

2 Globale Ernährungsrichtlinien

Umstellung gesund für Körper & Umwelt

„Isst man gesund, ist das zugleich gut für die Umwelt“, betonte Ernährungsexperte **Harry Aiking** von der Universität Amsterdam im Rahmen einer Pressekonferenz des Österreichischen Akademischen Instituts für Ernährungsmedizin (ÖAIE). Die Lebensmittelproduktion – insbesondere jene von Fleisch – ist eine maßgebliche treibende Kraft des Klimawandels, da sie hohe Mengen an Wasser benötigt und Anbau- und Futterressourcen verbraucht. Dadurch verantwortet sie einen hohen Anteil an den globalen CO₂-Emissionen. Verschärfend kommt hinzu, dass die Nahrungsmittelproduktion exponentiell ansteigt. „Der dadurch entstehende Druck auf die Umwelt kann gar nicht überschätzt werden“, sagte Aiking.

Das Mitte Jänner von der EAT-Lancet-Kommission veröffentlichte Konzept „The planetary health diet“ formulierte erstmals genaue Ernährungsrichtlinien, um nicht nur die Gesundheit, sondern auch die Umwelt zu fördern. Demnach sollten pro Tag maximal 35 Gramm an rotem Fleisch konsumiert werden. Im Gegenzug sollten mehr Hülsenfrüchte, Obst und Gemüse gegessen werden. Dadurch käme es zu einer Reduktion von vorzeitigen Todesfällen um 20 Prozent und zugleich werde dem Klimawandel entgegen gewirkt. Daraufhin formulierte das ÖAIE nun Maßnahmen zur Umsetzung der Ernährungsrichtlinien. Es brauche laut dem Institut



den Start einer umfassenden Informationskampagne, um den Konsum von rotem Fleisch drastisch zu reduzieren. Die Landwirtschaft müsse ihre Fleischproduktion zugunsten eines erhöhten Gemüseanbaus eindämmen. Eine Diskussion über preisgesteuerte Maßnahmen solle initiiert werden und schließlich brauche es einen Verzicht auf Werbemaßnahmen, die einen erhöhten Fleischkonsum unterstützen. „Die Forderungen sind nicht komplett neu, aber es ist schließlich in der Vergangenheit nicht viel unternommen worden“, meinte ÖAIE-Präsident Univ.-Prof. **Kurt Widhalm**. «