

«tabula» – spannend, informativ und fundiert

Die Ernährungszeitschrift der SGE

Vegane Ernährung boomt. «tabula» zeigt in der kommenden Ausgabe von Ende September auf, was es bei einer rein pflanzenbasierten Ernährung zu beachten gilt. Der Titelreport erläutert Chancen und Gefahren und geht der Frage nach, ob eine Umstellung aus ökologischer Sicht tatsächlich sinnvoll ist.

Neugierig auf den Veganismus-Report? Möchten Sie regelmässig wissenschaftlich abgesicherte Ernährungsinformationen auf eine spannende und einfach verständliche Art geliefert bekommen? Abonnieren Sie jetzt «tabula», die vierteljährlich erscheinende Ernährungszeitschrift der Schweizerischen Gesellschaft für Ernährung SGE.

Mehr Informationen zu den einzelnen Ausgaben und zum Abonnement finden Sie auf folgender Website: www.tabula.ch



Leporello zur Ernährung in Schwangerschaft und Stillzeit

Eine optimale Ernährung während Schwangerschaft und Stillzeit ist wichtig für die Gesundheit von Mutter und Kind. Das Bundesamt für Lebensmittelsicherheit und Veterinärwesen (BLV) gibt deshalb Empfehlungen, die in Zusammenarbeit mit der SGE entwickelt wurden, zu dieser besonderen Lebensphase ab.

Im neu erschienenen Leporello werden auf 10 Seiten die wichtigsten Empfehlungen zur Ernährung in Schwangerschaft und Stillzeit zusammengefasst. Das Leporello erscheint in 14 Sprachen und kommt dem Anliegen entgegen, auch schwan-

gere und stillende Frauen mit Migrationshintergrund mit passenden Informationen für eine gesunde Ernährung zu versorgen.

Es basiert auf der umfangreicheren Broschüre zum Thema, welche in deutscher, französischer und italienischer Sprache erhältlich ist. Wie die Broschüre enthält auch das Leporello Tipps für eine optimale Nährstoff- und Energiezufuhr sowie zu Lebensmitteln, bei denen während der Schwangerschaft und Stillzeit Vorsicht geboten ist. Ebenfalls thematisiert werden die Gewichtszunahme in der Schwangerschaft, Allergien, das Stillen, die Küchenhygiene sowie die körperliche Bewegung.

Leporello und Broschüre können kostenlos bestellt oder als PDF heruntergeladen werden. www.bundespublikationen.admin.ch



Sommer-Wettbewerb SGE 2016

«Wissen, was essen»: So lautete das Motto des Sommer-Wettbewerbs der Schweizerischen Gesellschaft für Ernährung SGE!

Vom 2. bis 31. August 2016 stand der Sommer-Wettbewerb SGE 2016 online zur Verfügung. Über 2651 Personen beantworteten die 11 Fragen rund um das Themengebiet der ausgewogenen Ernährung, Bewegung und Nachhaltigkeit und nahmen damit an der Preisverlosung teil. 35 glückliche Gewinnerinnen und Gewinner wurden beschenkt. Der Wettbewerb zog 174 Neu-Interessentinnen und -Interessenten für eine SGE-Mitgliedschaft an. Eine Zahl, die uns zeigt, dass das Bedürfnis und das Interesse am Thema Ernährung, Bewegung und Nachhaltigkeit sehr gross sind. Der Sommer-Wettbewerb ist somit ein absoluter Erfolg, der zu ähnlichen Projekten inspiriert.



Nationale Fachtagung der SGE, 1. September 2016

Personalisierte Ernährung: Steht mein Menü in den Genen?

Am 1. September 2016 fand im Von-Roll-Gebäude der Universität Bern die nationale Fachtagung der Schweizerischen Gesellschaft für Ernährung SGE zum Thema «Personalisierte Ernährung: Steht mein Menü in den Genen?» statt. Vor gut gefüllten Rängen erläuterten und diskutierten Experten aus verschiedenen Fachgebieten die Herausforderungen, das Potenzial sowie die Grenzen, den Stand der Forschung, die regulatorische, ethische und historische Dimension der personalisierten Ernährung. Die Fachtagung der SGE startete mit den Industriesymposien und den Konferenzen von Dr. Béatrice de Reynal von der NutriMarketing Agentur in Paris, Prof. Wolfgang Langhans von der ETH Zürich, Prof. Martin Kohlmeier von der Universität North Carolina und Dr. Daniel Wallerstorfer von der Novogenia Group in Österreich. Dem industriellen Gewerbe wurde die Möglichkeit gegeben, wissenschaftlich fundierte Arbeiten zu präsentieren und den Teilnehmerinnen und Teilnehmern vielfältige Perspektiven zur Thematik aufzuzeigen. Die Teilnehmer konnten anschliessend Vorträge zu folgenden Themen verfolgen:

Personalisierte Ernährung:

Was ist damit gemeint?

Zum Auftakt der Fachtagung erklärte Dr. Guy Vergères von Agroscope, dass die Auswirkungen der Ernährung auf die menschliche Gesundheit auf individueller Ebene gemanagt werden können. Wichtig ist es, ein ganzheitliches Verständnis der menschlichen Biologie und ihrer Wechselwirkungen mit der Umwelt zu entwickeln.

Die spektakulären technologischen Entwicklungen in der Molekularanalyse stehen am Anfang des Aufschwungs der Nutrigenetik.

Potenziale und Grenzen der personalisierten Ernährung

Colleen Fogarty Draper vom Nestlé Institute of Health Sciences zeigte das Potenzial sowie die Grenzen der personalisierten Ernährung auf. Sie erklärte, dass Analysen der Nutrigenetik, die zur personalisierten Ernährung beitragen sollen, einen ganzheitlichen Fokus brauchen. Geschlecht und Hormonzyklen sollten Teil der Forschung bezüglich der personalisierten Ernährung, der klinischen Diagnostik und Produktentwicklung sein.

Stand der Forschung in der personalisierten Ernährung

Prof. Dr. Hannelore Daniel von der Technischen Universität in München referierte über den Stand der Forschung in der personalisierten Ernährung. Auf der Grundlage der Sequenzierung des menschlichen Genoms erschliesst sich in den Ernährungs- und Lebensmittelwissenschaften das Wechselspiel von Genom und Ernährungsumwelt. Dies erlaubt zum Beispiel die Identifizierung individueller Genvarianten, die im Kontext der Ernährung diskrete Gesundheitsrisiken oder auch Nährstoffbedarfe mitbedingen.

In der IT-Branche ergeben sich neue Möglichkeiten, Informationen zum Ernährungs- und Essverhalten und das Bewegungsprofil individuell zu erfassen und elektronisch zu dokumentieren.

Kommerzielle Angebote werden zunehmend auch in Europa verfügbar, sind in ihrer wissenschaftlichen Basis jedoch nach wie vor kritisch zu bewerten.

Fragen und Herausforderungen bei der Verwendung von personalisierten Daten für die Gesundheit

Prof. Vincent Mooser, Leiter der Abteilung Laboratorien und der Biomedizin am CHUV in Lausanne, erklärte, dass die IT-Revolution ungeahnte Möglichkeiten eröffnet, die persönlichen Daten des Einzelnen im Interesse des Gemeinwohls zu verwenden. Zu diesen Daten gehören auch die Ergebnisse genetischer Analysen, die am Genom eines Individuums vorgenommen werden können.

Diese Technologien werfen zahlreiche biologische, medizinische, informationstechnische, ethische, rechtliche und finanzielle Fragen auf betreffend Qualität und Umfang der Daten, Einverständnis der Betroffenen und die weitere Verwendung von deren Daten.

Regulatorische, ethische und historische Dimensionen der personalisierten Ernährung

Prof. Dr. Sabina Gallati, Leiterin der Abteilung für Humangenetik am Inselspital Bern, erinnerte uns daran, dass die personalisierte Ernährung zum Ziel hat, basierend auf persönlichen genomischen Daten, Empfehlungen zum Menüplan abzugeben, um das individuelle Erkrankungsrisiko zu minimieren und das Gewicht zu regulieren.



Die Interpretation der genetischen Daten bedeutet eine enorm zeitaufwendige und komplexe Herausforderung. Zudem darf in der Schweiz diagnostische genetische Untersuchungen nur durchführen, wer bestimmte Qualitätsanforderungen erfüllt und vom Bundesamt für Gesundheit eine Bewilligung erhält.

Am Nachmittag hatten die Teilnehmerinnen und Teilnehmer in verschiedenen Ateliers die Möglichkeit, die Interpretation von Gentests zu besprechen sowie die Frage der Wirksamkeit und Grenzen der Mobile- und IT-basierten Lösungen in der personalisierten Ernährung zu debattieren.

Der Nestlé-Ernährungspreis wurde wie jedes Jahr anlässlich der Nationalen Fachtagung der SGE verliehen. Er zeichnet unabhängige Forscher in der Schweiz aus, um Projekte in den Bereichen Ernährung und Prävention zu unterstützen. Dieses Jahr wurden Jacinthe Fournier, Dr. Diego Moretti und Carlos de Mestral für ihre Arbeiten mit dem Preis geehrt.

Die Tagung wurde mit der Unterstützung des Bundesamtes für Landwirtschaft (BLW) und des Schweizerischen Verbands der Ernährungsberater/innen (SVDE) durchgeführt.

Hepa-Tagung

hepa.ch veranstaltet jährlich einmal eine Fachtagung. Diese Tagung richtet sich an die Netzwerkmitglieder und ausgewählte Fachpersonen aus dem Sport- und Bewegungsbereich. Die diesjährige Tagung hat das Thema «In Balance und Bewegung durchs Leben» und findet in Magglingen statt.

www.hepa.ch

Schweizerische Gesellschaft für Ernährung SGE
 Schwarzenstrasse 87 | Postfach | CH-3000 Bern
 T +41 31 385 88 88 | F +41 31 385 88 89 | info@sge-ssn.ch

nutriInfo | Info-Service für Ernährungsfragen
 T +41 31 385 00 08 | nutriinfo-d@ge-ssn.ch | nutriinfo.ch

tabula | Zeitschrift für Ernährung
 Redaktion T +41 31 385 88 84 | tabula.ch

nutriale® | Ernährungstest
nutriale.ch

shop sge | Der Online-Shop der SGE
 T +41 31 385 88 88 | F +41 31 385 88 89 | www.sge-ssn.ch/shop

Rechercher the one auf Facebook