

## Ernährung – Nutrition

### Hintergrund

Das Nachhaltigkeitsziel 2 (englisch: „*Sustainable Development Goal, SDG 2*“) bis zum Jahr 2030 Hunger und alle Formen der Fehlernährung (Unterernährung, Überernährung, Mikronährstoffmangel) zu beenden, wird nach aktuellem Stand nicht erreicht werden.<sup>1</sup>

Bereits das dritte Jahr in Folge bleibt die weltweite Hungerzahl unverändert hoch, 152 Mio. Menschen mehr als vor der COVID-19-Pandemie.<sup>2</sup> 2023 hatten weltweit schätzungsweise 733 Mio. Menschen nicht genug zu essen. Prognosen gehen davon aus, dass im Jahr 2030 noch immer 582 Mio. Menschen von Hunger betroffen sein könnten.<sup>2</sup> Die meisten der Unterernährten leben im ländlichen Raum. Aufgrund der raschen Urbanisierung in Ländern mit niedrigem und mittlerem Einkommen, wird Unterernährung aber auch zunehmend in den Städten ein Problem. Haupttreiber für Hunger und Ernährungsunsicherheit sind gewaltsame Konflikte, wirtschaftliche Schocks u.a. auch pandemiebedingt sowie Wetterextreme aufgrund des voranschreitenden Klimawandels.<sup>3</sup>

Menschen, die von weniger als 2,15 USD am Tag (internationale Armutsgrenze)<sup>4</sup> leben müssen, geben rund zwei Drittel<sup>5</sup> ihres Einkommens für Nahrungsmittel aus. Steigende Nahrungsmittelpreise erschweren den Kauf von Nahrungsmitteln in der Menge und Qualität, die für eine abwechslungsreiche und gesunde Ernährung notwendig sind. Laut Vereinten Nationen im Jahr 2022, konnten sich mehr als 2,8 Mrd. Menschen (35,4 % der Weltbevölkerung, 65 % der Bevölkerung in Sub-Sahara Afrika) keine gesunde Ernährung leisten<sup>2</sup> und deckten ihren Kalorienbedarf hauptsächlich durch Grundnahrungsmittel wie Weizen, Mais und Reis.

Bedingt durch den wirtschaftlichen und sozialen Wandel im Kontext von Urbanisierung und Globalisierung, kommt es zu weniger Bewegung im Alltag sowie einer Veränderung traditioneller Ernährungsmuster. Der Fleischkonsum nimmt zu, ebenso der Verzehr energiereicher und häufig stark verarbeiteter Lebensmittel (englisch: „***nutrition transition***“). Die Folge ist weltweit ein massiver Anstieg von Übergewicht und Adipositas sowie ernährungsbedingter nicht-übertragbarer Erkrankungen (Diabetes, Herz-Kreislauf-Erkrankungen), auch in Ländern, die weiterhin stark von Unterernährung betroffen sind. Weltweit sind rund 43 % der Erwachsenen (2,5 Mrd.) übergewichtig, circa 16 % (890 Mio. Menschen) leiden an Adipositas. 22 % aller Kindern und Jugendlichen (5-19 J.) sind heute übergewichtig oder adipös.<sup>6,7</sup> Weltweit hat sich Adipositas bei Erwachsenen seit 1990 mehr als verdoppelt und die bei Jugendlichen sogar vervierfacht. Es wird geschätzt, dass bis 2035 global gesehen zwei von fünf Kindern mit Übergewicht und Adipositas aufwachsen werden.<sup>6</sup>

Neben den offensichtlichen Formen der Fehlernährung (Unter- und Überernährung) weltweit sind etwa 2 Mrd. Menschen von **Mikronährstoffmangel**, dem so genannten versteckten Hunger (englisch: „*hidden hunger*“), betroffen.<sup>8</sup> Ihnen fehlt es an einer ausreichenden Versorgung mit Vitaminen und Mineralstoffen (z.B. Jod, Eisen oder Vitamin A), die sie für eine gesunde körperliche und geistige Entwicklung benötigen. Mikronährstoffmängel führen zu unmittelbaren Auswirkungen: Wachstumsverzögerungen, erhöhen das Infektionsrisiko, und hemmen sowohl die körperliche als auch die geistige Entwicklung und Leistungsfähigkeit. Für die Mikronährstoffversorgung ist nicht nur eine gesunde und ausreichende Er-

nährung wichtig, sondern auch der Zugang zu Gesundheitsversorgung, sozialer Fürsorge, sauberem Wasser und sanitären Einrichtungen.<sup>9</sup> Besonders in den ersten 1.000 Tagen (von der Schwangerschaft bis zum 2. Geburtstag) ist eine gesunde Ernährung entscheidend. Fehlernährung in diesem Zeitraum ist überwiegend irreversibel und kann zu einem generationsübergreifenden Kreislauf aus beeinträchtigtem Wachstum und Entwicklung führen.

Die internationale Bewegung „*Scaling Up Nutrition*“ (**SUN**),<sup>11</sup> setzt sich u. a. für die Maßnahmen in den ersten 1.000 Tagen ein. Sie vereint Regierungen, VN-Organisationen, Zivilgesellschaft, Geber, Entwicklungsbanken und den Privatsektor. Ihr Ziel ist eine Welt frei von Fehlernährung bis 2030, durch Implementierung im multisektoralen Mehr-Ebenen-Ansatz und Maßnahmen in den ersten 1.000 Tagen.

Viele Länder leiden unter allen drei Formen der Fehlernährung (Unterernährung, Mikronährstoffmangel, Übergewicht/Adipositas) und sind mit der sogenannten Doppel- oder Dreifachbelastung der Fehlernährung (englisch: „**double or triple burden of malnutrition**“) konfrontiert. Neben **gesundheitlichen Folgen** hat jede Form der Fehlernährung auch **ökonomische Konsequenzen**: Eine Gesellschaft, in der viele Menschen wegen ihres schlechten Ernährungszustands nicht voll leistungsfähig sind, verliert einen bedeutenden Teil ihrer Wirtschaftskraft und die öffentlichen Gesundheitsausgaben zur Behandlung ernährungsbedingter Krankheiten steigen. Fehlernährung verursacht jährlich Kosten von 4,1 Billionen USD durch Produktionsverluste wegen Unterernährung und Mikronährstoffmängeln sowie wirtschaftliche und soziale Kosten durch Übergewicht und Adipositas.<sup>12</sup> Kosten für negative Auswirkungen auf die Umwelt sind dabei noch nicht berücksichtigt. Im Vergleich: entspricht dies etwa der gesamten deutschen Wirtschaftsleistung (BIP) für das Jahr 2022!<sup>13</sup> Die größten Risikofaktoren für die weltweiten Gesundheitskosten sind ein zu geringer Verzehr von Vollkornprodukten und Obst, sowie ein zu hoher Verzehr von Salz.<sup>14</sup>

Betrachtet man die **versteckten sozialen, Gesundheits- und Umwelt-Kosten** aktueller Agrar- und Ernährungssysteme, liegen sie je nach Schätzung zwischen 11,6 bis 15 Billionen USD pro Jahr – das ist etwa 10-12 % des globalen BIP. Ungesunde Ernährungsgewohnheiten im Zusammenhang mit ernährungsbedingten, nicht-über Krankheiten machen hierbei etwa 70 % aller quantifizierten versteckten Kosten aus.<sup>15</sup>

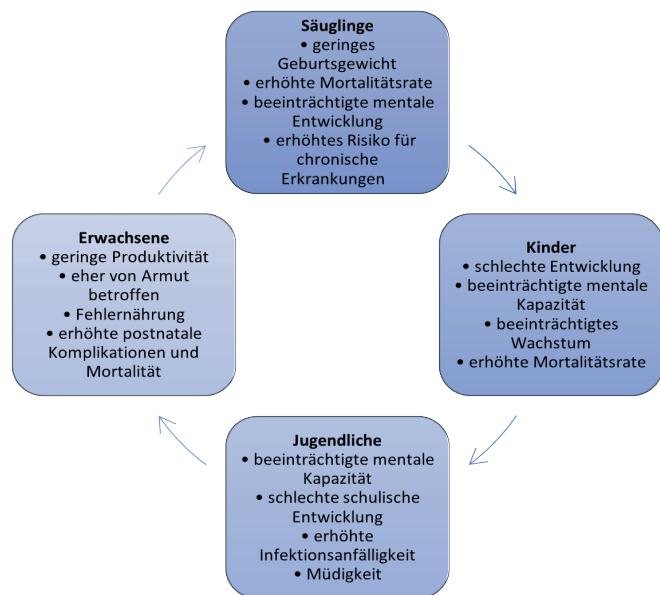


Abbildung 1: Teufelskreis der Unterernährung (adaptierte Darstellung)

## Definitionen<sup>2</sup>

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

**Fehlernährung** (englisch: „*malnutrition*“) umfasst als übergeordneter Begriff sowohl Unter- und Überernährung als auch Mikronährstoffmängel.

**Unterernährung** (englisch: „*undernutrition*“) ist das Ergebnis unzureichender Nahrungsaufnahme und/oder mangelhafter Gesundheits- und Hygienebedingungen, die den Körper daran hindern, die aufgenommene Nahrung angemessen zu verwerten.

**Überernährung** (englisch: „*overweight and obesity*“) tritt dann auf, wenn die Aufnahme von Nahrungsenergie kontinuierlich den Bedarf überschreitet.

**Mikronährstoffmangel** (englisch: „*micronutrient deficiencies*“) oder **versteckter Hunger** (englisch: „*hidden hunger*“) sind das Ergebnis einer unzureichenden Versorgung mit Vitaminen und Mineralstoffen, entweder weil das Nahrungsangebot zu einseitig ist oder ein erhöhter Bedarf vorliegt, zum Beispiel bei Kindern, Schwangeren und Stillenden.

**Stunting**: Bezeichnet eine chronische Form der Unterernährung, bei der Kinder im Verhältnis zu ihrem Alter eine zu geringe Körpergröße aufweisen. Sie entsteht durch langfristige Fehlernährung, häufig in Kombination mit wiederkehrenden Infektionen und schlechten

Hygiene- und Gesundheitsbedingungen, insbesondere in den ersten 1.000 Lebenstagen. Stunting beeinträchtigt zudem die kognitive und körperliche Entwicklung eines Kindes.

**Wasting:** beschreibt eine akute Form der Unterernährung, bei der Kinder im Verhältnis zu ihrer Körpergröße ein zu geringes Körpergewicht haben. Sie tritt infolge kurzfristiger Nahrungsmittelknappheit oder schwerer Erkrankungen auf.

Die beschriebene Welternährungssituation verdeutlicht die Notwendigkeit resilenter und nachhaltiger Agrar- und Ernährungssysteme. Diese liefern uns derzeit weder

gesunde und bezahlbare Lebensmittel, noch sind sie den vielfältigen Krisen gewachsen und ökologisch nachhaltig.

## Unsere Standpunkte

Vor diesem Hintergrund vertritt die GIZ die folgenden Standpunkte:

### ■ Gesunde Ernährung ist der Motor und Maßstab für Entwicklung

Mindestens 12 der 17 Ziele für nachhaltige Entwicklung („SDGs“) sind eng mit Ernährung verknüpft. Eine verbesserte Ernährung ist die Grundlage für Fortschritte in den Bereichen Gesundheit, Bildung, Beschäftigung, Stärkung der Rolle der Frau und Verringerung von Armut und Ungleichheit.

### ■ Ernährungsinvestitionen lohnen sich

Investitionen in die Ernährung sind eine der kosteneffizientesten Entwicklungsmittelmaßnahmen: Jeder investierte USD in Ernährung bringt 23 USD Rendite.<sup>12</sup> Investitionen in Ernährung führen zu besserer Gesundheit, besserer geistiger Entwicklung und besserer schulischer Leistung bei Kindern und Jugendlichen und damit später zu verbesserter Arbeitsproduktivität im Erwachsenenleben. Damit leisten sie einen wesentlichen Beitrag zur Wirtschaftsentwicklung und Armutsbekämpfung. Es ist wirtschaftlicher, Fehlernährung vorzubeugen, als sie zu behandeln.

### ■ Eine gesunde Ernährung muss bezahlbar sein - Ernährung und Armut sind eng miteinander verknüpft

Fehlernährung und Armut verstärken sich oft gegenseitig. Viele Menschen, die in Armut leben, können sich keine gesunde Ernährung leisten und greifen auf billige,

nährstoffarme Lebensmittel zurück, was zu Krankheiten und Produktivitätsverlusten führt. Um diesen Teufelskreis zu durchbrechen, müssen gesunde Nahrungsmittel für alle zugänglich und bezahlbar werden.

### ■ Angemessene Ernährung als Menschenrecht

Angemessene Ernährung liegt nicht nur in der Verantwortung von Einzelpersonen, sondern ist als Menschenrecht verbrieft und nimmt somit Staaten und Regierungen in die Pflicht. Die freiwilligen Leitlinien der FAO zum Recht auf Nahrung geben den Staaten Hilfestellung bei der Umsetzung dieses Menschenrechts.<sup>16</sup>

### ■ Die ersten 1.000 Tage entscheiden über die Zukunft

Die **1.000 Tage** von der Schwangerschaft bis zum Ende des zweiten Lebensjahrs sind ein entscheidendes Zeitfenster (englisch: „*window of opportunity*“) für die körperliche und kognitive Entwicklung von Kindern. Gezielte Maßnahmen sind erforderlich, um die Ernährung in diesem kritischen 1000-Tage-Fenster zu verbessern. Dazu zählen u.a. die Gewährleistung des Zugangs schwangerer Frauen zu einer Schwangerschaftsvorsorge inklusive der Versorgung mit Mikronährstoffen, wie Eisen und Folsäure, die Förderung des ausschließlichen Stillens in den ersten 6 Monaten gefolgt von der Einführung sicherer, altersgerechter und nährstoffreicher Beikost, aber auch der Zugang zu sauberem Wasser und sanitären Einrichtungen. Dies fördert nicht nur das Wachstum und die Entwicklung der Kinder, sondern trägt auch dazu bei, späteren Krankheiten wie Adipositas und Diabetes vorzubeugen und langfristige wirtschaftliche Vorteile zu sichern.

### ■ Fokuserweiterung von 1.000 auf die 8.000 Tage der Kindheit und Jugend

Während eine optimale Ernährung in den ersten 1.000 Tagen einen entscheidenden Einfluss auf die langfristige Entwicklung eines Kindes hat, ist eine angemessene Ernährung während der gesamten Kindheit und Jugend ebenfalls von maßgeblicher Bedeutung. Der Zugang zu nährstoffreicher Nahrung in den ersten 8.000 Tagen (bis zum 21. Lebensjahr) trägt wesentlich dazu bei, das Potenzial eines Kindes im Erwachsenenalter zu entfalten und sein Wohlbefinden zu sichern.<sup>17</sup> Gute Ernährung in diesem Zeitraum kann vor allem über das Schulsystem gefördert werden.<sup>18</sup>

### ■ Gesundheitsversorgung, sauberes Trinkwasser und sanitäre Einrichtungen sind unabdingbar

Häufige Erkrankungen (unter anderem Durchfallerkrankungen und Parasiten) stellen ein Risiko für den Ernährungszustand dar. Der Zugang zu einer adäquaten Gesundheitsversorgung sowie zu sauberem Trinkwasser und zu sanitären Einrichtungen schafft die Voraussetzung dafür, dass ausreichend Nahrung vom Körper aufgenommen und verwertet werden kann.

### ■ **Ernährungswissen ist eine Basis für die Zukunft**

Werden junge Menschen frühzeitig über die Bedeutung einer nährstoffreichen Ernährung informiert und auf die Gefahren von Fehlernährungen hingewiesen, wirkt das einer Übertragung von Unter- und Fehlernährung auf die nächste Generation entgegen. Speziell Mütter brauchen das nötige Wissen, um ihre Kinder, insbesondere in den ersten 1.000 Tagen, gut ernähren zu können.

### ■ **Eine vielfältige Nahrungsmittelauswahl ist die wichtigste Grundlage für gute Ernährung**

Je vielfältiger die Auswahl an Nahrungsmitteln (englisch: „*dietary diversity*“), desto wahrscheinlicher ist es, dass der Bedarf an Mikronährstoffen gedeckt wird. In vielen Kontexten basiert die Ernährung jedoch auf stärkeren Grundnahrungsmitteln (zum Beispiel Reis, Weizen, Kartoffeln, Maniok). Diese meist kostengünstigen Nahrungsmittel machen zwar satt, enthalten aber nicht alle Nährstoffe. Nährstoffreiche Nahrungsmittel wie Gemüse, Obst und tierische Produkte (Milch, Eier, Fleisch, Fisch) müssen das ganze Jahr verfügbar und auch für arme Familien erschwinglich sein.

### ■ **Angereicherte Nahrungsmittel beugen Fehlernährung vor**

Die Anreicherung von Nahrungsmitteln mit Vitaminen und Mineralstoffen ist relativ kosteneffizient. Man kann damit breitenwirksam Fehlernährung vorbeugen oder sie bekämpfen, insbesondere wenn eine Versorgung mit lokal verfügbaren nährstoffreichen Nahrungsmitteln für eine gesunde und ausgewogene Ernährung nur eingeschränkt möglich ist. Zu den bekanntesten Maßnahmen der Fortifizierung gehören die Jodierung von Speisesalz sowie die Anreicherung von pflanzlichen Ölen mit Vitamin A.

### ■ **Das Potenzial aquatischer Lebensmittel aus Fischerei und Aquakultur nutzen**

Aquatische Lebensmittel sind reich an essenziellen Aminosäuren und lebensnotwendigen Mikronährstoffen wie Vitaminen, Mineralstoffen und langkettigen Omega-3-Fettsäuren und somit ein wichtiger Beitrag zu einer gesunden Ernährung. Insbesondere in Niedrigeinkommensländern sind sie von großer Bedeutung als tierische

Eiweißquelle und Lieferant essenzieller Mikronährstoffe: Mehr als 3,2 Mrd. Menschen decken mindestens 20 % ihres durchschnittlichen tierischen Eiweißbedarfs durch aquatische Lebensmittel. Im Vergleich zur Viehwirtschaft verursacht die Produktion aquatischer Lebensmittel im Durchschnitt weniger klimaschädliche Treibhausgase, weniger Bedarf an Futtermitteln und hat geringere negative Auswirkungen auf Umwelt und Biodiversität. Die handwerkliche Kleinfischerei und Aquakultur ist ein zentraler Lieferant für leicht zugängliche, erschwingliche Nährstoffe für von Ernährungsunsicherheit bedrohte Menschen

### ■ **Geschlechtergerechtigkeit als Schlüssel zu Ernährungssicherheit**

Frauen haben durch Menstruation, Schwangerschaft, Geburt und Stillen einen höheren Nährstoffbedarf als Männer. Sie nehmen vielfältige Aufgaben in der Landwirtschaft, Viehhaltung, Fischerei, Aquakultur sowie Familienfürsorge wahr, insbesondere auch in der Kinderernährung. So sind sie zumeist für den Kauf und die Verarbeitung von Nahrungsmitteln verantwortlich, haben aber tendenziell wenig Mitbestimmung in der Mittelverwendung und verzehren im Familienkontext oft weniger Nahrungsmittel oder diese haben eine schlechtere Qualität. Ein geschlechtergerechter Zugang zu Ressourcen, Dienstleistungen und Wissen ist von entscheidender Bedeutung, um die Ernährungssysteme inklusiver und nachhaltiger zu gestalten. Um dies zu erreichen ist es unabdingbar, Männer, Jungen und andere Mitglieder der Gemeinschaft eng in die Maßnahmen einzubeziehen.

### ■ **Ausgewogene Ernährung ist auch in der Not- und Übergangshilfe wichtig**

Ausreichende und ausgewogene Nahrung ist auch bei Transferleistungen im Rahmen von Not- und Übergangshilfe wichtig, zum Beispiel nach Naturkatastrophen, Extremwetterereignissen oder im Kontext gewaltsam ausgetragener Konflikte. Diese dient nicht nur der Überlebenssicherung, sondern beugt auch langfristig Mangelerscheinungen vor.

### ■ **Ernährungssicherung braucht integrierte Lösungen als Antwort auf multiple Herausforderungen**

Aufgrund der vielfältigen Ursachen von Fehlernährung sind zu deren Bekämpfung und ihrer dauerhaften Reduzierung, integrierte Ansätze erforderlich. Diese Ansätze sollten holistisch strukturiert sein und auch die Wechselwirkungen zwischen Umwelt, Wirtschaft und sozialen Aspekten berücksichtigen, um ganzheitliche und nachhaltige Lösungen zu entwickeln. Darüber hinaus ist es wichtig, lokale Gemeinschaften und indigenes Wissen

in die Planung und Umsetzung solcher integrierten Strategien einzubeziehen, um deren Effektivität und Akzeptanz zu erhöhen.

### ■ **Verknüpfung von Maßnahmen gegen den Klimawandel und für den Schutz von Biodiversität mit Ansätzen zur Ernährungssicherheit**

Die Förderung der Anpassung an den Klimawandel und dessen Minderung sowie die Gewährleistung von Nachhaltigkeit und eines gesunden Planeten durch den Schutz von Lebensgrundlagen und (natürlichen) Ressourcen bilden die Grundlage zur Erreichung des SDG2 „Kein Hunger“.

## Unsere Handlungsempfehlungen

Die Förderung der ländlichen Entwicklung und die Transformation der Agrar- und Ernährungssysteme können einen wesentlichen Beitrag zur Bekämpfung von Hunger und allen Formen der Fehlernährung leisten. Maßnahmen zur Ernährungssicherung sind besonders wirksam, wenn sie in Zusammenarbeit mit anderen Sektoren umgesetzt werden, beispielsweise Bildung oder Gesundheit.

Nach Ansicht der GIZ sind dies die wichtigsten Handlungsempfehlungen:

### ■ **Agrarpolitik stärker auf Ernährungsgefährdete ausrichten**

Erforderlich ist die stärkere Ausrichtung agrarpolitischer Maßnahmen auf gesunde Nahrungsmittel sowie ernährungsgefährdete Regionen und Bevölkerungsgruppen, vor allem Kinder und schwangere und stillende Frauen. Hierzu gehört bspw. die Besteuerung von zuckerhaltigen Getränken, der Abbau von Subventionen für nicht-nachhaltige landwirtschaftliche Praktiken sowie die Förderung und Kennzeichnung gesunder Nahrungsmittel.

### ■ **Wertschöpfungsketten ernährungssensitiv gestalten**

Bei den Kriterien zur Auswahl der zu fördernden Wertschöpfungsketten sowie bei den Unterstützungsmaßnahmen sollte die ernährungsphysiologische Bedeutung von Nahrungsmitteln berücksichtigt werden. So kann die Wertschöpfungskette gleichzeitig zu einer Verbesserung der Verfügbarkeit von und des Zugangs zu qualitativ hochwertigen Nahrungsmitteln beitragen. Eine wichtige Rolle spielt auch die Lebensmittelsicherheit entlang der Wertschöpfungskette. Nur so kann die Qualität der Nahrungsmittel erhalten und eine Kontamination (z.B.

mit Aflatoxinen) unterbunden werden.

### ■ **Vielfältiges und hochwertiges Nahrungsmittelangebot gewährleisten**

Um ein vielfältiges und qualitativ hochwertiges Nahrungsmittelangebot zu gewährleisten, sind Maßnahmen zum Erhalt der Agrobiodiversität erforderlich. Dazu gehört beispielsweise, die Verbesserung des Zugangs zu qualitativ hochwertigem Saatgut oder der Wiederanbau und Verzehr von in Vergessenheit geratenen, oder wenig genutzten Nutzpflanzen (englisch: „*neglected and underutilized crops*“). Darüber hinaus ist es wichtig, die Diversifizierung der Landwirtschaft zu fördern, mit dem Ziel einer nachhaltigen Produktion gesunder Lebensmittel. Die vermehrte Produktion von aquatischen Lebensmitteln aus nachhaltiger Fischerei und Aquakultur kann ebenfalls effektiv zur Diversifizierung des Nahrungsmittelangebots durch nährstoffreichen Fisch, Algen oder Muscheln beitragen.

### ■ **Unterstützendes Umfeld für den Verzehr gesunder Nahrungsmittel**

Der Verzehr gesunder Nahrungsmittel erfordert sowohl ein unterstützendes Umfeld (z.B. Verfügbarkeit und Kennzeichnung von gesunden Lebensmitteln) als auch eine Verhaltensänderung. Die Auswahl nahrhafter und vielfältiger Nahrungsmittel sowie die richtige Zubereitung/Lagerung von Lebensmitteln sind deshalb zu fördern. Daher ist Ernährungsbildung, bspw. durch Informations- und Kommunikationsmaßnahmen zur Verhaltensänderung (englisch: „*Social and behaviour change communication, SBCC*“) ebenso notwendig wie die Beratung zu institutionellen Rahmenbedingungen, wie bspw. die Verabschiedung/Aktualisierung nationaler Richtlinien zur Ernährung (*dietary guidelines*). Insbesondere die Zusammenarbeit mit dem Privatsektor spielt eine wichtige Rolle, sodass der Zugang und die Erschwinglichkeit von gesunden nährstoffreichen oder angereicherten Lebensmitteln erweitert wird, die Lebensmittelkennzeichnung verbessert wird oder sich die Marketingpraktiken, besonders für Kinder und Jugendliche, an den nationalen Ernährungsrichtlinien orientieren.

### ■ **Stärkere Bekämpfung von Übergewicht und der Zunahme ernährungsbedingter Krankheiten**

Übergewicht und Adipositas nehmen stark zu – sowohl bei Erwachsenen als auch bei Kindern und Jugendlichen. Mit dem zunehmenden Verzehr hochverarbeiteter Lebensmittel, einem Mikronährstoffdefizit aufgrund einer einseitigen Ernährung und abnehmender körperlicher Aktivität im Alltag (*Nutrition Transition*) steht die Ernährung in direkter Verbindung mit der Zunahme nicht

übertragbaren Krankheiten (*Non-communicable diseases*, NCDs) wie bspw. Diabetes oder Herz-Kreislauf- Erkrankungen. Daher müssen Maßnahmen, die gleichzeitig Unter- und Überernährung adressieren (*double-duty actions*), in die Projektplanung einfließen. Beispiele hierfür sind die Förderung des ausschließlichen Stillens, die Verbesserung des Zugangs zu nährstoffreichen Lebensmitteln z.B. durch Schulspeisungsprogramme, die Wert auf frische und lokale Lebensmittel legen, und die Regulierung der Vermarktung ungesunder Lebensmittel bei gleichzeitiger Förderung eines gesunden Lebensmittelumfelds.

### ■ Soziale Absicherung und höhere Einkommen für eine gesteigerte Resilienz

Um eine längerfristige Wirkung für die Ernährungssicherheit zu erzielen, sollten soziale Sicherungsmaßnahmen (Lebensmittelsubventionierung, Geldtransfers, Lebensmitteltransfers, „*Cash-for-Work*“- Programme, Schulernährung) als Resilienz- Förderungsmaßnahme mit Politikberatung für nationale und regionale Institutionen, Bildung, Kapazitätsaufbau und Einkommen schaffenden Maßnahmen kombiniert werden. Schulernährungsprogramme können als soziale Sicherungsnetze fungieren, die Zugang zu gesunder Ernährung und Schulbildung fördern. Sie sollen Schulkinder mit sicheren, vielfältigen und nährstoffreichen Lebensmitteln versorgen. Idealerweise sind Schulernährungsprogramme mit landwirtschaftlichen, gesundheitlichen und/oder Water, Sanitation and Hygiene (WASH)-Maßnahmen zu verknüpfen.

### ■ Ernährungsfragen in unterschiedliche Sektoren integrieren

Ernährung ist eine sektorübergreifende Herausforderung und muss in unterschiedliche Sektoren integriert werden. Die Akteure in relevanten Sektoren (unter anderem Landwirtschaft, Fischerei und Aquakultur, Gesundheit, Bildung, soziale Sicherung) sollten für Ernährung sensibilisiert werden und durch multisektorale Zusammenarbeit gemeinsam Ansätze für Ernährung erarbeiten.

### ■ Politische Steuerung (*Nutrition Governance*) ist für eine dauerhafte Wirkung erforderlich

Die Regierungsführung in Ländern mit hoher Ernährungsunsicherheit sollte verbessert werden, indem günstige institutionelle Rahmenbedingungen unterstützt, globale Agenden sowie erfolgreiche Ansätze und Erfahrungen in die nationalen Systeme (z.B. Politiken, Strategien, Aktionspläne) integriert werden.

### ■ Globale Akteure unterstützen

Die internationale Zusammenarbeit sollte ihr Engage-

ment für internationale Initiativen wie SUN und Plattformen wie dem *Committee on World Food Security* (CFS), *Nutrition for Growth* (N4G) und *UN Food System Summit* (UNFSS), fortführen sowie Erkenntnisse globaler Forschungsprogramme und -netzwerke stärker in die Anwendung bringen.

### ■ Stabilisierung, Friedensförderung und soziale Kohäsion

In Zeiten multipler Krisen, Konflikte und Naturkatastrophen gilt es, den unmittelbaren Bedarf an Nahrung und Nährstoffen effizient zu decken, die Lebensgrundlagen zu schützen und die mittel- und langfristige Widerstandsfähigkeit der betroffenen Bevölkerung zu stärken.

## Literatur

<sup>1</sup>UN (2024). The Sustainable Development Goals Report 2024. [Link](#)

<sup>2</sup>FAO, IFAD, UNICEF, WFP and WHO (2024). The State of Food Security and Nutrition in the World 2024 – Financing to end hunger, food insecurity and malnutrition in all its forms. Rome. [Link](#)

<sup>3</sup>WFP (2024). Global Report on Food Crisis. [Link](#)

<sup>4</sup>World Bank Group (2023). Measuring Poverty. [Link](#)

<sup>5</sup>UN (2023). Eradicating rural poverty to implement the 2030 Agenda for Sustainable Development. [Link](#)

<sup>6</sup>World Obesity Federation (2024). World Obesity Atlas 2024. London. [Link](#)

<sup>7</sup>WHO (2024). Overweight and Obesity, Fact sheet. [Link](#)

<sup>8</sup>Stevens et al. (2022). Micronutrient deficiencies among preschool-aged children and women of reproductive age worldwide: a pooled analysis of individual-level data from population-representative surveys. Lancet Global Health. [Link](#)

<sup>9</sup>CFS (2012). Coming to terms with terminology. Rome, Italy. [Link](#)

<sup>10</sup>Bailey RL et al. (2015) The epidemiology of global micronutrient deficiencies. [Link](#)

<sup>11</sup>SUN (2021). Scaling Up Nutrition Movement Strategy SUN 3.0 (2021–2025). [Link](#)

<sup>12</sup>Shekar M. et al. (2024). Investment Framework for Nutrition 2024. [Link](#)

<sup>13</sup>International Monetary Fund (2024): World Economic Outlook Database. [Link](#)

<sup>14</sup>Ashkan et al. (2019). Health effects of dietary risks in 195 countries, 1990–2017: A systematic analysis for the Global Burden of Disease Study 2017. The Lancet. [Link](#)

<sup>15</sup>Ruggeri et al. (2024). The Economics of the Food Systems Transformation. [Link](#)

<sup>16</sup>FAO (2004). Voluntary Guidelines to Support the Progressive Realization of the Right to Adequate Food in the Context of National Food Security. [Link](#)

<sup>17</sup>GCNF (2024). Building the evidence: Early nutrition sets the stage; subsequent investment plays out across childhood. Global Child Nutrition Foundation. [Link](#)

<sup>18</sup>Bundy et al. (2018). Investment in child and adolescent health and development: key messages from Disease Control Priorities. 3rd Edition. Lancet.

[Link](#)

<sup>19</sup>FAO (2024), The State of World Fisheries and Aquaculture 2024. [Link](#)

#### Impressum

##### Herausgeber:

Deutsche Gesellschaft für  
Internationale Zusammenarbeit (GIZ) GmbH

Sitz der Gesellschaft  
Bonn und Eschborn

Dag-Hammarskjöld-Weg 1-5  
65760 Eschborn, Deutschland  
T +49 61 96 79-0  
F +49 61 96 79-11 15  
E [info@giz.de](mailto:info@giz.de)  
I [www.giz.de](http://www.giz.de)

##### Verantwortlich/Kontakt:

Dr. Ines Reinhard, Josephine Figiel  
KC Ländliche Entwicklung und Ernährungssicherung  
E [nutrition@giz.de](mailto:nutrition@giz.de)

Eschborn 2025