

Österreichs Getränke: Zucker gesenkt, aber Süßstoffe bleiben außen vor!

Der Zuckergehalt in Österreichs Getränken ist in 15 Jahren um 25% gesunken. Eine Studie zeigt gesündere Trends ohne Süßstoffe.

Österreich - Der Zuckergehalt in heimischen Getränken hat in den letzten 15 Jahren einen bemerkenswerten Rückgang erfahren. Laut einer aktuellen Studie des vorsorgemedizinischen Instituts SIPCAN ist der durchschnittliche Zuckeranteil in Getränken in Österreich auf 5,8 Gramm pro 100 Milliliter gesunken. Im Jahr 2010 lag dieser Wert noch bei 7,5 Gramm pro 100 Milliliter, was einen Rückgang von fast einem Viertel bedeutet.

Die Untersuchung, in der fast 600 Getränke analysiert wurden, zeigt, dass der Rückgang des Zuckergehalts der heimischen Getränkeindustrie zugeschrieben wird. Dabei ist hervorzuheben, dass internationale Konzerne ihre Rezepturen für Österreich nicht angepasst haben.

Empfohlene Grenzwerte und Süßstoffe

In Zusammenarbeit mit dem Gesundheitsministerium gibt SIPCAN einen empfohlenen Grenzwert für den Zuckergehalt vor. Dieser lag 2010 bei 7,5 Gramm und wurde 2023 auf 6,3 Gramm gesenkt. SIPCAN plant zudem, diesen Grenzwert bis 2027 weiter auf 6,0 Gramm zu reduzieren. Viele Getränke wurden schrittweise weniger süß, was den Konsumenten dabei hilft, sich an die geringere Süße zu gewöhnen.

Ein frappierender Unterschied zeigt sich jedoch im Vergleich zu anderen Ländern. Während in Großbritannien eine Zuckersteuer eingeführt wurde und fast 90 Prozent der Erfrischungsgetränke mit Süßstoffen ausgestattet sind, beträgt der Anteil süßstoffhaltiger Getränke in Österreich derzeit nur 14,3 Prozent. Dies wird als wichtig erachtet, um potenzielle Gesundheitsrisiken zu vermeiden, da die Weltgesundheitsorganisation (WHO) von der Verwendung künstlicher Süßstoffe zur Gewichtskontrolle abrät.

Gesundheitliche Empfehlungen

Die WHO empfiehlt, dass Erwachsene maximal 10 Prozent ihres Tagesenergiebedarfs durch freien Zucker aufnehmen dürfen, was etwa 50 Gramm Zucker pro Tag entspricht. Ein Liter eines Getränks mit dem durchschnittlichen Zuckeranteil überschreitet diesen empfohlenen Wert bereits. Diese Erkenntnisse verdeutlichen die Wichtigkeit eines gesunden Umgangs mit Zucker und Süßstoffen in der Ernährung.

Zusammenfassend lässt sich feststellen, dass der Rückgang des Zuckergehalts in Österreich auf positive Veränderungen in der Getränkeindustrie hinweist. **krone.at** und **kurier.at** berichten, dass dieser Trend ohne den Einsatz von Süßstoffen erfolgt und die Bevölkerung auf einen gesünderen Lebensstil hinarbeitet.

Details	
Ort	Österreich
Quellen	<ul style="list-style-type: none">• www.krone.at• kurier.at

Besuchen Sie uns auf: die-nachrichten.at