

Ernährungskompetenz in Österreich

Denise Schütze¹; Dr. Robert Griebler¹; Dr. Thomas Link¹; Judith Benedics²; Dr. Karin Schindler²

¹ Gesundheit Österreich GmbH; ² Bundesministerium für Soziales, Gesundheit, Pflege und Konsumentenschutz, BMSGPK

Eine gesunde Ernährung ist ein maßgeblicher Faktor, damit Menschen langfristig gesund bleiben können. Dafür spielen die Gesundheitskompetenz (GK) in Sachen Ernährung (Nutrition Health Literacy) und die Ernährungskompetenz (Food Literacy) der Bevölkerung eine entscheidende Rolle. 2021 wurden in Österreich erstmals umfassende Daten zu diesen Kompetenzen erhoben.

Knapp 3.000 Personen wurden online befragt. Die ernährungsbezogene GK wurde mit der neu entwickelten Nutrition Health Literacy Scale (NHL) abgefragt, die Ernährungskompetenz mittels der Self-Perceived Food Literacy Scale (SPFL). Auf Basis der Skalen wurden Scores und Subscores berechnet. Zusammenhänge zwischen soziodemografischen und sozioökonomischen Merkmalen und den abgefragten Kompetenzbereichen wurden mit T-Tests, Varianzanalysen, Korrelationen und multivariaten Regressionsmodellen untersucht.

Bei der ernährungsbezogenen GK erreichen die Befragten im Durchschnitt 60 von 100 Punkten, wobei das Beurteilen (51 Punkte) und Anwenden von Ernährungsinformationen (60 Punkte) sich am schwierigsten gestaltet. Bei der Ernährungskompetenz erreichen die Befragten durchschnittlich 62 von 100 Punkten. Die größten Herausforderungen bestehen in den Bereichen „Gesünderes auswählen“ (44 Punkte), „Gesundes snacken“ (52 Punkte) und „Gesunde Ernährung in Ausnahmesituationen“ (54 Punkte). In beiden Kompetenzbereichen schneiden Männer und Personen mit niedriger formaler Bildung schlechter ab. Bei der ernährungsbezogenen GK zeigt sich zusätzlich, dass Personen ab 65 Jahren größere Schwierigkeiten haben. Umgekehrt schneidet diese Personengruppe bei der Ernährungskompetenz besser ab. Unterschiede nach Einkommen sind nur bei der Ernährungskompetenz – zu Ungunsten der niedrigen Einkommensgruppen – erkennbar.

Erste Handlungsoptionen umfassen die Bereitstellung qualitätsgesicherter und zielgruppenspezifischer Informationen, die Implementierung geeigneter Tools, um Lebensmittel gesamthaft leichter einschätzen zu können, und Maßnahmen zur Stärkung der Urteilskompetenz, der digitalen GK und der Lebensmittel- bzw. Ernährungskompetenz.