



Sozialwissenschaftliche Ernährungsforschung und Alter

Ein Forschungsdesiderat

Von Ingrid-Ute Leonhäuser, Jacqueline Köhler und Carina Walter

Die demographische Entwicklung in der Bundesrepublik Deutschland und in anderen westlichen Industrieländern erfordert es, sich in der sozialwissenschaftlichen Ernährungsforschung mit dem Ess- und Trinkverhalten im Zuge des Alterungsprozesses auseinander zu setzen. Damit ist das Forschungsziel verbunden, Erkenntnisse zur Gestaltung des Alltags zu gewinnen, die mit Essen und Trinken in Zusammenhang stehen. Die angestrebten Erkenntnisse sind unverzichtbar dafür, gesundheits- und bildungspolitische Konzepte für eine Gesundheitsförderung zu entwickeln, die dazu beitragen, Lebensqualität und die Erhaltung der Gesundheit im Alter zu erreichen.

Unsere Gesellschaft wird von Jahr zu Jahr älter. Immer mehr ältere Menschen stehen immer weniger jüngeren gegenüber (Abb. 1). Die Lebenserwartung steigt weiter. Heute geborene Mädchen – so die amtliche Statistik – werden im Durchschnitt 82 Jahre alt, neugeborene Jungen 76 Jahre. Der Prozess des Alterns verläuft zudem sehr heterogen und ist individuell beeinflussbar.

Im Zuge der damit einhergehenden sozialstrukturellen Veränderungen werden von den Sozialwissenschaften verschiedene Entwicklungstendenzen dargelegt (1): *Verjüngung* bezeichnet die Tendenz, jünger sein zu wollen, als man ist, und gemäß dieser subjektiven Wahrnehmung seinen Lebensstil verwirklichen zu wollen. *Entberuflichung* drückt aus, dass ein immer größer werdender Teil der Bevölkerung die Alters-

zeit ohne Berufstätigkeit erlebt. *Singularisierung* bezieht sich auf den Tatbestand, dass der Anteil Alleinlebender im Alter zunimmt und der Bedarf an Hilfe und Unterstützung von Seiten der Gesellschaft ansteigen wird, da allein lebende Menschen selten auf ein familiäres Netzwerk zurückgreifen können. *Feminisierung* fasst zusammen, dass infolge der höheren Lebenserwartung von Frauen die Alterspopulation aus einer Zwei-Drittel-Frauengesellschaft bestehen wird. Auch *Hochaltrigkeit* ist eine signifikante Entwicklungstendenz, mit der sich westliche Nationen auseinander zu setzen haben. Die Zahl der über 100-Jährigen wächst unaufhaltsam. Während 1965 genau 265 Personen und 1994 bereits 4602 Personen über hundert Jahre alt waren, prognostizieren Bevölkerungswissenschaftler für 2025 etwa 44000 über 100-jährige

Personen (2). Das Phänomen der *Kinderlosigkeit* in unserer Gesellschaft wird durch die nachlassende Bereitschaft in der Bevölkerung ausgelöst, Kinder zu bekommen. Kinderlosigkeit gilt als wesentliche Ursache der aktuellen Altersstruktur der Gesellschaft. Viele der Älteren von morgen werden keine Kinder haben (Abb. 2).

Sozialwissenschaftliche Alterungstheorien

Vor dem Hintergrund der gesellschaftlichen Konturen einer älter werdenden Gesellschaft wurden von Sozialwissenschaftlern und insbesondere von Gerontologen Theorien bzw. Erklärungsmodelle zum Prozess des Älterwerdens und seinen Folgen entwickelt.

Neben dem *Defizitmodell*, das Altern als Abbau und Verlust körperlicher,

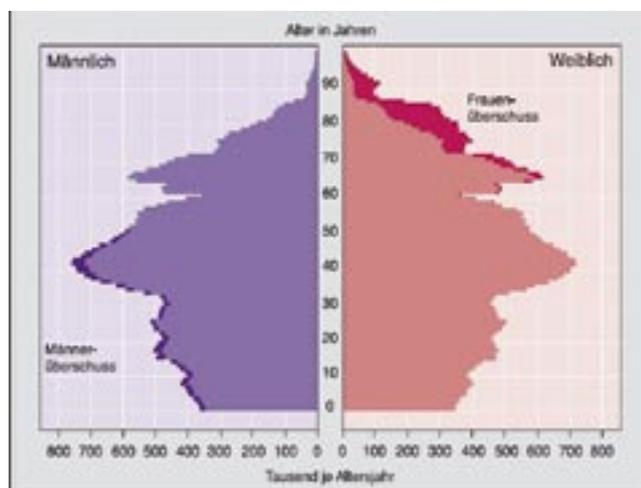


Abb. 1: Altersaufbau der Bevölkerung Deutschlands am 31.12.2004

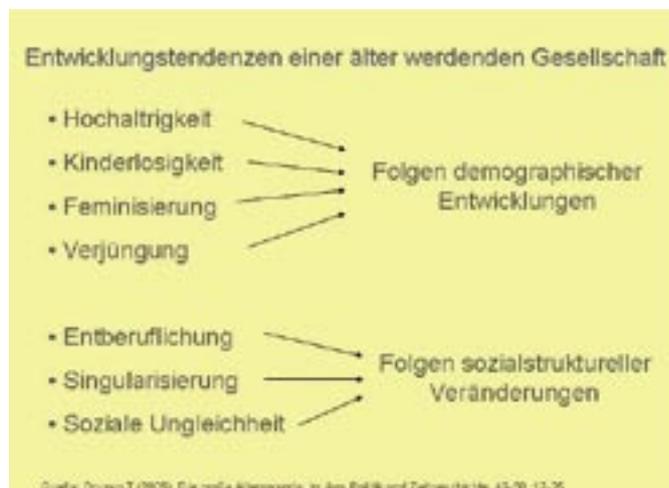


Abb. 2: Entwicklungstendenzen

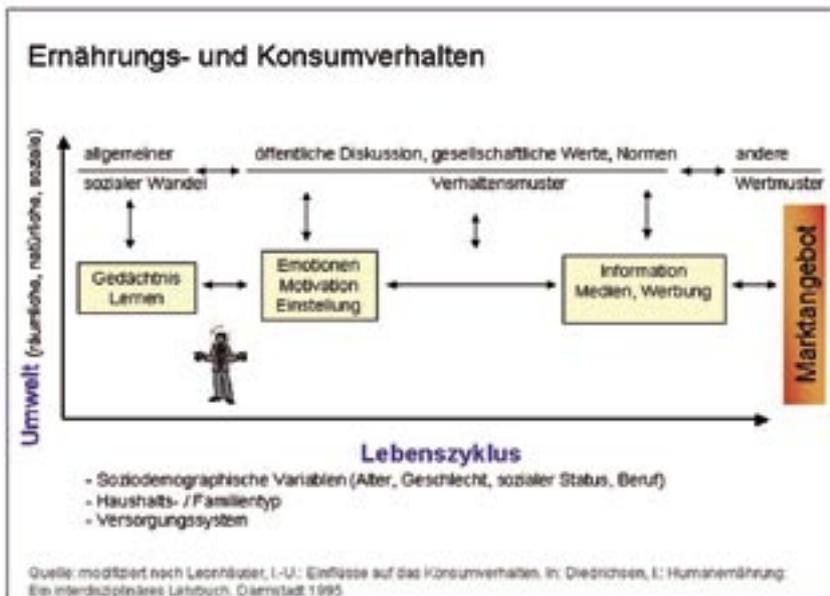


Abb. 3: Modell Ernährungs- und Konsumverhalten.

geistiger und emotionaler Fähigkeiten bezeichnet, ist die *Aktivitätstheorie* zu nennen, die der Ruhestandzeit eine fortgesetzte Aktivität zuspricht. Danach wird postuliert, dass ein erfolgreicher Alterungsprozess nur dann verwirklicht werden kann, wenn Aktivität und Be-

dürfnisse der mittleren Lebensjahre beibehalten werden. Die *Disengagementtheorie* spricht von einem Rückzug im Alter aus unterschiedlichen Lebensbereichen als unvermeidlichem Prozess, der mit dem Lösen von Beziehungen und Bindungen einhergeht. Die *Konti-*

nuitätsthese besagt demgegenüber, dass Kompetenzen und Handlungsmöglichkeiten beibehalten werden. Die Alterssituation entspricht demnach einer Fortführung der Lebenssituation im mittleren Lebensalter (2).

Die knappe Skizzierung sozialstruktureller Veränderungen und komplexer Alterstheorien erscheint in Bezug auf die Frage bedeutsam, ob und inwieweit diese in der Ernährungsforschung berücksichtigt werden. Anzunehmen ist, dass Altern nicht gleichzusetzen ist mit Abbau und Verlust von kognitiven Fähigkeiten, Kompetenzen und Fertigkeiten und dass es *das* Altern nicht gibt. Demzufolge beginnen Altersforscher (Staudinger 2003) eine dritte (60-75 Jahre) und vierte (ab 80 Jahren) Lebensphase zu unterscheiden.

Anzunehmen ist zudem, dass demographischer Wandel und sozialstrukturelle Folgen auch das Ernährungs- und Gesundheitsverhalten im Alter als Alltagshandeln beeinflussen. Denn die Ernährungsweise eines Menschen steht in unmittelbarem Zusammenhang von gesellschaftlichen und individuellen biographischen Bedingungen. Die Kenntnis von altersbedingt unterschiedlichen Einstellungen, Motiven und Gewohnheiten, die das Ernährungsverhalten der Älteren in ihrem Lebensverlauf prägen und die sich herausbilden, spielt beispielsweise bei verhaltenswissenschaftlichen Studien eine wichtige Rolle.

Ernährungsverhalten im Alter

Aktuelle ernährungswissenschaftliche Untersuchungen befassen sich schwerpunktmäßig mit ernährungsphysiologischen, ernährungsmedizinischen und sensorischen Aspekten der Ernährung. Es gibt kaum Studien, die das Ernährungsverhalten und dessen Entstehungszusammenhänge beim älteren Menschen untersuchen.

Das Ernährungsverhalten ist ein komplexer Vorgang, der außer von physiologischen Bedürfnissen auch von sozioökonomischen, kulturellen und psy-



Prof. Dr. Ingrid-Ute Leonhäuser
 Institut für Ernährungswissenschaft
 Senckenbergstraße 3, 35390 Gießen
 Telefon: 0641 99-39081
 ingrid-ute.leonhaeuser@ernaehrung.uni-giessen.de

Ingrid-Ute Leonhäuser, Jahrgang 1948, ist Diplom-Ökotrophologin. Von 1974 bis 1979 war sie Wissenschaftliche Mitarbeiterin an der Professur für Wirtschaftslehre des Haushalts und Verbrauchsforschung der Universität Gießen. Nach ihrer Promotion und einer zehnjährigen Tätigkeit als Dezernentin für Verbraucheraufklärung im Hessischen Landesamt für Ernährung, Landwirtschaft und Landentwicklung, Abteilung Ernährung, Frankfurt am Main, ist sie seit 1990 Professorin für Ernährungsberatung und Verbraucherverhalten. Seit 1995 ist sie Fachvertreterin und Mitglied des Wissenschaftlichen Präsidiums der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e.V. (DGE) sowie Mitglied in internationalen fachwissenschaftlichen Gesellschaften. Seit 2003 arbeitet sie im wissenschaftlichen Beirat für Verbraucher- und Ernährungspolitik des Bundesministeriums für Ernährung, Landwirtschaft und Verbraucherschutz.

chologischen Determinanten bestimmt wird. Zur Analyse des Ernährungsverhaltens sowohl von Individuen als auch von Bevölkerungsgruppen dient der verhaltenswissenschaftliche Ansatz als Basis, mögliche zusammenwirkende Verhaltensvariablen empirisch zu untersuchen (3).

Abbildung 3 zeigt wesentliche Bestimmungsgrößen des individuellen Ernährungsverhaltens vor dem Hintergrund räumlicher, natürlicher und sozialer Umwelt sowie des Lebenszyklus.

Verhaltenswissenschaftliche Aspekte im Verlauf des Alterungsprozesses von Männern und Frauen zu untersuchen, dies war bislang von nachrangigem Forschungsinteresse. Dies wird auch durch die ersten Ergebnisse des europäischen Projektes „NUTRI-SENEX“ bestätigt. Es gibt nur einige wenige Untersuchungen, vornehmlich aus Großbritannien und den skandinavischen Ländern, die sich mit der Ernährungssituation älterer Menschen, Senioren und Hochbetagter befassen.

Lediglich in einer qualitativen Studie in Gießen wurde das Ernährungsverhalten im Lebensverlauf von Frauen über 65 Jahren bei 60 Teilnehmerinnen untersucht, die noch selbständig in ihrem eigenen Haushalt leben. Dabei wurde analysiert, inwieweit Essen und

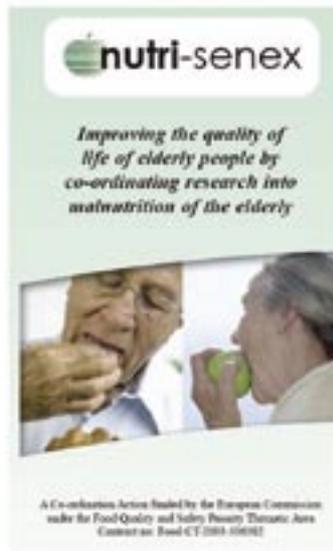


Abb. 4: EU-Projekt NUTRI-SENEX

Koordinationsprojekt der Europäischen Kommission im Rahmen des 6. EU-Forschungsprogramms; Laufzeit: Jan. 2003 - Dez. 2006

www.nutri-senex.com

Trinken in Alltagshandlungen eingebunden und eine in Sozialisationsprozessen erlernte Handlung ist (4).

Das Projekt NUTRI-SENEX

Die Arbeitsgruppe Ernährungsberatung und Verbraucherverhalten beschäftigt sich seit 2004 in dem im Rah-

men des Sechsten EU-Förderprogramms finanzierten Projekts „*Improving the quality of life of elderly people by co-ordinating research into malnutrition of the elderly – NUTRI-SENEX*“, mit dem Schwerpunkt „Ernährungsverhalten von älteren Menschen unter soziokulturellen, sozioökonomischen und psychosozialen Aspekten“ (Abb. 4).

Das Projekt, an dem 30 Teilnehmer aus Forschung und Entwicklung aus zwölf europäischen Ländern arbeiten, zielt darauf ab, bestehende Forschungslücken aufzudecken und international besetzte Forschergruppen zu motivieren, entsprechende Forschungsvorhaben kooperativ auf den Weg zu bringen. Hierzu werden Forschungsaktivitäten in Europa und auf internationaler Ebene aus dem komplexen Bereich der Lebensmittelversorgungskette und Ernährungsversorgung herausgearbeitet, koordiniert sowie aktuelle Forschungsergebnisse und Forschungsgruppen dokumentiert.

Neben der Bearbeitung von rein wissenschaftlichen Fragen befasst sich das Vorhaben mit dem Prozess Forschung und Entwicklung in der Industrie. Spe-



Jacqueline Köhler

Institut für Ernährungswissenschaft
Senckenbergstraße 3, 35390 Gießen
Telefon: 0641 99-39084
jacqueline.g.koehler@ernaehrung.uni-giessen.de

Jacqueline Köhler, Jahrgang 1977, studierte von 1996 bis 2002 Ökotrophologie an der Justus-Liebig-Universität Gießen mit dem Schwerpunkt Ernährungswissenschaft. Seit 2003 ist sie Wissenschaftliche Mitarbeiterin an der Professur für Ernährungsberatung und Verbraucherverhalten des Instituts für Ernährungswissenschaft und arbeitet an einer Dissertation zum Thema „Ernährungsverhalten von Familien mit niedrigem Einkommen“. Ein weiterer Forschungsschwerpunkt ist das Thema Ernährungsverhalten im Alter, das sie seit 2004 im EU-Projekt „NUTRI-SENEX“, u.a. als Leiterin der Expertengruppe „Healthy Eating in Relation to Lifestyle and Food Choice“, bearbeitet.



Abb. 5: Inhalte des EU-Projektes NUTRI-SENEX

zielle Technologien, Produkte und Dienstleistungen, die zur Steigerung der Lebensqualität und Alltagsgestaltung von Älteren beitragen können, werden analysiert, ausgewertet und in einer Datenbank zusammengefasst. Zudem erfolgt eine komplette Darstellung der europäischen Gesetzgebung zur Transparenz und Qualitätssicherung von öffentlichen und privatwirtschaft-

lichen Betreuungs- und Pflegeleistungen und zum Lebensmittelrecht sowie eine detaillierte Patent-Recherche zu altersgerechten Gütern und Dienstleistungen (Abb. 5).

Auf Basis der Ergebnisse werden Empfehlungen und Strategien für Verantwortliche aus Industrie, Politik und Forschung entwickelt, die mit und für ältere Menschen im Bereich Ernährung,

Gesundheit und Pflege arbeiten und sich mit den speziellen Bedürfnissen und Anforderungen unterschiedlicher Altersgruppen befassen. Als ein besonderer „Output“ des Projektes werden umfassende Datenbanken erstellt, die z.T. bereits jetzt auf der Projekt-Homepage öffentlich zugänglich sind. (www.nutri-senex.com)

Als erstes Projektergebnis zeigt sich, dass es folgende Fragestellungen zukünftig in Forschung und Entwicklung zu bearbeiten gilt:

- Einstellungen, Erfahrungen und Wertschätzungen von Essen und Trinken aus dem biographischen Lebenszusammenhang älterer Menschen
- Einflussfaktoren zur Herausbildung von Esstypen im Lebensverlauf
- Motive und Einstellungen zur Lebensmittelauswahl
- Interkulturelle Vergleiche von Ernährungsversorgung, Mahlzeitenmustern und Lebensstilen auf europäischer und internationaler Ebene
- Bedeutung von Ressourcen und Umwelteinflüssen auf gesundheitsförderliches Ernährungsverhalten

Fazit

Verhaltenswissenschaftliche Studien sind vor dem Hintergrund gesellschaftlicher Entwicklungen im Rahmen von interdisziplinären-empirischen Forschungsansätzen notwendig. Es besteht insbesondere ein Bedarf an sozialwissenschaftlichen Untersuchungen zum Ess- und Trinkverhalten im Lebensverlauf von Menschen in der 3. und 4. Lebensphase (biographischer Forschungsansatz) unter Berücksichtigung der wirtschaftlichen und psychosozialen Lebenslage. Das Verständnis der dem Ess- und Trinkverhalten zugrunde liegenden emotional affektiven Befindlichkeiten und Kognitionen (neobehavioristischer Forschungsansatz) muss weiter untersucht werden ebenso wie die Hypothese von altersbedingt unterschiedlichen Einstellungen, Motiven und Gewohnheiten.

Verhaltenswissenschaftliche Erkennt-



Carina Walter

Institut für Ernährungswissenschaft
Senckenbergstraße 3, 35390 Gießen
Telefon: 0641 99-39082
corina.walter@ernaehrung.uni-giessen.de

Carina Walter, Jahrgang 1979, studierte an der Justus-Liebig-Universität Gießen Ökotrophologie mit dem Schwerpunkt Ernährungswissenschaft. Ihre Diplomarbeit verfasste sie 2004/2005 im Rahmen des EU-Projekts NUTRI-SENEX zum Thema „Nutrition Behaviour of Senior Citizens Living Independently in the EU in their own Homes“. Seit ihrem Diplom 2005 ist sie als Doktorandin in einem Kooperationsprojekt zwischen der Universität Gießen und dem Bayerischen Staatsministerium für Umwelt, Gesundheit und Verbraucherschutz, München, tätig. Zur Erstellung ihrer Dissertation zum Thema „Ernährungs- und Gesundheitsverhalten von Nürnberger Grundschulkindern vor dem Hintergrund ihrer sozioökonomischen Situation“ erhält sie seit 2006 ein Graduierten-Stipendium der Universität Gießen.

nisse dienen dabei als Grundlage, zielgruppenorientierte Handlungsempfehlungen und Beratungsmodelle zu entwickeln, die dazu beitragen, den Ernährungsalltag positiv zu gestalten. Je genauer die Einstellungen, Erwartungen und Kenntnisse der älteren Verbraucher bekannt sind, desto personenzentrierter können Aktivitäten zur Verbesserung ihrer Ernährungssituation ergriffen werden (5).

Neben dem dargestellten Forschungsbedarf ist es notwendig, Angebote im Güter- und Dienstleistungsbe- reich zu entwickeln, die die Alltagsbewältigung der Senioren erleichtern und zu einem gesundheitsförderlichen Lebensstil beitragen.

LITERATUR

1. Druyen T (2005) Die große Alterswende. *Aus Politik und Zeitgeschichte*, 49-50: 17-25.
2. Backes G & Clemens W (2003) Lebensphase Alter: eine Einführung in die sozialwissenschaftliche Altersforschung. *Weinheim: Juventa*.
3. Leonhäuser IU (1999) Die Ernährungs- und Verbraucherberatung – Überlegungen zu einer verhaltenswissenschaftlich orientierten Beratung. In: *Karg, Wolfram (Hrsg.): Ökotrophologie – Wissenschaft für die Menschen. Studien zur Haushaltsökonomie*. Peter Lang Verlag: 207-223.
4. Brombach C (2000) Ernährungsverhalten im Lebensverlauf von Frauen über 65 Jahren. Eine qualitativ-biographische Untersuchung. Köhler: Gießen.
5. Leonhäuser IU & Köhler BM (1999) Public Health and Nutrition in Germany: The State of the Art – Conclusions for an Integrated Concept. In: *Köhler BM et. Al. (Hrsg.): Public Health and Nutrition. The Challenge. Edition sigma: Berlin: 278–288*.

Professur für Ernährungsberatung und Verbraucherverhalten

Forschungsschwerpunkte:

- Empirische Studien zum Ernährungs- und Konsumverhalten von ausgewählten Bevölkerungsgruppen bzw. Privathaushalten in Deutschland und anderen europäischen Ländern sowie zur Ernährungsversorgung in außerfamiliären Bildungs- und Betreuungseinrichtungen. Verhaltens- und Versorgungsanalysen sind Voraussetzung für verhaltens- und entscheidungsorientierte Ernährungs- und Konsumberatungen für einzelne Personen, Personengruppen, NGOs und öffentliche/soziale Einrichtungen. Forschungsvorhaben beziehen sich auf das Ernährungs- und Gesundheitsverhalten von Privathaushalten mit Kindern in Deutschland und anderen Ländern, unter Berücksichtigung von sozialökonomischen Bedingungen, von aktuellen Ernährungstrends und Ernährungsgewohnheiten im interkulturellen Vergleich. Dabei spielen innovative methodische Ansätze zur empirischen Erhebung des situationsbedingten Ernährungsverhaltens und des Lebensmittelverzehrs von Untersuchungskollektiven sowohl in Wohlstandsgesellschaften als auch in Transformations- und Entwicklungsländern eine wesentliche Rolle.
- Empirische Untersuchungen zur Ernährungssicherung (Food Security) privater Haushalte im Kontext von internationaler Entwicklungszusammenarbeit und Genderforschung. Zur Zeit Projektbetreuung in Bangladesch und Projektbeantragung zur Analyse von Ernährungssicherungssystemen unter Berücksichtigung sozialökonomischer Aspekte in zwei afrikanischen Ländern.
- Verbraucherpolitik im Kontext von Ernährungsaufklärung und -information. Die nationale und europäische Verbraucherpolitik ist ein Regulativ im internationalen Marktwirtschaftssystem. Mittels der Verbraucherinformation, -bildung, -aufklärung und -beratung gilt es den Marktpartner Verbraucher in seinen Konsumententscheidungen zu stärken und ihn mit Hilfe des Verbraucherschutzes vor irreführender Werbung zu bewahren. Die Analyse des Phänomens „Verbraucherverunsicherung“/„Entfremdung“ aufgrund aktueller Ereignisse sowie Fragen der Informations- und Kommunikationsgestaltung zur Verbesserung des Anbieter-Verbraucher-Dialogs am Beispiel von qualitativ hochwertigen (auch von regionalen) Lebensmittelprodukten stehen im Mittelpunkt dieses Forschungsschwerpunktes.