

Nutrient reference values for bioactives: new approaches needed? A conference report

Hans Konrad Biesalski • John W. Erdman Jr. • John Hathcock • Kathleen Ellwood •  
Stephen Beatty • Elizabeth Johnson • Roberto Marchioli • Lotte Lauritzen •  
Harry B. Rice • Andrew Shao • James C. Griffiths

Eur J Nutr (2013) 52:1–9  
DOI 10.1007/s00394-013-0503-0

### **Referenzwerte für den Nährstoffgehalt von bioaktiven Substanzen: Werden neue Ansätze benötigt? Ein Konferenzbericht**

**Abstrakt:** Nährstoffe können entweder als „essentiell“ oder „nicht essentiell“ klassifiziert werden, wobei die letzteren auch als bioaktive Substanzen bezeichnet werden. Obwohl das Fehlen von essentiellen Nährstoffen in der Ernährung zu offensichtlichen Mangelerscheinungen führt, oftmals in Begleitung von moderaten bis starken physiologischen Verminderungen, führt das Fehlen von bioaktiven Stoffen in der Ernährung zu suboptimaler Gesundheit. Referenzwerte für den Nährstoffgehalt werden vom Codex Alimentarius und den Behörden in vielen Ländern hauptsächlich für essentielle Nährstoffe mit empfohlenen Tagesdosen festgelegt. Das Institute of Medicine (IOM) in den USA hat vier Ernährungsreferenzdosen definiert, die bei entsprechend zutreffenden Daten den durchschnittlichen Bedarf, die davon abgeleitete empfohlene Tagesdosis, den aktiven Wirkstoff für Nährstoffe ohne entsprechende Daten zur Identifizierung eines durchschnittlichen Bedarfs und einen oberen Grenzwert umfassen. Von der empfohlenen Tagesdosis wird in den USA ein Kennzeichnungswert bzw. Tageswert (DV - daily value) abgeleitet, der sich auf ältere Kinder und die meisten Erwachsenen bezieht. Im Codex entsprechen die Tageswerte den Referenzwerten des Nährstoffgehalts, anhand derer die Prozentwerte auf Lebensmittletiketten errechnet werden. Die IOM-Dokumente machen keine Angaben darüber, dass die Werte der Lebensmittelkennzeichnung nur für die bis dato als essentiell definierten Nährstoffe festgelegt werden können. Die US-amerikanische Gesundheitsbehörde (FDA) hat sogar basierend auf den vom IOM für diesen Inhaltsstoff angegebenen aktiven Wirkstoff einen Ballaststoffwert festgesetzt. Auf dieser Konferenz sollen Definitionen, Konzepte und Daten von zwei der besten Beispiele bioaktiver Substanzen erarbeitet und erfasst werden, die ggf. Referenzwerte für den Nährstoffgehalt enthalten sollten: Lutein und Zeaxanthin und langkettige, mehrfach ungesättigte n-3-Fettsäuren.

**Stichworte:** Referenzwerte für den Nährstoffgehalt, nicht essentielle Nährstoffe, ausreichende Einnahme, Lutein, Zeaxanthin, Meso-Zeaxanthin, langkettige, mehrfach ungesättigte n-3-Fettsäuren