

Zuckersteuer macht gesund

Datum: 30.01.2019

Original Titel:

Effects of product reformulation on sugar intake and health-a systematic review and meta-analysis

Die Reformulierung von Lebensmitteln ist ein aktuelles und wichtiges politisches Thema. Der vorliegende systematische Review mit [Meta-Analyse](#) zeigt nun erstmals auf, welche bevölkerungsbezogenen Auswirkungen durch die Reformulierung von Lebensmitteln zu erwarten sind.

Wissenschaftler aus Großbritannien untersuchten, welche Auswirkungen die Reformulierung von Lebensmitteln auf die Zuckeraufnahme und die Gesundheit hat. In Großbritannien gibt es seit 2018 eine Zuckersteuer für Soft-Drinks.

Methode:

- Einschluss von 16 Studien
 - 4 randomisierte, kontrollierte Studien (RCT)
 - 6 Studien modellierten die Reformulierung in einem Land
 - 5 Studien modellierten eine andere Art der Reformulierung
 - 1 Studie modellierte ebenso eine andere Art der Reformulierung und war zudem eine retrospektive [Beobachtungsstudie](#)
- Bewertung der Qualität der [Evidenz](#) anhand des GRADE-Schemas

Ergebnisse:

- Ergebnisse der RCT deuten darauf hin, dass reformulierte Produkte die Zuckeraufnahme reduzieren und das Körpergewicht senken können
- Gepoolte Effektschätzer:
 - -11,18 % (95 % CI -19,95 bis -2,41, $p < 0,00001$) für die Veränderungen in der Zuckeraufnahme
 - -91,00 g/Tag (95 % CI, -148,72 bis -33,28, $p < 0,00001$) für die Veränderungen in der Zuckeraufnahme in g/Tag
 - -1,04 kg (95 % CI, -2,16 bis -0,08, $p = 0,0002$) für die Veränderungen im Körpergewicht
- Die Qualität der [Evidenz](#) aus den RCT war sehr niedrig
- Die Resultate der anderen Studien deuteten ebenfalls darauf hin, dass die Reformulierung der Lebensmittel die Zuckeraufnahme reduzieren und die Gesundheit verbessern kann

Fazit: Ergebnisse dieses systematischen Reviews mit [Meta-Analyse](#) zeigen, dass sich die Reduzierung des Zuckergehalts von Lebensmitteln günstig auf die Bevölkerung auswirken könnte und zu einer verminderten Zuckeraufnahme und verbesserten Gesundheit beitragen könnte. Die Studienautoren betonen, dass diese Ergebnisse ein wichtiger Startpunkt für die weitere Arbeit an

der Reformulierung von Lebensmitteln sind.

Referenzen:

Hashem KM, He FJ, MacGregor GA. Effects of product reformulation on sugar intake and health-a systematic review and meta-analysis. *Nutr Rev.* 2019 Jan 8. doi: 10.1093/nutrit/nuy015. [Epub ahead of print]



MERKZETTEL

für das Gespräch mit Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt

Damit Sie viel aus dem Gespräch mit Ihrer Ärztin/Ihrem Arzt mitnehmen, empfehlen wir Ihnen, Ihre Beschwerden, aber auch Ihre Behandlungsziele sowie alle Ihre Fragen zu notieren. Wichtig für das Arztgespräch ist eine Liste der **Medikamente oder Nahrungsergänzungsmittel**, die sie derzeit verwenden. Über eventuelle **Allergien und Unverträglichkeiten** sollten Sie Ihre Ärztin/Ihren Arzt ebenfalls immer informieren. Nutzen Sie hierfür unseren Vordruck „Meine Medikations- und Behandlungsübersicht“.

Meine Beschwerden und/oder Behandlungsziele

Meine Fragen

Folgende Themen/Studien möchte ich besprechen

Welches Thema beschäftigt Sie? Was haben Sie z. B. in aktuellen Studien gelesen?

Notieren Sie die wichtigsten Punkte des Arztgesprächs

So bemerken Sie schnell, ob Sie alles richtig verstanden haben und ob Fragen unbeantwortet blieben

Meine Notizen zum Gespräch am _____:

Weitere Tipps für das Arztgespräch finden Sie unter „Materialien für den Arztbesuch“