

7. BZfE-Forum

Ernährungsarmut in Deutschland- sehen, verstehen, begegnen

31. August 2023

Martin Rücker

Journalist und Autor

Ernährungsarmut in Deutschland – Fakten und Debatten

Dass auch im wohlhabenden Deutschland Menschen von armutsbedingter Mangelernährung betroffen sind, gilt wissenschaftlich als gesichert – politisch und medial setzt sich diese Erkenntnis nur zögerlich durch. Trotz einiger Datenlücken weisen starke Indizien auf die Existenz einer *Armutsspirale* hin: Armutsbetroffenen Menschen fehlen die finanziellen Mittel, sich und ihre Familien gesundheitsfördernd zu ernähren. Daraus resultierende Mikronährstoffdefizite sind dazu geeignet, einer gesunden physischen und kognitiven Entwicklung armutsbetroffener Kinder entgegenzuwirken. Das verringert ihre Chancen auf Bildungserfolge und erhöht somit die Wahrscheinlichkeit, dass in Armut aufwachsende Kinder auch als Erwachsene in Armut werden leben müssen – verbunden mit geringeren Möglichkeiten, ihre Kinder gesundheitsfördernd zu ernähren. Armut und Mangelernährung bedingen sich auf diese Weise gegenseitig.

In den politischen Debatten finden diese Erkenntnisse bislang keine hinreichende Berücksichtigung. Die Bedeutung von Ernährung für die Gesundheit bzw. die gesunde Entwicklung von Kindern wird gesamtgesellschaftlich unterschätzt; ernährungswissenschaftliche und auch z.B. epigenetische Erkenntnisse fließen nicht oder nur unzureichend in politisches Handeln ein. Dazu tragen auch verzerrte mediale Debatten bei. Nach wie vor wird Ernährung häufig als rein individuelles Thema miss- und nicht als politische Aufgabe verstanden. Zugleich ist die Ernährungspolitik bislang unzureichend mit der Gesundheits- oder Sozialpolitik vernetzt. Belange von Kindern spielen eine untergeordnete Rolle.

Exemplarisch für diese Thesen steht das Verfahren zur Bemessung der Regelsätze beim Bürgergeld: Die zugrundeliegende Verbraucherstichprobe beschränkt sich auf eine Befragung von Erwachsenen. Das für eine gesundheitsfördernde Ernährung erforderliche finanzielle Budget wird nicht einmal erhoben. Was als Ernährungskosten in den Regelsatz einfließt, orientiert sich also nicht am tatsächlichen Bedarf, sondern am vorhandenen Mangel. Studien, die dieser Frage nachgegangen sind, kommen jedenfalls mehrheitlich zu dem Ergebnis, dass die Regelsätze die Kosten einer gesundheitsfördernden Ernährung nicht decken. Besonders große Deckungslücken zeigen sich bei Kindern und Jugendlichen. Indem die Anpassung der Sozialleistungen zuletzt wiederholt geringer ausfiel als die Teuerung bei Nahrungsmitteln, fördert die Sozialpolitik armutsbedingte Mangelernährung noch zusätzlich, verbunden mit den beschriebenen Folgen für heranwachsende und zukünftige Generationen.

Nicht nur die wissenschaftlichen Erkenntnisse über die Relevanz einer ausreichenden Mikronährstoffversorgung gerade in kritischen Entwicklungsphasen von Kindern und über (auch transgenerationelle) epigenetische Prägungen legen einen anderen Blick auf Ernährungspolitik sowie auf die ernährungspolitischen Aspekte der Sozial- und Gesundheitspolitik nahe. Dies gebietet auch die menschenrechtliche Perspektive auf das Thema Ernährungsarmut. Kernbestandteil des Menschenrechts auf angemessene Nahrung ist die Ernährungssicherheit. Sie ist dann gegeben, wenn *alle* Menschen *zu jeder Zeit* einen Zugang zu bedarfsgerechter Nahrung haben und sich diesen auch leisten können. Mit heutigem Wissen ist zu attestieren: Das Menschenrecht auf angemessene Nahrung ist in Deutschland derzeit nicht verwirklicht, weil es an Ernährungssicherheit für relevante Bevölkerungsteile mangelt.

Kontakt: Martin Rücker, mail@martinruecker.com

