

ernährung heute 2_2024

Hochverarbeitet?

fokus

„Hochverarbeitet“ unter der Lupe

Autorin: Elisabeth Sperr, Seite: 4-7

- Agentur für Gesundheit und Ernährungssicherheit (AGES): Die Österreichische Ernährungspyramide. www.ages.at/mensch/ernaehrung-lebensmittel/ernaehrungsempfehlungen/die-oesterreichische-ernaehrungspyramide (Zugriff: 23.05.2024).
- Ares G et al.: Consumers' Conceptualization of Ultra-processed Foods. *Appetite Academic Press* 105: 611–7 (2016).
- Behnlian D et al.: Einordnung von Lebensmitteln nach Verarbeitungsgrad und Bewertung gängiger Klassifizierungssysteme in der Ernährungsforschung. 15. DGE-Ernährungsbericht, Vorveröffentlichung Kapitel 8, V1–37 (2023).
- Bradbury KA, Mackay S: Ultra-processed foods linked to higher mortality. *BMJ* 385:q793 (2024).
- Braesco V et al.: Aliments dits „ultra-transformés“ et santé: Que faut-il en penser? (2019). www.academie-agriculture.fr/publications/publications-academie/points-de-vue/aliments-dits-ultra-transformes-et-sante-que-faut (Zugriff: 23.05.2024).
- Braesco V et al.: Ultra-processed Foods: How Functional is the NOVA System? *Eur J Clin Nutr Springer Nature* 76: 1245–53 (2022).
- Bröder J et al.: Verzehr stark verarbeiteter Lebensmittel und ernährungsmitbedingte Erkrankungen: Eine systematische Übersichtsarbeit. 15. DGE-Ernährungsbericht, Vorveröffentlichung Kapitel 9, V2–40 (2023).
- Carretero C et al.: Food Classification Report: The Concept „Ultra-Processed“ *European Food and Feed Law Review* 4: 357–62 (2020).
- Deutsche Gesellschaft für Ernährung (DGE): DGE-Ernährungskreis. www.dge.de/gesunde-ernaehrung/gut-essen-und-trinken/dge-ernaehrungskreis/ (Zugriff: 23.05.2024).
- European Food Information Council (EUFIC): What is processed food? <https://www.eufic.org/en/food-production/article/what-is-processed-food> (Zugriff: 23.05.2024).
- Gehring J et al.: Consumption of Ultra-Processed Foods by Pesco-Vegetarians, Vegetarians, and Vegans: Associations with Duration and Age at Diet Initiation. *Journal of Nutrition Oxford University Press* 151: 120–31 (2021).
- Hall KD et al.: Ultra-Processed Diets Cause Excess Calorie Intake and Weight Gain: An Inpatient Randomized Controlled Trial of Ad Libitum Food Intake. *Cell Metab Cell Press* 30: 67–77.e3 (2019).
- Harvard School of Public Health: Processed Foods and Health. <https://nutritionsource.hsph.harvard.edu/processed-foods/> (Zugriff: 23.05.2024).
- Hess JM et al.: Dietary Guidelines Meet NOVA: Developing a Menu for A Healthy Dietary Pattern Using Ultra-Processed Foods. *Journal of Nutrition Elsevier B.V.* 153: 2472–81 (2023).
- Ioannidis JPA: Biases in Obesity Research: Identify, Correct, Endorse, or Abandon Effort? *Obesity. Blackwell Publishing Inc.* 767 (2016).

- Julia C et al.: Contribution of Ultra-processed Foods in the Diet of Adults from the French NutriNet-Santé Study. Public Health Nutr Cambridge University Press 21: 27–37 (2018).
- Knop U: Dein Körpervnavigator zum besten Essen aller Zeiten. Heidelberg: Polarise Verlag (2019).
- Martínez Steele E et al.: Ultra-processed Foods and Added Sugars in the US Diet: Evidence from a Nationally Representative Cross-sectional Study. BMJ Open 6 (2016).
- Mertens E, Colizzi C, Peñalvo JL: Ultra-processed Food Consumption in Adults Across Europe. Eur J Nutr 61: 1521–39 (2022).
- Monteiro C et al.: Household Availability of Ultra-processed Foods and Obesity in Nineteen European Countries. Public Health Nutr 21: 18–26 (2017).
- Monteiro C et al.: Ultra-processed Foods, Diet Quality, and Health Using the NOVA Classification System. Rom (2019). www.wipo.int/amc/en/mediation/rules (Zugriff: 23.05.2024).
- Moubarac J et al.: Consumption of Ultra-processed Foods Predicts Diet Quality in Canada. Appetite 1008: 512–20 (2017).
- O'Connor L et al.: Perspective: A Research Roadmap about Ultra-processed Foods and Human Health for the United States Food System: Proceedings from an Interdisciplinary, Multi-stakeholder Workshop. Adv Nutr 14: 1255–69 (2023).
- Sadler C et al.: „Even We Are Confused“: A Thematic Analysis of Professionals' Perceptions of Processed Foods and Challenges for Communication. Front Nutr 9 (2022).
- Sadler C et al.: Processed Food Classification: Conceptualisation and Challenges. Trends Food Sci Technol 112: 149–62 (2021).
- Smollich M, Wefers D: Hochverarbeitete Lebensmittel: Differenzierte Betrachtung dringend erforderlich. Nutr News (Rosemt) 1 (2024).
- Wang Z et al.: Consumption of Ultra-processed Foods and Multiple Health Outcomes: An Umbrella Study of Meta-analyses. Food Chem Elsevier Ltd 434 (2024).
- Willett W et al.: Food in the Anthropocene: The EAT–Lancet Commission on Healthy Diets from Sustainable Food Systems. The Lancet. Lancet Publishing Group 447–92 (2019).

fokus

Verarbeitung auf einen Blick

Autorin: Elisabeth Sperr, Seite: 8-9

- Blomhoff R et al.: Nordic Nutrition Recommendations 2023. Nordic Council of Ministers, Kopenhagen (2023).
- Braesco V et al.: Aliments dits „ultra-transformés“ et santé: Que faut-il en penser? (2019). www.academie-agriculture.fr/publications/publications-academie/points-de-vue/aliments-dits-ultra-transformes-et-sante-que-faut (Zugriff: 23.05.2024).
- Bradbury KA, Mackay S: Ultra-processed foods linked to higher mortality. BMJ 385:q793 (2024).
- Bröder J et al.: Verzehr stark verarbeiteter Lebensmittel und ernährungsmitbedingte Erkrankungen: Eine systematische Übersichtsarbeit. 15. DGE-Ernährungsbericht, Vorveröffentlichung Kapitel 9, V2–40 (2023).
- Carretero C et al.: Food Classification Report: The Concept „Ultra-Processed“ European Food and Feed Law Review 4: 357–62 (2020).
- European Food Information Council (EUFIC): What is processed food? <https://www.eufic.org/en/food-production/article/what-is-processed-food> (Zugriff: 23.05.2024).
- European Food Safety Authority (EFSA): ADI. www.efsa.europa.eu/de/glossary/adi (Zugriff: 23.05.2024).

- EU-Kommission: Verordnung (EG) Nr. 1333/2008 des Europäischen Parlaments und des Rates vom 16. Dezember 2008 über Lebensmittelzusatzstoffe. <https://eur-lex.europa.eu/legal-content/DE/TXT/PDF/?uri=CELEX:02008R1333-20231029> (Zugriff: 23.05.2024).
- Gehring J et al.: Consumption of Ultra-Processed Foods by Pesco-Vegetarians, Vegetarians, and Vegans: Associations with Duration and Age at Diet Initiation. *Journal of Nutrition Oxford University Press* 151: 120–31 (2021).
- Harvard School of Public Health: Processed Foods and Health. <https://nutritionsource.hsph.harvard.edu/processed-foods/> (Zugriff: 23.05.2024).
- Hess JM et al.: Dietary Guidelines Meet NOVA: Developing a Menu for A Healthy Dietary Pattern Using Ultra-Processed Foods. *Journal of Nutrition Elsevier B.V.* 153: 2472–81 (2023).
- Julia C et al.: Contribution of Ultra-processed Foods in the Diet of Adults from the French NutriNet-Santé Study. *Public Health Nutr Cambridge University Press* 21: 27–37 (2018).
- Knop U: Dein Körpervnavigator zum besten Essen aller Zeiten. Heidelberg: Polarise Verlag (2019).
- Martínez Steele E et al.: Ultra-processed Foods and Added Sugars in the US Diet: Evidence from a Nationally Representative Cross-sectional Study. *BMJ Open* 6 (2016).
- Mertens E, Colizzi C, Peñalvo JL: Ultra-processed Food Consumption in Adults Across Europe. *Eur J Nutr* 61: 1521–39 (2022).
- Monteiro C et al.: Household Availability of Ultra-processed Foods and Obesity in Nineteen European Countries. *Public Health Nutr* 21: 18–26 (2017).
- Monteiro C et al.: Ultra-processed Foods, Diet Quality, and Health Using the NOVA Classification System. Rom (2019). www.wipo.int/amc/en/mediation/rules (Zugriff: 23.05.2024).
- Moubarac J et al.: Consumption of Ultra-processed Foods Predicts Diet Quality in Canada. *Appetite* 1008: 512–20 (2017).
- Smollich M, Wefers D: Hochverarbeitete Lebensmittel: Differenzierte Betrachtung dringend erforderlich. *Nutr News (Rosemt)* 1 (2024).
- Wang Z et al.: Consumption of Ultra-processed Foods and Multiple Health Outcomes: An Umbrella Study of Meta-analyses. *Food Chem Elsevier Ltd* 434 (2024).

fokus

Gesundheit und/oder Geschmack?

Autorin: Elisabeth Buchinger, Seite: 10-11

- Bundesministerium für Soziales, Gesundheit, Pflege und Konsumentenschutz (BMSGPK): Die österreichische Ernährungspyramide. <https://broschuerenservice.sozialministerium.at/Home/Download?publicationId=524> (Zugriff: 15.05.2024).
- Kunz S et al.: Food Is All Around: How Contexts Create Misbeliefs About the Health–Taste Relationship. *Psychological Science*, 34 (5), 568–580 (2023).
- Kunz S et al.: Seeing is Misbelieving: Consumers Wrongly Believe that Unhealthy Food Tastes Better When there is More of It. *Appetite*, 197: 07295 (2024).

Gesundheit

Update: Diabetes-Leitlinien

Autorin: Nicole Stark, Seite: 18-19

- Österreichische Diabetes Gesellschaft (ÖDG): Diabetes mellitus – Anleitungen für die Praxis. Überarbeitete und erweiterte Fassung 2023. Wien Klin Wochenschr (2023) 135/1: S1–S330 (2023).
- Österreichische Diabetes Gesellschaft (ÖDG): Diabetes mellitus – Leitlinien für die Praxis 2023 – Kurzfassung. www.oedg.at/pdf/OEDG-Leitlinien-2023-Kurzversion.pdf (Zugriff: 20.05.2024).
- Österreichische Diabetes Gesellschaft (ÖDG): Zahlen und Fakten zu Diabetes mellitus. www.facediabetes.at/zahlen-und-fakten.html (Zugriff: 20.05.2024).

Kurzmeldungen

Autorinnen: Elisabeth Sperr, Seite: 20-21

Studienteilnehmende gesucht

- Bundesinstitut für Risikobewertung (BfR): Die COPLANT-Studie: Pflanzenbasierte Ernährung im Fokus der Wissenschaft. <https://www.coplant-studie.de/de/coplant-startseite.html> (Zugriff: 10.06.2024).

Klimakochen

- Stöckli F, Brombach C: Klimatopf. AT Verlag, Aarau – München (2024).

Neuer Regulator für Essverhalten?

- Nguyen Dietzsch A et al.: Dysfunction of the adhesion G protein-coupled receptor latrophilin 1 (ADGRL1/LPHN1) increases the risk of obesity. Sig Transduct Target Ther 9, 103 (2024).

Metformin und Schwangerschaft

- Cantacorps L et al.: Developmental metformin exposure does not rescue physiological impairments derived from early exposure to altered maternal metabolic state in offspring mice. Mol Metab 79:101860 (2024).

Serie: Samen – Teil 2

Mohn

Autorin: Eva Derndorfer, Seite: 22-23

- Blicharz-Kania A, Starek-Wójcicka A, Andrejko D: Assessment of the Possibility of Using Poppy Seed Cake for the Production of Oat Cookies. Applied Sciences, 12 (19), 9966 (2022).
- Bundesinstitut für Risikobewertung (BfR): Mohn in Lebensmitteln: Gehalt des Opiumalkaloids Thebain sollte so weit wie möglich gesenkt werden. www.bfr.bund.de/cm/343/mohn-in-lebensmitteln-gehalt-des-opiumalkaloids-thebain-sollte-so-weit-wie-moeglich-gesenkt-werden.pdf (Zugriff: 03.05.2024).
- Bundesministerium für Arbeit, Soziales, Gesundheit und Konsumentenschutz (BMASGK), Österreichische Agentur für Gesundheit und Ernährungssicherheit (AGES): Opiumalkaloide und Cadmium in Mohnsamen und Backwaren mit Mohn (2022). www.ages.at/download/sdl-eyf0eXAiOiJKV1QiLCJhbGciOiJIUzI1NiJ9.eYlpYXQiOiE2MDk0NTkyMDAsImV4cCI6NDA3MDkwODgwMCwidXNlciI6MCwiZ3JvdXBzIjpbMCwtMV0sImZpbGUiOiJmaWxlyWRtaW4vQUdFU18yMDIyLzJfTUVOU0NlL1NjaHdlnB1bmt0ZS9MZWJlbnNtaXR0ZWxrb250cm9sbG

[UvUGZsYW56bGljaGVFTGVlZW5zbWl0dGVsLzIwMjlvQS0wMzgtMjFfV2lzc2VuX2FrdHVlbGwucGRmliwicGFnZSI6MjI4M30.50rwRG3oTHSM-BBDakNZxc1ViK-Ioq1h3-w7Rbbm7GQ/A-038-21_Wissen_aktuell.pdf](https://www.bml.gv.at/medien/pressenachrichten/2024/05/03/waldviertler-graumohn-aktuell.pdf) (Zugriff: 03.05.2024).

- Bundesministerium für Land- und Forstwirtschaft, Regionen und Wasserwirtschaft (BML): Waldviertler Graumohn g.U. https://info.bml.gv.at/themen/lebensmittel/trad-lebensmittel/spezialkulturen/waldviertl_graumohn.html (Zugriff: 06.05.2024).
- Derndorfer E, Mörixbauer A, Gruber M: Schmankerlland Österreich. Pichler Verlag, Wien (2014).
- Europäische Kommission: Verordnung (EU) 2021/2142 der Kommission vom 3. Dezember 2021 zur Änderung der Verordnung (EG) Nr. 1881/2006 hinsichtlich der Höchstgehalte für Opiumalkaloide in bestimmten Lebensmitteln. <https://eur-lex.europa.eu/legal-content/DE/TXT/PDF/?uri=CELEX:32021R2142> (Zugriff: 06.05.2024).
- Europäische Kommission: Verordnung (EG) Nr. 1924/2006 des Europäischen Parlaments und des Rates vom 20. Dezember 2006 über nährwert- und gesundheitsbezogene Angaben über Lebensmittel. <https://eur-lex.europa.eu/LexUriServ/LexUriServ.do?uri=OJ:L:2007:012:0003:0018:DE:PDF> (Zugriff: 06.05.2024).
- Europäische Kommission: Verordnung (EU) Nr. 1169/2011 des Europäischen Parlaments und des Rates vom 25. Oktober 2011 betreffend die Information der Verbraucher über Lebensmittel und zur Änderung der Verordnungen (EG) Nr. 1924/2006 und (EG) Nr. 1925/2006 des Europäischen Parlaments und des Rates und zur Aufhebung der Richtlinie 87/250/EWG der Kommission, der Richtlinie 90/496/EWG des Rates, der Richtlinie 1999/10/EG der Kommission, der Richtlinie 2000/13/EG des Europäischen Parlaments und des Rates, der Richtlinien 2002/67/EG und 2008/5/EG der Kommission und der Verordnung (EG) Nr. 608/2004 der Kommission. <https://eur-lex.europa.eu/legal-content/DE/TXT/PDF/?uri=CELEX:32011R1169> (Zugriff: 06.05.2024).
- Gupcsó K et al.: Studies on Sensory and Phytochemical Characteristics of Poppy (*Papaver somniferum* L.) Varieties for Their Oil Utilisation. *Foods*, 12 (17), 3165 (2023).
- Henss R: Mohn. Mandelbaums kleine Gourmandise Nr. 6. Mandelbaum Verlag, Wien – Berlin (2016).
- Köppl H, Kastenhuber W: Mohn (*Papaver somniferum*) Anbau und Kulturanleitung (2021). LK OÖ (Hrsg.). <https://ooe.lko.at/gew%C3%BCrzpflanzen-und-%C3%B6lpflanzen+2400+3409547> (Zugriff: 03.05.2024).
- Krist S et al.: Analysis of Volatile Compounds and Triglycerides of Seed Oils Extracted from Different Poppy Varieties (*Papaver somniferum* L.). *Journal of Agricultural and Food Chemistry*, 53 (21), 8310–8316 (2005).
- Muhammad A et al.: Review on Physicochemical, Medicinal and Nutraceutical Properties of Poppy Seeds: A Potential Functional Food Ingredient. *Functional Foods in Health and Disease*, 11 (10), 522–547 (2021).
- N.N.: Mohn. <https://de.wikipedia.org/wiki/Mohn> (Zugriff: 02.05.2024).
- N.N.: Waldviertler Graumohn g.U. www.waldviertlergraumohn.at/#die-blume-des-waldviertels (Zugriff: 03.05.2024).
- Statista GmbH: Geschätzte Anbaufläche von Schlafmohn weltweit nach Ländern in den Jahren 2008 bis 2022 (in Hektar). <https://de.statista.com/statistik/daten/studie/37256/umfrage/anbauflaeche-fuer-schlafmohn/> (Zugriff: 03.05.2024).