

22/2013 | 13. August

Referenzwerte für die Nährstoffzufuhr

5., korrigierter Nachdruck erschienen

(dge) Die Fachgesellschaften für Ernährung in Deutschland, Österreich und der Schweiz geben gemeinsam die D-A-CH-Referenzwerte für die Nährstoffzufuhr heraus. Sie benennen die Mengen von Nährstoffen sowie Ballaststoffen, Energie und Wasser, die in einer bedarfsgerechten Ernährung des gesunden Menschen enthalten sein sollten. Die Referenzwerte berücksichtigen nutritive und wenn möglich auch präventive Aspekte und zielen darauf ab, bei nahezu allen gesunden Menschen der Bevölkerung eine angemessene Nährstoffzufuhr zu gewährleisten. Damit bilden sie die Basis für die praktische Umsetzung einer vollwertigen Ernährung. Diese soll dazu beitragen, Wachstum, Entwicklung und Leistungsfähigkeit sowie die Gesundheit des Menschen ein Leben lang zu fördern bzw. zu erhalten. Somit sind die Referenzwerte für die Nährstoffzufuhr eine unverzichtbare Grundlage für die Ernährungs- und Gesundheitsberatung.

Aktuell ist der 5., korrigierte Nachdruck 2013 der „Referenzwerte für die Nährstoffzufuhr“ erschienen. Das Buch enthält die empfohlene Zufuhr, Schätzwerte und Richtwerte für verschiedene Altersgruppen mit kurzen Erläuterungen zur Herleitung der Daten zu den einzelnen Nährstoffen. Praktisch sind die Übersichtstabellen, die einen guten Überblick sowie Vergleichsmöglichkeiten für die einzelnen Nährstoffe bieten. Der Nachdruck umfasst neben einigen redaktionellen Korrekturen die überarbeiteten Referenzwerte für die Calcium- und Folatezufuhr. Bei beiden Nährstoffen wurden die Texte komplett überarbeitet und die Basis für die empfohlenen Zufuhrmengen überprüft. Änderungen ergaben sich insbesondere bei den Referenzwerten für die Folatezufuhr.

Der 5. korrigierte Nachdruck der „Referenzwerte für die Nährstoffzufuhr“ umfasst 292 Seiten und kann ab sofort unter der Artikel-Nr. 120010, bzw. ISBN 978-3-86528-143-2 zum Preis von 22,90 EUR zzgl. Versandkosten beim DGE-MedienService unter www.dge-medien-service.de, Tel.: 0228 9092626 bestellt werden.

2 019 Zeichen (mit Leerzeichen)

Kontakt

Deutsche Gesellschaft für Ernährung e. V.
Referat Öffentlichkeitsarbeit, Silke Restemeyer
Tel.: 0228 3776-640 | Fax: 0228 3776-800 | E-Mail: restemeyer@dge.de
DGE-Presseinfos im Internet: www.dge.de



Eine druckfähige Abbildung erhalten Sie unter:
<http://www.dge.de/rd/ref/>

Herausgeber:

Deutsche Gesellschaft für Ernährung e.V. (DGE)Godesberger Allee 18
53175 BonnTel.: 0228 3776-600
Fax: 0228 3776-800E-Mail: webmaster@dge.de
Internet: www.dge.deNachdruck honorarfrei,
Quellenangabe (DGE)
erwünscht.
Belegexemplar erbeten.