

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
 Fédération romande des consommateurs FRC
 Krebsliga Schweiz
 Pädiatrie Schweiz
 Public Health Schweiz
 Schweizerische Adipositas-Stiftung SAPS
 Schweizerische Gesellschaft für Ernährung SGE-SSN
 Schweizerische Herzstiftung
 Schweizerischer Verband der ErnährungsberaterInnen SVDE
 Schweizerische Zahnärzte-Gesellschaft SSO
 Stiftung für Konsumentenschutz SKS
 Swiss Academic Nutritionists SWAN
 Verband Fourchette verte Schweiz

▷ ... sowie die folgenden Gesellschaften und Personen:

Association des diététiciens genevois ADiGe
 Fachverband Adipositas im Kinder- und Jugendalter AKJ
 Haus- und Kinderärzte Schweiz (mfe)
 RADIX Schweizerische Gesundheitsstiftung
 Schweizerische Arbeitsgemeinschaft für Metabolismus und Obesitas SAMO
 Schweizerische Gesellschaft für Allgemeine Innere Medizin SGAIM
 Schweizerische Gesellschaft für Gastroenterologie SGG SSG
 Schweizerische Gesellschaft für Kardiologie
 Swiss Medical Students Association SWIMSA
 Swiss Society for the Study of Morbid Obesity and Metabolic Disorders SMOB
 Swiss Vitamin Institute ISV
 Dr. Roger Darioli Prof hon UNIL
 Dr. Nathalie Farpour-Lambert, Präsidentin European Association for the Study of Obesity