

campus



HANDBUCH WELTERNÄHRUNG

LIوبا WEINGÄRTNER · CLAUDIA TRENTMANN

HERAUSGEBER: DEUTSCHE WELTHUNGERHILFE E.V.

Dr. Lioba Weingärtner ist Ökotrophologin und als Beraterin, Gutachterin und Trainerin für verschiedene nationale und internationale Organisationen in der Entwicklungszusammenarbeit und humanitären Hilfe tätig.

Dr. Claudia Trentmann ist Ökotrophologin und Sozialwissenschaftlerin. Sie arbeitet seit 1990 als Beraterin und Gutachterin für verschiedene Organisationen in der Entwicklungszusammenarbeit und begleitet vor allem Projekte im ländlichen Raum in Lateinamerika und Afrika.

Lioba Weingärtner
Claudia Trentmann
Deutsche Welthungerhilfe e.V. (Hrsg.)

Handbuch Welternährung

Mit einem Vorwort von Prof. Dr. Klaus Töpfer

Campus Verlag
Frankfurt/New York

© Campus Verlag GmbH

Wir danken der Stiftung fiat panis, Ulm,
für die konstruktiven Diskussionen und die
finanzielle Unterstützung.

Aus Gründen der besseren Lesbarkeit wird bei der Nennung von Personen und
Personengruppen die männliche Sprachform verwendet. Diese schließt Frauen
ausdrücklich mit ein.

Redaktionsschluss für alle verwendeten Daten, Fakten und Anmerkungen ist
September 2010.

ISBN 978–3–593–39354–4

Das Werk einschließlich aller seiner Teile
ist urheberrechtlich geschützt.

Jede Verwertung ist ohne Zustimmung des Verlags unzulässig.
Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen,
Mikroverfilmungen und die Einspeicherung und Verarbeitung
in elektronischen Systemen.

Copyright © 2011 Campus Verlag GmbH, Frankfurt am Main

Umschlaggestaltung: Anne Strasser, Hamburg

Umschlagmotiv: © getty images

Satz: Publikations Atelier, Dreieich

Lektorat: Petra Thorbrietz

Druck und Bindung: Beltz Druckpartner, Hemsbach

Gedruckt auf Papier aus zertifizierten Rohstoffen (FSC/PEFC).

Printed in Germany

© Campus Verlag GmbH

Inhalt

| | |
|---|-----------|
| Vorwort von Prof. Dr. Klaus Töpfer | 9 |
| Einleitung | 11 |
| I. Zur Lage der Welternährung | 13 |
| 1. Die vielen Gesichter der Fehlernährung | 15 |
| Rekord des Hungers: Jeder sechste Mensch in Entwicklungsländern hat nicht genug zu essen 15 · Die Verteilung des Mangels: Asien und Afrika im Zentrum 16 · Besonders betroffen: Länder in verlängerten Krisen 18 · Zu wenig oder zu viel: Maßstäbe des Mangels 19 · Was oft nicht sichtbar ist: versteckter Hunger 22 · Unterernährung: akut oder chronisch? 24 · Von Generation zu Generation: vererbtes Defizit 24 · Ein zu ehrgeiziges Ziel: Halbierung von Untergewicht 26 · Fragile Risikogruppe: akute und chronische Unterernährung bei Kleinkindern 27 · Mangel im Überfluss: Adipositas 30 · Die doppelte Last: Hunger und Fettsucht 31 · Nahrung allein ist noch keine angemessene Ernährung 34 · Selbstverantwortete Politikgestaltung: Ernährungssouveränität 36 · Ziele und Prognosen 38 | |
| 2. Auswirkungen von Nahrungskrisen und Fehlernährung | 40 |
| Risiken addieren sich 40 · Die Folgen von Fehlernährung: Körper und Geist leiden 42 · Ökonomische Kosten, soziale Folgen 43 · Weitere Millenniumsentwicklungsziele gefährdet 46 · Bedrohung von Frieden und Sicherheit 46 | |
| 3. Die Ursachen von Hunger und Unterernährung | 48 |
| Die Rolle der Nahrungsmittelproduktion 50 · Kleinbauern auf dem globalen Markt 53 · Nachernteverluste durch unsachgemäßen Umgang 55 · Preisdumping durch Handelspolitik und fehlgeleitete Nahrungsmittelhilfe 56 · Zugang zu Nahrungsmitteln und | |

Preisspiralen 58 · Verwendung und Verwertung von Nahrungsmitteln 60 · HIV und AIDS 62 · Globale Vernetzungen 63 · Bevölkerungswachstum 63 · Weltweiter Klimawandel 67 · Kriege und Konflikte 69 · Aggressive Agrarpolitik der Europäischen Union 71 · Handelshemmnisse verzerren den Wettbewerb 73 · Agrartreibstoffe konkurrieren um Anbauflächen 76 · Landnahmen – *landgrabbing* 78 · Spekulationen mit Nahrung 80 · Nahrungssicherung als Stiefkind kurzfristiger Politik 82

| | |
|--|------------|
| II. Politische Maßnahmen gegen Hunger und Unterernährung | 85 |
| 4. Hungerbekämpfung: eine Verpflichtung für alle | 87 |
| Im Fokus: soziale Gerechtigkeit 87 · Völkerrecht und Menschenrecht auf Nahrung 88 · Ökonomische Argumente als Anreiz für die Politik 92 · Millenniumsentwicklungsziele als Bekenntnis der internationalen Staatengemeinschaft 94 | |
| 5. Das Potenzial der kleinbäuerlichen Landwirtschaft | 98 |
| Nachhaltigkeit infolge kleinbäuerlicher Landwirtschaft 101 · Biodiversität statt Gentechnik 103 · Urbane Landwirtschaft 106 · Einkommensstärkung für ländliche Haushalte 108 | |
| 6. Strukturpolitik als Motor des Wandels | 113 |
| Ausbau von Straßen und Transportnetzen 113 · Soziale Sicherung als Krisenpuffer 114 · Gesundheit: Behandlung, Vorsorge, Beratung 121 · Krisenintervention durch Nahrungsprogramme 125 · Ausbau der Trinkwasserversorgung und der Sanitäreinrichtungen 128 · Empowerment der Frauen 129 | |
| 7. Paradigmenwechsel | 134 |
| Global denken – lokal handeln 134 · Nachhaltigkeit statt Wachstum wie bisher 135 | |
| III. Was ist zu tun? Die Agenda für Akteure | 137 |
| 8. Die Agenda für nationale Regierungen | 139 |
| Das Recht auf Nahrung in der Verfassung verankern 140 · Gemeinsame Ziele verfolgen: Beispiel Panafrika 142 · Umsetzungs- | |

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|---|-------|--|-----|--|-----|---|-----|---|-----|--|-----|--|-----|--------------------------------|-----|-------------------|-----|-------------------------------|-----|
| strategien koordinieren | 146 | · Kurz- und Langfristspektiven vereinen | 146 | · Alle relevanten Gruppen beteiligen | 150 | · Aus Fehlern und Erfolgen lernen | 151 | · Lokale und regionale Ansätze entwickeln | 153 | · An internationalen Politikprozessen teilnehmen | 155 | | | | | | | | |
| 9. Die Agenda für die internationale Gemeinschaft | | | | | | | | | | | 156 | | | | | | | | |
| Globale Herausforderungen aufgreifen | 156 | · Neue grenzübergreifende Instrumente schaffen: <i>High Level Task Force on the Global Food Crisis</i> | 156 | · Politikinitiative für Ernährung: <i>Scaling up Nutrition</i> | 158 | · Reform der Institutionen: <i>Committee on World Food Security (CFS)</i> | 160 | · Mehr finanzielle Ressourcen: EU und G8 | 162 | · Förderung der Wertschöpfung durch Kleinbauern | 163 | · Neue »Grüne Revolution für Afrika«: AGRA | 167 | · Förderung der Agrarforschung | 168 | | | | |
| 10. Aufgaben der Zivilgesellschaft | | | | | | | | | | | 173 | | | | | | | | |
| Um wen geht es? | 173 | · Anwalt, Lobby, Sprachrohr für die Unterdrückten | 175 | · Kritische Begleiter und Partner der Regierungen | 175 | · Ersatz staatlicher Funktionen in der Krise | 177 | · Lokale Bezüge herstellen | 178 | | | | | | | | | | |
| 11. Beispiele neuer Partnerschaften | | | | | | | | | | | 180 | | | | | | | | |
| Baumwolle: <i>Cotton made in Africa</i> | 180 | · Wasser: <i>Viva con Agua</i> | 184 | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 12. Das kann jeder Einzelne tun | | | | | | | | | | | 185 | | | | | | | | |
| Nachhaltige Produkte kaufen | 185 | · Gesund und ausgewogen essen – Verschwendung vermeiden | 187 | · Recycling bevorzugen: Mehrwegflaschen | 188 | · Saisonal und regional kaufen: Obst und Gemüse | 189 | · Artenschutz und Treibhausgase beachten: weniger Fleisch und Fisch | 190 | · Auf Fairen Handel Wert legen | 195 | · Sich politisch engagieren | 195 | · Mitmenschen motivieren | 199 | · Mitglied werden | 199 | · Spenden und Spenden sammeln | 203 |
| 13. Ausblick | | | | | | | | | | | 204 | | | | | | | | |
| Glossar und Abkürzungsverzeichnis | | | | | | | | | | | 206 | | | | | | | | |
| Verzeichnisse | | | | | | | | | | | 214 | | | | | | | | |
| Anmerkungen | | | | | | | | | | | 219 | | | | | | | | |
| Register | | | | | | | | | | | 234 | | | | | | | | |

Vorwort

Fast eine Milliarde Menschen hungern, mit anderen Worten: Ein-tausend Millionen Menschen. Noch konkreter ist dieses Bild: zwölf Mal die Bevölkerung Deutschlands. Täglich sterben etwa 25 000 Menschen an Krankheiten, die von Unterernährung und Hunger ausgelöst werden. Hunger betrifft vor allem Kinder und Kleinkinder mit massiven negativen Konsequenzen für ihr ganzes Leben. Körperliche und geistige Fehlentwicklungen häufen sich bei ihnen als Folge von Unter-, Fehl- und Mangelernährung.

Acht Jahre habe ich in Afrika, in Nairobi in Kenia, gelebt. Nahezu täglich ist man dort mit Armut, Hunger und Hoffnungslosigkeit konfrontiert. Wir sprechen von einer globalisierten Welt – doch diese Welt ist mehr denn je eine geteilte Welt. Dieses Handbuch befasst sich mit den Problemen der Welternährung. Dabei hat das Wort »Ernährungsprobleme« exakt die gegensätzliche Bedeutung, je nachdem, in welcher der zwei Teilwelten es verwendet wird. Für bis zu 75 Prozent der gesamten Menschheit, die in den Entwicklungsländern leben, bedeutet »Ernährungsproblem«: Was ist zu tun, damit alle satt werden, damit Hunger und Fehlernährung besiegt werden können – dauerhaft und verlässlich? Wie kann vermieden werden, auf Hilfsmaßnahmen aus anderen Teilen der Welt angewiesen zu sein – die immer wieder Leben retten?

Dagegen bedeutet »Ernährungsproblem« in den hochentwickelten Ländern: Was ist zu tun, damit Übergewicht, insbesondere bei den Kindern, gestoppt werden kann? Was ist zu tun, damit viele durch Übergewicht verursachte Krankheiten nicht weiter zu Volksseuchen

werden und die Krankheitskosten hochtreiben? Und zusätzlich: Wie lange leistet sich diese Gesellschaft den Skandal, dass tagtäglich mehr Nahrungsmittel weggeworfen werden oder verkommen, als erforderlich wäre, um alle Menschen weltweit hinreichend zu ernähren? Bis zu 50 Prozent aller Nahrungsmittel werden in den hochentwickeltesten Ländern weggeworfen, das sind fast 20 Millionen Tonnen.

Was ist zu tun? Wir alle sind gefragt – als Verbraucherinnen und Verbraucher! Lebenslanges Lernen ist notwendig. Denn auch bei uns gilt: Fehlernährung ist in besonderer Weise ein soziales Problem. Das Bewusstsein für gesunde Ernährung muss in allen sozialen Schichten gelernt werden. Schluss mit der Wegwerfgesellschaft! Hilfen für die Landwirtschaft in Entwicklungsländern sind nötig. Dafür ist es auch notwendig, verstärkt in die Agrarforschung zu investieren. Aus den Fehlern der »Grünen Revolution« der sechziger Jahre, vor allem in Asien, muss gelernt werden: Die Industrialisierung der Landwirtschaft wird die Probleme sicher nicht bewältigen können. Wasser und Böden bilden die entscheidenden Engpässe für die Erzeugung von Lebensmitteln. Hier gilt *more crop per drop*. Subventionen für Exportprodukte, die die landwirtschaftliche Entwicklung in den Entwicklungsländern erschweren, müssen schnell abgebaut werden. Die gesellschaftliche Ächtung aller Börsenspekulationen auf Nahrungsmittel und Anbauflächen ist unerlässlich.

Hilfe zur Selbsthilfe ist die Herausforderung. Dieses Handbuch soll dabei unterstützen. Es liefert konkrete Daten und Fakten zu den Ursachen und Folgen von Hunger und Unterernährung. Dabei liefert es Beispiele, die Mut machen. Es gehört zur guten Tradition der Welthungerhilfe, das Handbuch Welternährung herauszugeben. Wir danken der Stiftung fiat panis für die finanzielle Unterstützung des Handbuchs. Es erscheint rechtzeitig vor dem fünfzigjährigen Jubiläum der Welthungerhilfe im Jahre 2012. Dass aus dem Buch Taten erwachsen mögen, ist mein aufrichtiger Wunsch an uns alle!

Ihr 

Prof. Dr. Klaus Töpfer, Vizepräsident der Welthungerhilfe

© Campus Verlag GmbH

Einleitung

Gibt es Hoffnung, den Hunger in der Welt wirksam zu bekämpfen?

Diese Frage beschäftigt seit Jahrzehnten Wissenschaft, Politik, Wirtschaft und Zivilgesellschaft. Auch immer mehr einzelne Bürger in Wohlstandsgesellschaften stellen das eigene Konsumverhalten infrage. Über Jahrzehnte hinweg suchte man die Lösung in der Entwicklung immer neuer Sorten, einer hoch technisierten Landwirtschaft und in der Produktion von mehr Nahrungskalorien. Doch Technologie allein reicht nicht aus. Die Probleme liegen tiefer.

Es ist die ungleiche Verteilung von Landbesitz, Produktionsmitteln und sozialen Dienstleistungen wie Zugang zu Bildung und Gesundheit, die zu einer unsicheren Ernährungslage führt – und damit zu dem ständigen Kampf um ein elementares Menschenrecht, das Recht auf Nahrung.

Wir haben uns daran gewöhnt, dass bei uns in Deutschland die Regale in den Supermärkten überquellen und die Preise für Lebensmittel seit Jahrzehnten sinken, während in den Medien über Versorgungskrisen und Hunger in der Welt berichtet wird. Die wenigsten Menschen bei uns bringen die Bilder von Dürren im Sahel, Überschwemmungen in Asien und Hungeraufständen in Haiti mit unserem Alltag in Verbindung. Während die Schicksale der Menschen nach der Jahrhundertflut in Pakistan zumindest kurzfristig in die Öffentlichkeit dringen, bleiben die von vielen Millionen unbeachtet, Menschen, die in Afrika, Asien und Lateinamerika an chronischem Hunger leiden. Und dies ist nicht neu.

Erst wenn sich Nahrungskrisen (wie die im Jahr 2008) zuspitzen

und die Nachrichten von Hungerrevolten berichten, Barrikaden in den Slums der Entwicklungsländer brennen und Läden und Wohnungen geplündert werden, geraten die verdrängten Probleme der Welternährung wieder in das öffentliche und politische Bewusstsein. Dann schrecken Politiker, Wissenschaftler und Wirtschaftsunternehmen wieder auf und beeilen sich, die Schäden zu begrenzen. Doch schnell umgesetzte Verteilungsprogramme behandeln nur die Symptome, nicht aber die tiefer liegenden Ursachen.

Der Kampf gegen Hunger und Unterernährung ist nicht nur eine ethische und humanitäre Verpflichtung, sondern auch eine ökonomische, soziale und sicherheitspolitische Aufgabe der internationalen Gemeinschaft. Es muss global und national gehandelt werden. Doch die Politik diskutiert immer noch über Strategien, anstatt konsequent und breitenwirksam zur Tat zu schreiten.

Dabei sind die Ziele klar. In den im Jahr 2000 von der Weltgemeinschaft formulierten Millenniumsentwicklungszielen steht deutlich, dass Armut, Hunger und Unterernährung von Kleinkindern bis zum Jahr 2015 halbiert werden sollen. Zehn Jahre nach dem Aufstellen dieser Forderung zeichnen sich keine wirklichen Fortschritte ab.

Wie Ernährungspolitik innovativ und in neuen Partnerschaften agieren kann, Verpflichtungen effizienter umgesetzt und Kooperationen in und mit den Ländern des Südens nachhaltiger gestaltet werden können, dafür finden Sie in diesem Buch viele Beispiele. Es sind wichtige Ansätze für die Zukunft. Ein Rezept zur Sicherung der Welternährung gibt es nicht. Ernährungssicherung ist Teil eines komplexen gesellschaftlichen Systems, in dem viele politische, wirtschaftliche, ökologische und soziale Elemente zusammenspielen müssen. So zeigen die Autorinnen auch, wie nationale und globale Akteure in Nord und Süd mit einer gemeinsamen Zielsetzung handeln können. Sie bieten Handlungsperspektiven nicht nur für Politiker, Wissenschaftler, Privatwirtschaft und Entwicklungsorganisationen, sondern auch für jeden Einzelnen von uns.

© Campus Verlag GmbH

Teil I
Zur Lage der Welternährung

Kapitel 1

Die vielen Gesichter der Fehlernährung

Rekord des Hungers: Jeder sechste Mensch in Entwicklungsländern hat nicht genug zu essen

Weltweit werden viel mehr Nahrungsmittel produziert als verzehrt. Dennoch hungern immer mehr Menschen. Wie ist das möglich? Die Bilanz der Ernährung ist auch eine Bilanz des politischen Scheiterns.

Bis Mitte der neunziger Jahre hatte es Anlass zur Hoffnung gegeben: Die Zahl der Hungernden war über Jahrzehnte gesunken – trotz eines relativ hohen Bevölkerungswachstums. 1996 hatten sich deshalb auf dem Welternährungsgipfel in Rom die Staatschefs von 185 Nationen auf das ehrgeizige Ziel geeinigt, diese Zahl bis 2015 auf die Hälfte zu reduzieren: auf weniger als 420 Millionen Menschen. Heute lässt sich bereits ablesen, dass dieses Versprechen nicht erfüllt werden kann. Seit 2007 ist die Zahl der Menschen, die nicht genug zu essen haben, nicht gesunken, sondern zwischenzeitlich um weitere 200 Millionen angestiegen: auf 1,02 Milliarden. Ein bisher ungekannter Rekord: Er betraf knapp 20 Prozent der Bevölkerung in Entwicklungsländern. Auch wenn sich die globale Situation im Jahr 2010 wieder leicht verbessert hat, bleiben die Zahl und der Anteil der weltweit Hungernden mit 925 Millionen (etwa 16 Prozent) auf einem inakzeptabel hohen Niveau (siehe Abbildung 1).

Die Ursachen für die unzureichenden Fortschritte ab 2005 und die jüngste dramatische Entwicklung der globalen Unterernährung liegen vor allem in steigenden Nahrungsmittelpreisen. Diese Tendenz wurde durch die Energie- und Finanzkrisen weiter verschärft.

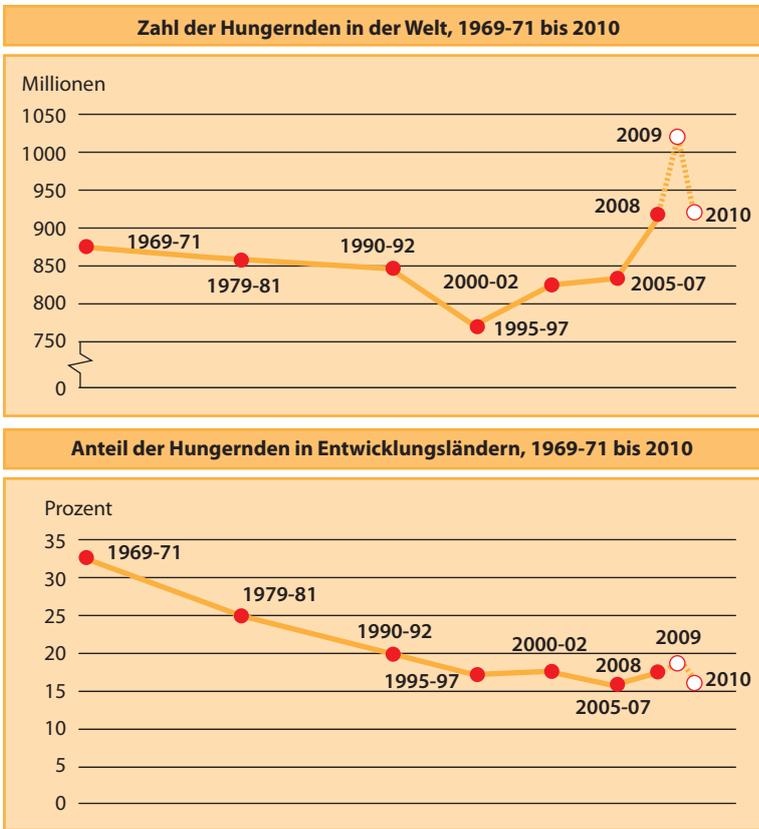


Abbildung 1 Entwicklung des Hungers zwischen 1969 und 2010¹

Ihren bisherigen Höhepunkt hatte die sogenannte »3-F-Crisis« (food, fuel, finance – Nahrung, Energie, Finanzen) im Jahr 2009.

Die Verteilung des Mangels: Asien und Afrika im Zentrum

Unterernährung als Ergebnis mangelnder Nahrungsaufnahme (zu den Definitionen siehe Box 1) verteilt sich sehr unterschiedlich auf die einzelnen Regionen der Welt. Die meisten Betroffenen leben in Asien: 578 Millionen. In Afrika südlich der Sahara sind es 239 Milli-

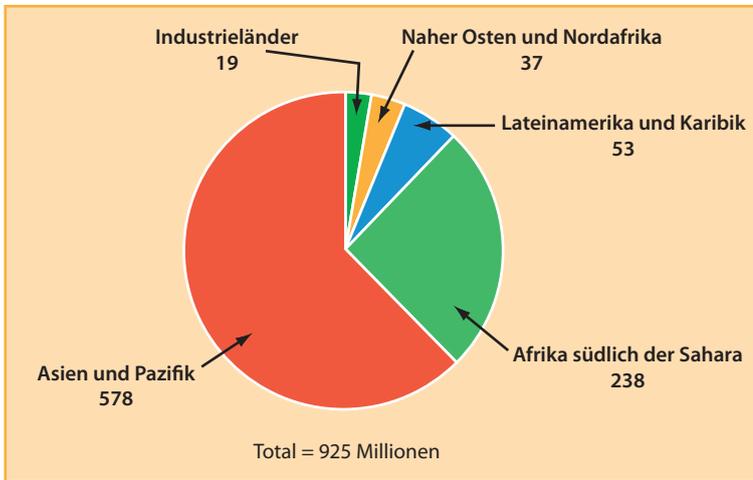


Abbildung 2 Regionale Verteilung der Zahl der Hungernden im Jahr 2010 (in Millionen)²

onen, im Nahen Osten und Nordafrika 37 Millionen. In Lateinamerika und der Karibik hatte sich die Ernährungssituation im Vergleich zu anderen Regionen der Welt bis 2006 zunächst deutlich verbessert. Die Wirtschaftskrise dämpfte jedoch diesen positiven Trend und führte zu einem erneuten leichten Ansteigen der Unterernährung: auf 53 Millionen Menschen. 19 Millionen Hungernde leben außerdem in Industrieländern (siehe Abbildung 2).

In Relation zur Gesamtbevölkerung ist der Anteil der Hungernden allerdings in Afrika am größten: mit 26 Prozent. Asien folgt an zweiter Stelle: in Südasien mit 21, in Südostasien mit 14, in Ozeanien mit 12 und in Ostasien mit 10 Prozent. Lediglich in Vorderasien und Nordafrika sowie in Lateinamerika sind jeweils weniger Menschen betroffen. Eine leichte Besserung der Lage zeichnet sich zwar in einigen Regionen (vor allem Asiens) ab, doch die meisten sind noch weit von der Erreichung des ersten »Millenniumsentwicklungsziels (*Millennium Development Goal*, MDG)« entfernt.

Zur Jahrtausendwende hatte die Weltgemeinschaft in New York acht solcher Millenniumsziele formuliert; neben Fortschritten in den

Anteil der hungernden Bevölkerung 1990-1992, 2000-2002 u. 2005-2007

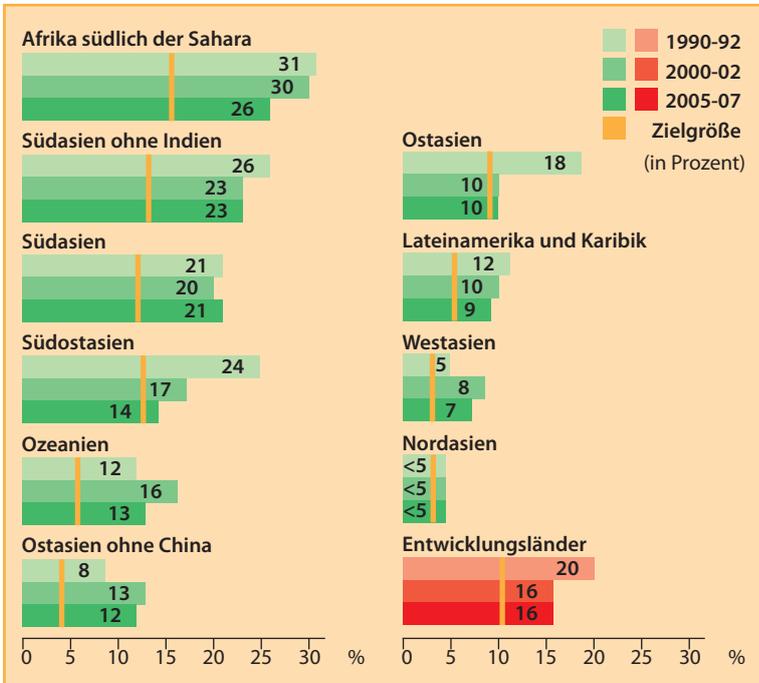


Abbildung 3 Bisheriges Scheitern beim MDG 1³

Bereichen Bildung, Gleichberechtigung, Gesundheit, Umwelt und Entwicklungspartnerschaften wurde im »MDG 1« erneut betont, dass der Anteil der Armen und Hungernden auf dieser Erde bis zum Jahr 2015 halbiert werden müsse (gegenüber dem Niveau von 1990, vergleiche hierzu auch Kapitel 4). Dieses Ziel ist bereits jetzt massiv gefährdet. Wie weit der Weg bis dahin noch ist, verdeutlicht Abbildung 3.

Besonders betroffen: Länder in verlängerten Krisen

Nach neuesten Zahlen der Ernährungs- und Landwirtschaftsorganisation der Vereinten Nationen (FAO) leben derzeit die Bewohner

von 22 Ländern der Erde, viele davon in Afrika, in einer verlängerten Krise (*protracted crisis*). Verlängerte Krisen sind charakterisiert durch wiederkehrende natürliche Katastrophen und/oder Konflikte, lang andauernde Nahrungskrisen, den Verlust physischer, sozialer, finanzieller, natürlicher und menschlicher Grundlagen zur Sicherung des Lebensunterhalts sowie unzureichende Kapazitäten, auf diese Krisensituationen angemessen reagieren zu können. Länder mit verlängerten Krisen zeigen üblicherweise eine hohe Verbreitung von Hunger – nahezu dreimal so hoch wie in anderen Entwicklungsländern. Allerdings gibt es auch innerhalb dieser Ländergruppe große Unterschiede. In der Elfenbeinküste hungern 14 Prozent der Bevölkerung, in der Demokratischen Republik Kongo 69 Prozent. Und auch innerhalb der Länder sind nicht immer alle Gebiete gleichermaßen betroffen. In Uganda zum Beispiel konzentriert sich die verlängerte Krise mit entsprechenden Ernährungs- und Entwicklungsproblemen auf den Norden und Nordosten des Landes.⁴

Zu wenig oder zu viel: Maßstäbe des Mangels

Was wird unter »Hunger« verstanden und wie wird er registriert? Welche Arten von Fehlernährung sind zu unterscheiden, um die weltweiten Ernährungsprobleme zu verstehen?

Jeder Mensch braucht im Durchschnitt täglich mindestens 2 100 Kilokalorien (kcal)⁵, um seinen Energiebedarf zu decken. Alles, was darunter liegt, führt auf Dauer zu Unterernährung. Ob in einem Land ein chronisches Kaloriendefizit vorliegt, wird von der FAO festgestellt, indem sie jährlich Daten über die Bevölkerung (wie Zahl, Alters- und Geschlechtsverteilung) der zur Verfügung stehenden Nahrungsmittelmenge (aus Produktion, Handel und Lagerhaltung) gegenüberstellt. Die Ergebnisse veröffentlicht sie in einem jährlichen Bericht (*The State of Food Insecurity in the World*).

Selbst in Industrieländern sind Menschen von Unterernährung betroffen. Für Deutschland weist die Nationale Verzehrstudie (2008)

Box 1

Definitionen⁶

Hunger (*hunger*) beschreibt das subjektive Empfinden, das Menschen nach einer gewissen Zeit des Nahrungsentzugs feststellen. Er wird meist mit den Begriffen **Nahrungsmangel** oder **chronisches Kaloriendefizit** (*undernourishment*) gleichgesetzt. Es steht nicht genug Nahrungsenergie zur Verfügung, um den Mindestenergiebedarf des menschlichen Körpers zu decken.

Fehlernährung (*malnutrition*) bezeichnet entweder eine im Vergleich zum Bedarf zu hohe oder zu niedrige Aufnahme von Nahrungsenergie (Kalorien), die dann zu Über- oder Unterernährung führt.

Unterernährung (*undernutrition*) ist das Ergebnis von unzureichender Nahrungsaufnahme oder mangelhaften Gesundheits- und Hygienebedingungen, die den Körper daran hindern, die aufgenommene Nahrung angemessen zu verwerten.

Überernährung (*overnourishment*) tritt dann auf, wenn die Aufnahme von Nahrungsenergie kontinuierlich den Bedarf überschreitet.

Reicht die bereitgestellte Nahrung nicht aus, um den Bedarf an bestimmten Vitaminen (zum Beispiel Vitamin A) und Mineralstoffen (etwa Jod oder Eisen) zu decken, weil das Angebot zu einseitig ist oder ein erhöhter Bedarf vorliegt, spricht man von **Mikronährstoffdefiziten** oder auch »**verstecktem Hunger**«.

aus, dass knapp 2 Prozent der Bevölkerung im Alter zwischen 18 und 80 Jahren nicht ausreichend Nahrung erhalten. Die Ursachen sind sehr unterschiedlich. Kinder sind häufiger betroffen, wenn sie vernachlässigt werden oder in Armut leben müssen. Bei Jugendlichen stehen dagegen oft psychische Störungen wie Magersucht (*Anorexia nervosa*) oder Bulimie im Vordergrund – mit einem erschreckend hohen Anteil: In der Altersgruppe der 19- bis 20-Jährigen leiden bis zu 7 Prozent darunter. Im Erwachsenenalter führen organische Krankheiten oder auch eine Alters-Anorexia zu Unterernährung.

Um Unterernährung bekämpfen zu können, ist es wichtig zu wissen, welche Faktoren sie beeinflussen. Leidtragende sind häufig

© Campus Verlag GmbH

| Gruppen, die anfällig sind für Nahrungs- und Ernährungsunsicherheit⁷ | |
|---|---|
| Randgruppen in Vorstädten <ul style="list-style-type: none"> • Arbeitslose • Neu zugezogene Familien • Slumbewohner • Gelegenheitsarbeiter • Obdachlose und Bettler • Waisen und Straßenkinder | Arme Haushalte in ungünstigen Lebenslagen <ul style="list-style-type: none"> • Subsistenzbauern • Von Frauen geführte Haushalte/ Alleinerziehende • Landlose Bauern, Fischer • Nomaden, Hirten • Tagelöhner |
| Migranten und ihre Familien <ul style="list-style-type: none"> • Saisonarbeiter mit großen Familien • Zurückgelassene Familienmitglieder (meist Frauen) aufgrund von Migration | Abhängige Familienmitglieder in armen Haushalten <ul style="list-style-type: none"> • Ältere Menschen • Kranke und Behinderte • Schwangere und Stillende • Kinder unter 5 Jahren, Alleinstehende |
| Konfliktopfer <ul style="list-style-type: none"> • Flüchtlinge • Vertriebene im eigenen Land • Rückkehrende Flüchtlinge oder Binnenvertriebene ohne Landbesitz • Kriegsinvaliden • Kriegswitwen und -waisen | Soziale Risikogruppen <ul style="list-style-type: none"> • Indigene Völker (einheimische Ethnien) • Ethnische Minderheiten • Analphabeten |

Frauen und Kinder, die durch Schwangerschaft, Stillphase oder Wachstumsschübe einen besonderen Bedarf an Nahrungsenergie und Nährstoffen wie Proteinen, Vitaminen und Mineralstoffen haben. Aber auch soziale Faktoren begünstigen den Hunger, wie Box 2 zeigt.

Armut als Risikofaktor für Hunger wird durch die Rezession der Weltwirtschaft und den Anstieg der Nahrungsmittelpreise vergrößert. Zwar leiden darunter eher Landlose und städtische Bevölke-

rungsgruppen, weil sie Nahrung kaufen müssen. Doch auch unter den Bauern in Entwicklungsländern gibt es viele, die nicht genug produzieren, um ihre Familien zu ernähren, und ebenfalls Lebensmittel kaufen müssen. Außerdem versuchen immer wieder Migranten aus der Stadt ihr Überleben auf dem Land zu sichern, wie in der jüngsten Wirtschaftskrise unter anderem in China oder nach dem Erdbeben auf Haiti. Doch die natürlichen Ressourcen, Land und Beschäftigung können den Bedarf so vieler Menschen oft nicht decken.

Ob eine Familie in die Armut und damit in den Hunger abrutscht, hängt letztlich davon ab, ob sie einen Spielraum für »Risikomanagement« und Anpassungsstrategien hat, was für die in Box 2 genannten Gruppen in der Regel nicht mehr zutrifft.

Was oft nicht sichtbar ist: versteckter Hunger

Viele Menschen in Entwicklungsländern ernähren sich überwiegend von Reis, Mais, Hirse oder einem anderen Grundnahrungsmittel. So erhalten sie zwar unter Umständen ausreichend Nahrungsenergie, aber nicht das notwendige Spektrum an Vitaminen, Mineralstoffen und Spurenelementen, die der Mensch benötigt. Das führt langfristig zu gesundheitlichen Schäden. Diese Form von Mangelernährung wird auch »versteckter Hunger« (*hidden hunger*) genannt.

Vitamin- und Mineralstoffmangel schränkt die körperliche und geistige Leistungsfähigkeit ein. Laut Weltgesundheitsorganisation (WHO) betrifft dies über zwei Milliarden Menschen, das ist knapp ein Drittel der Weltbevölkerung. In den Entwicklungsländern ist sogar jedes zweite Kind durch diesen »versteckten Hunger« geschwächt.

Schwere Schäden durch Eisen-, Jod- und Vitamin-A-Mangel drohen:

- *Eisen* benötigt der Körper zur Bildung von roten Blutkörperchen. Dieser Mineralstoff ist vor allem in tierischen Lebensmitteln enthalten, kommt aber auch in pflanzlichen vor. Eine eisenarme Er-

nährungsweise führt langfristig zu Blutarmut (Anämie). Weltweit leiden ungefähr 25 Prozent der Bevölkerung (ungefähr 1,5 Milliarden Menschen) unter Eisenmangelanämie, die meisten von ihnen sind Kinder im Vorschulalter und Frauen. Etwa die Hälfte der Schwangeren in Entwicklungsländern ist davon betroffen. Der höchste Anteil anämischer Vorschulkinder lebt mit 68 Prozent in Afrika.

- *Jod* ist ein wichtiger Bestandteil für den Aufbau lebenswichtiger Schilddrüsenhormone. Dieser Mikronährstoff kommt vor allem in Seefisch und Meeresfrüchten vor. Menschen, die kaum Zugang zu diesen Nahrungsressourcen haben, zum Beispiel in Bergregionen, leiden häufig unter Jodmangel und können den sogenannten Jodmangelkropf entwickeln. Obwohl viele Menschen von jodiertem Speisesalz profitieren, ist der Anteil der von Jodmangel betroffenen Bevölkerung mit 52 Prozent in Europa am höchsten. In Afrika liegt er bei 42 Prozent.
- *Vitamin A* wird für alle Körpergewebe und ihr Wachstum benötigt. Es spielt auch eine wichtige Rolle für das Immunsystem des Menschen. Dieser Wirkstoff ist lebensnotwendig, wird aber nicht vom Organismus selbst produziert. Er ist vor allem in Eiern, Fisch und Milch und als Vorstufe Karotin in Fisch, gelben Gemüsen und Früchten sowie in Blattgemüsen und rotem Palmöl enthalten. Ein Vitamin-A-Defizit ist in Entwicklungsländern der häufigste Vitaminmangel. Auch wenn klinische Symptome wie Sehstörungen (Nachtblindheit) bis hin zur völligen Erblindung im Laufe der Jahrzehnte zurückgegangen sind, zeigen sich Anfangssymptome (niedriger Blutwert von Vitamin A) noch immer häufig. Nach Schätzungen erhalten 33 Prozent der Kinder im Vorschulalter und 15 Prozent der schwangeren Frauen in Afrika, Asien und einigen Ländern Südamerikas mit ihrer täglichen Nahrung nicht genügend Vitamin A. In Afrika und Asien ist der Anteil dieser Mangelerscheinung bei Kleinkindern besonders groß. Er liegt dort bei über 40 Prozent. Vitamin-A-Mangel betrifft aber auch einige Länder Südamerikas.⁸

Unterernährung: akut oder chronisch?

Hunger kann ein akuter oder chronischer Zustand sein. Darüber geben verschiedene Körpermessungen Auskunft (Anthropometrie, siehe Box 3). Da vor allem Neugeborene und Kleinkinder (bis zu fünf Jahren) besonders schnell auf unzureichende Nahrungsversorgung reagieren, wird ihr Zustand als Indikator für den Ernährungszustand der Gesamtbevölkerung verwendet. Im Fokus stehen aber auch andere Menschen mit spezifischen Bedürfnissen oder in speziellen Notsituationen, die auf externe Unterstützung zur Sicherung ihrer Ernährung angewiesen sind. Das betrifft insbesondere Frauen und Kinder sowie Menschen, die vor lang andauernden bewaffneten Konflikten flüchten, zum Beispiel im Sudan oder in Afghanistan. Es gilt aber auch in eingeschränktem Rahmen für ältere und kranke Menschen, die auf Hilfe angewiesen sind und wenig Unterstützung erfahren.

Für sie gilt ein im Verhältnis zur Größe zu geringes Körpergewicht – berechnet als Body Mass Index (BMI, siehe Box 3) – als Indikator für Unterernährung.

Von Generation zu Generation: vererbtes Defizit

Eine angemessene Ernährung ist in allen Lebensphasen wichtig. Wird Unterernährung nicht bereits in den ersten Lebensmonaten aufgefangen, reichen langfristige Schäden häufig bis ins Erwachsenenalter. Irgendwann geben dann Frauen ihre Unterernährung weiter an ihre Kinder. So erhält sich ein Lebenszyklus der Unterernährung über Generationen (siehe Abbildung 4), wenn er nicht aktiv unterbunden wird.

Die besonders kritische Lebensphase vom Beginn der Schwangerschaft bis zum Alter von 24 Monaten wird *window of opportunity* genannt, weil sie eine wichtige Chance für vorsorgliche wie therapeutische Interventionen bietet.

© Campus Verlag GmbH