: www.agrar-presseportal.de >>> [Pressefach](#)