

11/2012 | 11. Dezember

Ernährung nach DGE gut für's Klima

■ Kurzfassung:

Eine Ernährung nach den lebensmittelbezogenen Empfehlungen der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e. V. (DGE) verringert den Ausstoß klimaschädlicher Gase in Deutschland um 27 Mio. Tonnen. Das geht aus einer aktuellen Studie des WWF Deutschland „Klimawandel auf dem Teller“ hervor. Eine gesundheitsbewusstere Ernährung könnte außerdem enorme landwirtschaftliche Flächen sparen. Dies wurde bereits in einem Bericht des WWF „Tonnen für die Tonne“ Anfang des Jahres deutlich: Wenn jeder Deutsche einmal in der Woche auf Fleisch verzichtet, würde eine Fläche frei, die mehr als doppelt so groß ist wie das Saarland – 595 000 ha. Bei einer vollständigen Umstellung auf eine ausgewogene Ernährung, wie von der DGE empfohlen, würden sogar 1,8 Mio. ha Land frei, eine Fläche, die dem Bundesland Sachsen entspricht.

In ihren lebensmittelbezogenen Empfehlungen für eine vollwertige Ernährung spricht sich die DGE eindeutig für eine fleischärmere, abwechslungsreichere und auf pflanzlichen Lebensmitteln wie Gemüse und Obst sowie Getreide basierende Kost aus. Für den Verzehr von Fleisch und Wurstwaren sind das 300-600 g pro Woche. Bei einem durchschnittlichen Verzehr von 450g/Woche entspricht dies z. B. 3 Portionen Fleisch (120 g) und 3 Portionen fettarmer Wurst (30 g) bzw. einem täglichen Fleisch- und Wurstwarenverzehr von 65 g oder 24 kg/Jahr. Im Vergleich dazu weist die Statistik für 2011 einen Fleischverzehr von 61 kg/Kopf und Jahr aus.

Der Verbraucher trägt mit seinen Essgewohnheiten entscheidend zur Klimawirksamkeit bei. Ein hoher Konsum tierischer Produkte verschlechtert die Klimabilanz deutlich. So verursachen tierische Erzeugnisse wie Rindfleisch mit 13 311 g/kg und Milch mit 940 g/kg CO₂-Äquivalente weitaus höhere klimarelevante Emissionen als pflanzliche Erzeugnisse wie Gemüse (153 g/kg) oder Kartoffeln (199 g/kg). Die Ernährungsweise kann durchaus einen Beitrag zum Klima leisten. Insgesamt ist nicht nur entscheidend, was gegessen wird, sondern auch wie Lebensmittel besorgt, gelagert und zubereitet werden.

2 065 Zeichen (mit Leerzeichen)

■ Hintergrundinformation:

Landwirtschaftliche Aktivitäten verursachen in etwa ein Fünftel der gesamten Treibhausgasemissionen, wobei der größte Anteil auf die Tierproduktion entfällt. Nach Angaben der FAO¹ wird die Tierhaltung schon heute für 18 % der

¹ Food and Agriculture Organization of the United Nations, www.fao.org

Herausgeber:

**Deutsche Gesellschaft
für Ernährung e.V. (DGE)**Godesberger Allee 18
53175 Bonn

Tel.: 0228 3776-600

Fax: 0228 3776-800

E-Mail: webmaster@dge.deInternet: www.dge.de

Nachdruck honorarfrei,

Quellenangabe (DGE)

erwünscht.

Belegexemplar erbeten.

Treibhausgasemissionen – gemessen in CO₂-Äquivalenten – verantwortlich gemacht. Neben CO₂ entstehen durch gastrointestinale bakterielle Fermentation und Stallung u. a. große Mengen Methan. Methan-Emissionen haben einen besonders starken Einfluss auf ungünstige Klimaveränderungen, so dass die weltweit stark gestiegene Nachfrage nach Rind-, Schaf- und Ziegenfleisch diesbezüglich ein großes Problem darstellt. Hinzu kommt, dass Fleischproduktion einen Einsatz von proteinhaltigen Futtermitteln bedingt. Da ein hoher Verzehr von rotem Fleisch (u. a. Rind-, Schweine- und Lammfleisch) mit überzeugender Evidenz das Risiko für Dickdarmkrebs erhöht und auch mit einem erhöhten Risiko für Herz-Kreislauf-Krankheiten assoziiert ist, ergeben sich hieraus weitere Argumente, insbesondere den Verzehr von rotem Fleisch und daraus verarbeitete Produkte zu reduzieren. Insgesamt gilt die Geflügelhaltung (weißes Fleisch) gegenüber der Schweine- und Rindfleischproduktion als klimafreundlicher. Die lebensmittelbezogenen Empfehlungen der DGE berücksichtigen zwar in erster Linie ernährungsphysiologische Aspekte, den Fleischverzehr auf 300–600 g Fleisch und Wurst pro Woche zu beschränken, sind aber auch unter Nachhaltigkeitsaspekten von hoher Bedeutung.

Weitere Informationen zum Thema Nachhaltigkeit und Ernährung liefert der Tagungsband der DGE zur Arbeitstagung 2011 „Nachhaltigkeit in der Ernährung“. Die 50-seitige Publikation, ISBN 978-3-88749-228-1, kann unter der Artikel-Nr. 920219 zum Preis von 11,00 EUR zzgl. Versandkosten beim DGE-MedienService bestellt werden, Tel.: 0228 9092626, Fax: 0228 9092610, www.dge-medien-service.de

3 927 Zeichen (mit Leerzeichen)

Kontakt

Deutsche Gesellschaft für Ernährung e. V.
Referat Öffentlichkeitsarbeit, Antje Gahl
Tel.: 0228 3776-630 | Fax: 0228 3776-800 | E-Mail: gahl@dge.de
DGE-Presseinfos im Internet: www.dge.de