

NUTRI-SCORE ▷ Das Wichtigste in Kürze

Diabetes, Herz-Kreislauf-Erkrankungen und andere nicht übertragbare Krankheiten (NCD) betreffen auch in der Schweiz immer mehr Menschen. Die Entstehung dieser Krankheiten hängt laut nationaler NCD-Strategie auch mit der Ernährung zusammen. Eine gesunde Lebensmittelwahl ist bei dem wachsenden und unübersichtlichen Angebot von verarbeiteten Produkten heute schwieriger denn je. Der wissenschaftsbasierte Nutri-Score hilft den Konsument:innen, diese Produkte einfach zu vergleichen. Deshalb unterstützt die Allianz Gesundheit und Ernährung seine flächendeckende Einführung.

Was ist der Nutri-Score?

Der Nutri-Score ist eine freiwillige Kennzeichnung für verarbeitete und verpackte Lebensmittel. Seine Anwendung wird in der Schweiz durch das Bundesamt für Lebensmittelsicherheit und Veterinärwesen BLV verwaltet.

Wer hat den Nutri-Score entwickelt?

Die Formel hinter dem Nutri-Score wurde von unabhängigen Forschenden in Frankreich (Serge Hercberg und Mitarbeitende) entwickelt und validiert. Ein internationales Wissenschaftsgremium passt bei Bedarf aufgrund wissenschaftlich neuer Erkenntnisse die Formel an, unabhängig von Wirtschaft und Politik.

Warum braucht es eine vereinfachte Kennzeichnung von Lebensmitteln?

Die auf der Verpackung angegebenen Informationen über die Zusammensetzung des Produktes sind nicht immer leicht zu interpretieren. Der Nutri-Score vereinfacht diese Informationen und macht dadurch die Qualität der Produkte leichter verständlich und vergleichbar.



Der Nutri-Score ist eine wissenschaftlich fundierte Einkaufshilfe, die es Konsument:innen ermöglicht, die Qualität von verarbeiteten Lebensmitteln der gleichen Produktgruppe miteinander zu vergleichen. Wissenschaftliche Studien zeigen, dass der Nutri-Score hilft, den Einkaufskorb gesünder zu machen. Je mehr Produkte mit dem Nutri-Score gekennzeichnet sind, desto besser kann er die bewusste und gesündere Wahl beim Einkaufen unterstützen.

Nutri-Score ist international verbreitet, von Fachgesellschaften anerkannt und wird von immer mehr Firmen angewendet.

Wie wird der Nutri-Score berechnet?

Eine Formel verrechnet positive und negative Aspekte des Lebensmittels miteinander. Einen positiven Einfluss auf die Ausgewogenheit hat der Gehalt an Früchten, Gemüse, Hülsenfrüchten, Nüssen, gewissen Ölen, Nahrungsfasern und Eiweiss. Umgekehrt tendiert der Score umso stärker in den roten Bereich, je mehr Zucker, Salz, gesättigte Fettsäuren und Energie ein Lebensmittel enthält.

Was kann der Nutri-Score?

Mit Hilfe des Nutri-Scores können ähnliche Produkte miteinander verglichen werden – also Joghurt mit Joghurt, Schoko- und Getreideriegel untereinander oder Frühstücksflocken mit Frühstücksflocken. So ist schnell das ausgewogenere Produkt zu erkennen und die Wahl beim Lebensmitteleinkauf wird erleichtert.



Was sagt der Nutri-Score nicht?

Der Nutri-Score ist keine Ernährungsempfehlung und keine absolute Bewertung. Er ist nicht dafür da, verschiedene Produktkategorien gegeneinander auszuspielen. Ein grüner Nutri-Score ist kein Freipass für unbegrenzten Verzehr, ein roter kein Verbot. Der Nutri-Score ersetzt nicht die Schweizer Lebensmittelpyramide als Grundlage für eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung: Mit Hilfe des Nutri-Scores soll es einfacher fallen, das Produkt zu wählen, das besser passt, die Ernährungsempfehlungen zu leben.

Grundlagen und weiterführende Information (d, f): allianzernaehrung.ch/de

Den Nutri-Score befürworten ...

- ▷ ... die Mitglieder der Allianz Ernährung und Gesundheit
 - Associazione consumatrici e consumatori della Svizzera italiana ACSI
 - Berufsverband Ernährungs-Psychologische Beratung Schweiz, EPB
 - Fédération romande des consommateurs FRC
 - Krebsliga Schweiz
 - Pädiatrie Schweiz
 - Public Health Schweiz
 - Schweizerische Gesellschaft für Ernährung SGE-SSN
 - Schweizerische Herzstiftung
 - Schweizerischer Verband der ErnährungsberaterInnen SVDE
 - Schweizerische Zahnärzte-Gesellschaft SSO
 - Stiftung für Konsumentenschutz
 - Swiss Academic Nutritionists SWAN
 - Verband Fourchette verte Schweiz

- ▷ ... sowie die folgenden Gesellschaften :
 - Allianz Adipositas Schweiz
 - Fachverband Adipositas im Kinder- und Jugendalter AKJ
 - Haus- und Kinderärzte Schweiz (mfe)
 - Kollegium für Hausarztmedizin KHM
 - Schweizerische Arbeitsgemeinschaft für Swiss Medical Students Association SWIMSA