SÜßSTOFF
VERBAND E.V.

Wissenschaftlich fundiert? Neue Reduktionsziele werden dem Anspruch nicht gerecht

(Stand: 26.11.2024)

Sehr geehrte/r ...

nun liegt er vor: der Ergebnisbericht des Max Rubner-Instituts (MRI) zum „Stakeholderprozess zur Erarbeitung wissenschaftsbasierter Reduktionsziele für Zucker, Fette und Salz". Vor gut einem Jahr hat das MRI den sogenannten Stakeholderprozess gestartet, um wie im Koalitionsvertrag vorgesehen „wissenschaftlich fundierte und auf Zielgruppenabgestimmte Reduktionsziele für Zucker, Fett und Salz" zu schaffen.

Der Bericht zeigt:

1. **Es gibt kein Patentrezept für Zucker-, Fett- und Salzreduzierte Produkte.**

Reformulierungen sind ein komplexer Prozess und viele Aspekte sind dabei zu berücksichtigen. Das erkennt das MRI an. In diesem Sinne widerspricht der Ergebnisbericht dem Framing des Bundesernährungsministers Cem Özdemir, die Lebensmittelwirtschaft könnte, wenn sie nur wollte, ihre Rezepturen grundlegender und schneller verändern.
Aber das MRI muss Ergebnisse liefern. Und liefert...

2. **„Wissenschaftlich fundiert"? Der Ergebnisbericht ist es nicht.**

„Wissenschaftlich fundiert" ist der Anspruch an die neuen Reduktionsziele. Der Verweis auf „die Stakeholder" erfüllt diesen Anspruch nicht. Das MRI versucht in seinem Ergebnisbericht nicht, die nötige Transparenz zu schaffen, wie Reduktionsziele oder Handlungsempfehlungen zustande gekommen sind. Die Ergebnisse sind schlichtweg nicht nachvollziehbar, eine Referenzierung nicht vorhanden, die Quellenlage unzureichend.

Ohne Rücksicht auf die lebensmitteltechnologische und marktwirtschaftliche Praxis und ohne Rücksicht auf wissenschaftliche Ansprüche liefert das MRI Ergebnisse – oft auf Basis von Perzentilen, ohne dass die dafür notwendige Datenbasis vorliegt.
Im Kapitel zur Zuckerreduktion finden sich zum Beispiel das Reduktionsziel von 15 % für Cola-Getränke und Orientierungswerte von < 5 g/100 ml für Erfrischungsgetränke sowie < 12,5 g/100 g für gesüßte Milchprodukte bzw. für Frühstückscerealien. Objektive Kriterien für die Ableitung dieser Werte sind im Ergebnisbericht nicht zu finden. Und die wenigen Teilnehmer der Lebensmittelwirtschaft, die ihren Input geben durften, reiben sich die Augen: Die entscheidende Prozessphase („Strategiefeld-Phase"), in der die Reduktionsziele und Handlungsempfehlungen festgelegt wurden, fand hinter verschlossenen Türen statt.

Der scheinpartizipative Prozess geht weiter: Eine definierte Zielgruppe darf den Ergebnisbericht kommentieren. Ohne Hintergrundwissen, auf welcher Basis Aussagen zustande gekommen sind. Und ausschließlich das Fragment, denn nicht alle im späteren Abschlussbericht (geplant: Frühjahr 2025) enthaltenen Inhalte stehen zur Kommentierung.

Süßstoff-Verband e.V.
Postfach 90 60 85
51127 Köln

Vertreten durch die Vorstandsvorsitzende
Isabelle Begger
Vereinsregister: Registernummer VR 6419
Amtsgericht Köln

Tel: +49 (0) 2203 20 89 45
Fax: +49 (0) 2203 20 89 44
Mail: info@suessstoff-verband.de
Web: www.suessstoff-verband.info

3. **Politisch motiviert statt wissenschaftlich fundiert.**

Bereits auf Seite 2 des Ergebnisberichts macht das MRI klar, dass es nicht das Ziel des Stakeholderprozesses ist, Reduktionsziele zu entwickeln, sondern den großen Wurf zu machen. Es verweist auf weitere Public Health-Maßnahmen, die im Abschlussbericht ausgeführt werden sollen.

Die politische Motivation wird insbesondere im Kapitel zur Zuckerreduktion deutlich. Ernährungspolitische Maßnahmen und generelle Ernährungsempfehlungen dominieren die so genannte Toolbox. Tool 4 listet eine Vielzahl an regulatorischen Eingriffen auf, wie die Zuckersteuer, das Verbot für an Kinder gerichtete Werbung, die dauerhafte Reduktion des Süßgeschmacks und viele weitere Eingriffe in den Markt. Wissenschaftlich fundierte Begründungen für diese Maßnahmen fehlen. Das Evidenzproblem gesteht das MRI auf der Informationsveranstaltung am 8. Oktober am Beispiel Süßereduktion ein. Evidenz hin oder her – das MRI liefert, was sein Auftraggeber wünscht.

Zum Schluss eine Bitte an die nächste Bundesregierung:

Der Süßstoff-Verband beteiligt sich an der Kommentierungsphase und hofft auf einen Abschlussbericht, der transparent die Entscheidungsfindung sowie die mangelhafte Daten- und Evidenzlage aufzeigt und der die Begriffe „wissenschaftlich fundiert“ bzw. „wissenschaftsbasiert“ nicht fahrlässig nutzt.

Jedoch ist zu befürchten, dass der Abschlussbericht keinen qualitativen Sprung nach vorn macht. Es ist daher zu hoffen, dass die nächste Bundesregierung sowie die Fachpolitiker:innen im neuen Bundestag den MRI-Bericht mit der nötigen Skepsis betrachten, und er nicht als seriöse Basis für behördlich definierte Reduktionsziele und politische Regularien genutzt wird.

Reduktion des Süßgeschmacks – was hat es damit auf sich?

„Dauerhafte Reduktion des Süßgeschmacks“ ist eine der vielen Maßnahmen, die sich in der Toolbox des MRI-Berichts findet. Was hat es damit auf sich? Dahinter steckt die Theorie der Süßgewöhnung, nach der eine stark gesüßte Ernährung zu einer veränderten Wahrnehmung von süßen Lebensmitteln, zu einer Gewöhnung an den süßen Geschmack und zu einem übermäßigen Süßekonsum führen könne.

Das mag auf den ersten Blick überzeugend klingen, jedoch gibt es keine eindeutigen Beweise, dass wir unsere Vorliebe für Süßes verringern können und somit auch keine Evidenz für die Maßnahme der Süßereduktion. Das gesteht das MRI zwar ein, verweist auf einen Forschungsbedarf zur Süßwahrnehmung/Süßprägung, aber nutzt weiterhin – ohne wissenschaftliche Grundlage – diese These. In seiner Stellungnahme 004/2023 widerspricht das BfR der These der Süßgewöhnung („Geschmacksprägung“) und verweist auf die nicht ausreichende Evidenzlage. Auch die Deutsche Adipositas Gesellschaft verweist in ihrer aktuellen S3-Leitlinie (siehe unten) auf die fehlenden wissenschaftlichen Belege.

Süßstoff-Verband e.V.
Postfach 90 60 85
51127 Köln

Vertreten durch die Vorstandsvorsitzende
Isabelle Begger
Vereinsregister: Registernummer VR 6419
Amtsgericht Köln

Tel: +49 (0) 2203 20 89 45
Fax: +49 (0) 2203 20 89 44
Mail: info@suessstoff-verband.de
Web: www.suessstoff-verband.info

Tatsächlich gibt es eine Vielzahl an Untersuchungen, die diese These widerlegen. Zwei aktuelle Studien aus diesem Jahr bestätigen, dass die angeborene Süßpräferenz durch eine vermehrte Zuckeraufnahme/Süßeexposition nicht weiter verstärkt werden kann.

Prof. Dr. Kees der Graaf von der niederländischen Universität Wageningen erteilt in einem Webinar der International Sweeteners Association im Sommer diesen Jahres der Süßgewöhnung eine klare Absage: Weder eine wiederholte Exposition noch eine erhöhte Insulinreaktion in der cephalischen Phase führt zu einer Vorliebe für mehr Süßes. Neue Ergebnisse wird die „Sweet Tooth Study" liefern, die von den Universitäten von Bournemouth und Wageningen durchgeführt wird und von 2020 bis 2024 Daten gesammelt hat: Sie ist bei weitem die größte und am längsten laufende randomisierte klinische Studie, so Kees de Graaf.

Referenzen:

Mueller, Zeinstra, Forde, Jager: Sweet and sour sips: No effect of repeated exposure to sweet or sour-tasting sugary drinks on children's sweetness preference and liking, Appetite, 2024;
https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0195666324000783?via%3Dihub
Mela DJ, Risso D.: Does sweetness exposure drive 'sweet tooth'? Br J Nutr. 2024 Feb 26:1-11. doi: 10.1017/S0007114524000485

News:
Deutsche Adipositas Gesellschaft (DAG) erkennt Nutzen von Süßstoffen an
Die neue S3-Leitlinie „Adipositas-Prävention und Therapie" der Deutschen Adipositas Gesellschaft (Version 5.0, Oktober 2024) widmet Süßstoffen ein ganzes Kapitel und empfiehlt so genannte Light-Getränke: „Zur Prävention von Adipositas kann empfohlen werden, Getränke mit kalorienfreien oder kalorienarmen Süßungsmitteln gegenüber Getränken mit Zuckerzusatz vorzuziehen."

Zur Erklärung verweist die DAG auf eine Vielzahl an hochwertigen Studien, berücksichtigt in ihrer Bewertung aber auch negative Aspekte, zum Beispiel die Süßgewöhnung. Diese seien „postulierte, in Humanstudien bislang nicht konsistent belegte, mögliche nachteilige Effekte". Die Fachgesellschaft kommt zu dem Schluss: „Die vorliegende Evidenz zeigt, dass der Ersatz von zuckergesüßten Getränken durch Getränke mit nicht-kalorischen Süßungsmitteln zu einer Reduktion der Adipositas beitragen kann."

Insgesamt erkennt die neue S3-Letlinie an, dass es „heute viele, wissenschaftlich gut untersuchte Möglichkeiten [gibt], Kalorien einzusparen, sodass jeder Mensch eine für ihn passende Ernährungsweise finden sollte, die es ihm leichter macht, sein Gewicht im Griff zu behalten."

News:
EFSA bestätigt Sicherheit von Saccharin
Die Europäische Behörde für Lebensmittelsicherheit (EFSA) hat die Sicherheit eines weiteren Süßstoffs – Saccharin – bestätigt. Die wissenschaftlichen Sachverständigen der EFSA prüften sämtliche verfügbaren wissenschaftlichen Nachweise mit

Süßstoff-Verband e.V.
Postfach 90 60 85
51127 Köln

Vertreten durch die Vorstandsvorsitzende
Isabelle Begger
Vereinsregister: Registernummer VR 6419
Amtsgericht Köln

Tel: +49 (0) 2203 20 89 45
Fax: +49 (0) 2203 20 89 44
Mail: info@suessstoff-verband.de
Web: www.suessstoff-verband.info

Augenmerk auf kurz- und langfristige Auswirkungen. Sie kamen zu dem Schluss, dass Saccharin sicher ist, und erhöhten den erlaubten Tageshöchstwert (ADI-Wert) von 5 auf 9 mg/kg Körpergewicht/Tag.

Aktuell läuft eine Neubewertung aller Lebensmittelzusatzstoffe, die vor 2009 in der EU zugelassen worden sind. Diese Neubewertung haben bereits Aspartam, Thaumatin und Neohesperidin DC erfolgreich durchlaufen – nun auch Saccharin: Alle Gutachten haben zum Ergebnis, dass die erwähnten Süßstoffe für die Verwendung in Lebensmitteln und Getränken sicher sind.

Referenzen:
https://www.efsa.europa.eu/en/efsajournal/pub/9044
http://www.fao.org/food/food-safety-quality/scientific-advice/jecfa/en/

Leseempfehlung:
„Bei Honig geben sich viele einer Illusion hin“ (Spiegel vom 25.07.2024)
Der Pharmakologe Prof. Dr. Martin Smollich (Universitätsklinikum Schleswig-Holstein, Lübeck) und der Lebensmittelchemiker Prof. Dr. Daniel Wefers (Universität Halle-Wittenberg) sprechen im gemeinsamen Interview über Zucker und Zuckeralternativen und rücken das Image der süßenden Lebensmittel zurecht. Auch Süßstoffe sind ein Thema. Die beiden Experten bewerten kurz & knapp die Studienlage und räumen mit einigen Fehlwahrnehmungen auf:

> „Bei diesen Süßstoffen gibt es oft eine völlig verschobene Risikowahrnehmung. Nur, weil sie »chemisch« klingen, sind sie nicht gefährlicher als Zucker.“ (Smollich)
>
> „In Deutschland [muss] niemand Angst haben, sich mit Süßstoffen oder anderen Zusatzstoffen zu vergiften. Diese Stoffe müssen aufwendig zugelassen und toxikologisch untersucht werden. Es gibt zudem gesetzlich vorgeschriebene Höchstmengen, die mit einem sehr großen Sicherheitsfaktor berechnet werden.“ (Wefers)
>
> „Verlässliche Schlussfolgerungen sind daher nur mit kontrollierten Studien möglich – und die zeigen eben eindeutig, dass viele Menschen besser abnehmen, wenn sie Zucker durch Süßstoffe ersetzen. Dazu noch mal ganz klar: Ernährungsmedizinisch haben wir in Deutschland ein Zuckerproblem und kein Süßstoffproblem.“ (Smollich)

Für Rückfragen und einen Austausch stehen wir sehr gern zur Verfügung.
Wir wünschen Ihnen – trotz Wahlkampfs – eine schöne und süße Adventszeit!

Mit freundlichen Grüßen

Süßstoff-Verband e.V.
Postfach 90 60 85
51127 Köln

Vertreten durch die Vorstandsvorsitzende
Isabelle Begger
Vereinsregister: Registernummer VR 6419
Amtsgericht Köln

Tel: +49 (0) 2203 20 89 45
Fax: +49 (0) 2203 20 89 44
Mail: info@suessstoff-verband.de
Web: www.suessstoff-verband.info