

## **Einordnung** zum Öffentlichen Fachgespräch des Ausschusses Ernährung und Landwirtschaft im Deutschen Bundestag

Empfehlung zur Einführung einer „Altersgrenze für Energydrinks“  
gemäß dem Bürgergutachten „Ernährung im Wandel: Zwischen Privatangelegenheit und staatlichen Aufgaben“

### **1. Korrelation ist nicht gleich Kausalität – Energydrinks sind sicher**

*Im Fachgespräch wurde vorgetragen, der Konsum von Energydrinks führe unter anderem zu psychischen Problemen, Übergewicht sowie erhöhter Gewaltbereitschaft und diene als „Einstiegsdroge“ für harte Drogen und Alkohol. Nahegelegt wurde dabei ein kausaler Zusammenhang zwischen den vorgetragenen Effekten sowie dem Konsum von Energydrinks. Für eine solche Kausalität gibt es keine Belege.*

#### **Fakt ist:**

Energydrinks sind sicher: Weltweit führende Gesundheits- und Lebensmittelsicherheitsbehörden, wie insbesondere die Europäische Behörde für Lebensmittelsicherheit (EFSA), haben wiederholt die Sicherheit von Koffein aus allen Nahrungsquellen, einschließlich Energydrinks, bestätigt. Dabei kommt die EFSA wie weitere behördliche Sicherheitsbewertungen zum Ergebnis, dass auch Kinder und Jugendliche moderate Mengen an Koffein konsumieren können.

Im jüngsten Gutachten zur Sicherheit von Koffein hat Food Standards Australia New Zealand (FSANZ) konstatiert, die für Erwachsene als unbedenklich erachtete tägliche Menge der Aufnahme von Koffein auch für Jugendliche anzuwenden. Die EFSA hat neben Koffein auch die Sicherheit für weitere Zutaten wie Taurin und Glucuronolacton wiederholt bestätigt. Dies gilt auch für deren Kombination.

In der Literatur beschrieben wird eine zeitliche Nähe zwischen dem Konsum von Energydrinks und bestimmten Beobachtungen. Die hier zu Grunde liegenden Studien sind aber nahezu ausschließlich Einzelfallstudien bzw. sogenannte Querschnittsstudien. Bei solchen Studien lässt sich jedoch bereits methodisch aus den beobachteten Korrelationen keine Kausalität ableiten. Diese Limitierung wird als wissenschaftlich eindeutige Tatsache daher in solchen Publikationen klargestellt. Aus gutem Grund haben daher schon 2015 die EFSA sowie 2018 das United Kingdom Committee on Toxicity diese Einschränkungen benannt. Daher hat die EFSA im Gutachten zur Sicherheit von Koffein aus allen Nahrungsquellen ganz bewusst keine Einzelfallstudien und zudem Querschnittsstudien nur nachrangig berücksichtigt. Mit Blick auf insofern nicht eingeordnete Statements von dritter Seite bedarf dies daher der Klarstellung.

Bei der EDUCATE-Studie handelt es sich darüber hinaus um eine kleine, klinische Pilotstudie mit wenigen jugendlichen Teilnehmenden (n = 27). Einige Ergebnisse basieren sogar auf noch kleineren Bezugsgruppen (bis zu n = 17). Dies limitiert entsprechend deutlich die Aussagekraft einer solchen Studienkonstellation.

Zudem sind zahlreiche Ergebnisse aus der EDUCATE-Studie statistisch nicht signifikant – mit anderen Worten: Es gibt keinen Unterschied zwischen der Gruppe mit Konsum von Energydrinks und der Gruppe in der Placebo-Kontrolle. Dies fällt besonders ins Gewicht, da der gezielte Konsum von Energydrinks in der Studie hoch angesetzt wurde. Die Teilnehmenden müssten die noch als sicher erachtete Aufnahmemenge an Koffein (3 mg/kg Körpergewicht) in kurzer Zeit zu sich nehmen. Derart hohe Verzehrsmengen entsprechen dabei nach den aktuellen Daten aus der Erhebung des Robert Koch-Instituts (RKI) für Deutschland keinesfalls dem üblichen Konsum. Vielmehr werden diese nur in absoluten Einzelfällen beobachtet.

Die wenigen (statistisch signifikanten) Ergebnisse, die in der EDUCATE-Studie auf einen nachteiligen kardiovaskulären Effekt durch den Konsum von Energydrinks hinweisen, erscheinen klinisch betrachtet kaum relevant. Dabei handelt sich um wissenschaftlich lang bekannte, vorübergehende Effekte von Koffein – die als Effekte in vergleichbarer Wirkung im Laufe des Tages öfter auch durch andere Faktoren ausgelöst werden können. In allen maßgeblichen Risikobewertungen der zuständigen Institutionen zu Koffein, Energydrinks bzw. Zutaten von Energydrinks in den letzten 25 Jahren wurden diese „milden“ Effekte bei der Bewertung für im Konsum sichere Mengen berücksichtigt. Dies gilt ausdrücklich auch für die Bewertungen mit besonderem Blick auf Kinder und Jugendliche.

## **2. Der Beitrag von Energydrinks zur Koffeinaufnahme bei Jugendlichen ist sehr gering und bei Kindern vernachlässigbar – dies zeigen die RKI-Daten**

*Wiederholt wurde vorgetragen, es gebe eine sehr hohe Quote (Prävalenz) an Jugendlichen, die Energydrinks konsumieren. Mit Blick auf sogenannte Hochverzehrer wurde (im wörtlichen Zitat) unter anderem ausgeführt: „Laut BfR trinken auch 10 % der Minderjährigen bei bestimmten Gelegenheiten einen Liter und mehr (...)“.*

### **Fakt ist:**

Die nach wie vor für Deutschland aktuellen und repräsentativen Daten des Robert Koch-Instituts (RKI) aus dem Jahr 2019 verdeutlichen, dass der Beitrag von Energydrinks zur gesamten Koffeinaufnahme in allen Altersgruppen äußerst gering und speziell bei Kindern vernachlässigbar ist.

Zudem zeigen die Daten des RKI auf, dass bei Jugendlichen – sofern diese zu viel Koffein konsumieren („Heavy User“) – diese Aufnahme überwiegend auf den Konsum von Kaffee bzw. Tee zurückzuführen ist (und nicht auf Energydrinks beruht). „Heavy User“ von Energydrinks sind demnach absolute Einzelfälle.

Im RKI-Bericht „Koffeinzufuhr bei Kindern und Jugendlichen in Deutschland“, Abschnitt „3.1.5. Energydrinks“, 2019, Seite 22 bzw. Seite 25 (Hervorhebung durch wafg) wird hierzu aufgeführt:

*„Da der **Energydrink-Konsum bei Kindern keine nennenswerte Rolle spielt**, (...) wird in den folgenden Auswertungen nur die Gruppe der Jugendlichen betrachtet.“*

*„Nahezu alle Kinder und Jugendlichen verzehrten im Befragungszeitraum koffeinhaltige Lebensmittel. Die Auswertungen zeigen, dass Jugendliche höhere Koffeinnengen zu sich nehmen als Kinder. Bei Kindern erfolgt ein*

*Großteil der Koffeinzufuhr über Teegetränke, koffeinhaltige Limonaden und Schokolade. Bei Jugendlichen zählen Kaffee- und Teegetränke sowie koffeinhaltige Limonaden zu den Hauptzufuhrquellen. **Energydrinks leisten nur einen geringen Beitrag zur Koffeinzufuhr.***

Seit der RKI-Erhebung ist somit seit Mitte 2019 bekannt, dass in Deutschland kein systematisch relevanter „übermäßiger“ Konsum von Energydrinks bei Kindern und Jugendlichen vorliegt. Abweichende Zahlen zu Prävalenz und vermeintlichem Hochkonsum, die im Fachgespräch wiederholt vorgetragen wurden, stammen dagegen aus einer Stellungnahme des Bundesinstitut für Risikobewertung (BfR) zu Energydrinks, die sich auf eine Datenlage aus dem Jahr 2013 bezieht. Maßgeblich sind jedoch hinsichtlich Aktualität und Validität die letzterhobenen Daten des RKI.

### **3. Bestehender Regulierungsansatz in Deutschland beruht auf einer wissenschaftlichen Risikobewertung und wird in weiteren EU-Staaten angewandt**

*Die Mehrzahl der EU-Mitgliedsstaaten sieht keine produktspezifischen Altersgrenzen vor. Vielmehr bestätigen auch andere Länder den in Deutschland bewährten Rechtsrahmen.*

#### **Fakt ist:**

In Osteuropa haben sich einige Länder für gesetzliche Altersgrenzen entschieden. Demgegenüber hat 2018 in Schweden der Ausschuss für Umwelt und Landwirtschaft im Kern den in Deutschland etablierten Rechtsrahmen als zielführender bewertet. Unter Verweis auf die Einschätzung der schwedischen Lebensmittelbehörde kam man zum Ergebnis, dass eine Altersbeschränkung für Energydrinks Kinder und Jugendliche nicht vor übermäßigem Koffeinkonsum schütze und vielmehr die Festlegung eines Höchstwertes für Koffein in Energydrinks eine geeignetere Maßnahme sei.

In Deutschland gelten bereits seit 2012 entsprechende besondere Rechtsvorgaben für Energydrinks und koffeinhaltige Erfrischungsgetränke mit besonderen Anforderungen zu den Höchstgehalten für Koffein bzw. weitere in der Kategorie typische Zutaten. Diese in der Verordnung über Fruchtsaft, Fruchtnektar und koffeinhaltige Erfrischungsgetränke (Fruchtsaft- und Erfrischungsgetränkeverordnung – FrSaftErfrischGetrV) etablierten Anforderungen beruhen wie die Vorgaben auf EU-Ebene auf einer wissenschaftlichen Risikobewertung sowie sehr langjährigen Erfahrungen.

### **4. Fragwürdige Ausführungen zu Taurin**

*Es wurden zudem Vorbehalte gegen die Verwendung von Taurin vorgetragen. Erwähnt wurde dabei im Bezug die Situation in Frankreich. Diese berücksichtigen nicht die aktuelle Rechtslage.*

#### **Fakt ist:**

Taurin ist bei Energydrinks in Deutschland eine ausdrücklich zugelassene Zutat nach der Verordnung über Fruchtsaft, Fruchtnektar und koffeinhaltige Erfrischungsgetränke (Fruchtsaft- und Erfrischungsgetränkeverordnung – FrSaftErfrischGetrV) – danach dürfen basierend auf den langjährigen Erfahrungswerten und der wissenschaftlichen Risikobewertung bis zu 4.000 mg Taurin pro Liter Getränk enthalten sein.

Nach der Verordnung (EU) Nr. 609/2013 über Lebensmittel für Säuglinge und Kleinkinder, Lebensmittel für besondere medizinische Zwecke und Tagesrationen für gewichtskontrollierende Ernährung darf Taurin bis zu einem Gehalt von 12 mg pro 100 kcal bei Säuglingsanfangsnahrung und Folgenahrung zugesetzt werden. Bereits seit 2012 steht Taurin auf der Unionsliste der Aromastoffe gemäß der Verordnung (EG) Nr. 1334/2008.

Die im Internet aufzufindenden Bezüge zu Frankreich sind veraltet, diese beziehen sich erkennbar auf einen Zeitraum vor diesen Regulierungen.

## **5. Keine hinreichende Einbeziehung unterschiedlicher Expertise bei der Debatte im Bürgerrat**

*Nach unserer Einschätzung ist nicht anzunehmen, dass der Bürgerrat bei seinen Beratungen über die Frage einer Altersgrenze umfassenden Input erhalten hat.*

### **Fakt ist:**

Der Einsetzungsbeschluss des Deutschen Bundestages zum Bürgerrat sieht vor, dass Arbeitssitzungen des Bürgerrates neutral moderiert und durch Experten fachlich fundiert begleitet werden sollen. Zielsetzung ist, „einen möglichst umfassenden und objektiven Überblick über Stand und Breite der Diskussion zur jeweiligen Fragestellung zu geben“ (vgl. BT-Drs. 20/6709, S. 2).

Zur vorliegenden Diskussion wurde ausweislich der uns vorliegenden Rückmeldung der Bundestagsverwaltung lediglich ein einzelner Mediziner eingeladen, der seinerseits bereits vor längerem von foodwatch als Referenz herangezogen wurde.

## **6. Ausführungen zum Branchenbeitrag zur Kalorienreduktion im Rahmen der Nationalen Reduktions- und Innovationsstrategie bedürfen der Einordnung**

*Mit Blick auf (freiwillige) Selbstverpflichtungen wurde von foodwatch der Eindruck erweckt, dass der Branchenbeitrag der wafg zur Nationalen Reduktions- und Innovationsstrategie (NRI) bzw. die Kalorien- und Zuckerreduktion bei Erfrischungsgetränken nicht auf Zielkurs liege. Zudem wurde mit direkter Bezugnahme auf „freiwillige Branchenlösungen“ der „Fall von Danone und dem Nutri-Score“ angesprochen. Die Sachverhalte bedürfen der Einordnung.*

### **Fakt ist:**

Die wafg und die den Branchenbeitrag tragenden (Mitglieds-)Unternehmen nehmen die qualifizierte Zusage zur Kalorienreduktion im Rahmen der Nationalen Reduktions- und Innovationsstrategie (NRI) der Bundesregierung ernst. Als einziger Branchenverband umfasst diese die Gesamtkategorie. Die teilnehmenden Hersteller stehen mit rund 60 Prozent für einen maßgeblichen Marktanteil und haben bereits wesentliche Reduktionserfolge erzielt.

Die bisherigen Daten legen nahe, dass die für das Zieljahr 2025 zugesagte Kalorienreduktion von 15 % erreicht wird. Derzeit wird die Kalorienreduktion bezogen auf die weiteren Entwicklungen bis 2023 extern validiert. Ein unabhängiges Monitoring dokumentierte bereits zur Hälfte der Laufzeit bis 2020 eine deutliche Reduktion um 9,2

Prozent (vgl. weiterführend [www.wafg.de/themen/branchen-initiativen/branchenbeitrag-kalorienreduktion](http://www.wafg.de/themen/branchen-initiativen/branchenbeitrag-kalorienreduktion)).

Unzulässig vermischt wurden von foodwatch im konkreten Kontext dabei unterschiedliche Sachverhalte. Die unternehmensbezogene Entscheidung eines einzelnen Unternehmens zu einer bestimmten Vorgehensweise ist offenkundig keine freiwillige Branchenlösung. Diese irreführende Verquickung wurde genutzt, um das Instrument der freiwilligen Selbstverpflichtung als solches pauschal und auf fragwürdiger Grundlage zu diskreditieren.

Berlin, im Oktober 2024