



### Meine Tätigkeit

Als unabhängiger wissenschaftlicher Berater arbeite ich seit 4 Jahren mit verschiedenen Universitäten und Unternehmen aus der Ernährungs- und Pharmaindustrie zusammen. Hier vor allem in den Bereichen Forschungsstrategie und „Evidence-based Nutrition“. In der Zeit davor war ich mehrere Jahre in verschiedenen Unternehmen (unter anderem bei Roche, DSM, Cereal Partners

Worldwide, Nestlé) als „corporate scientist“ und Gruppenleiter sowohl in der Forschung und wissenschaftlichen Kommunikation, aber auch als Bindeglied zwischen Forschung und Marketing tätig.

### Die Frühstücksstudie

Besonders viel Freude macht mir die Arbeit mit internationalen Organisationen sowie wissenschaftlichen Experten und Meinungsbildnern. Ein Beispiel für ein Stakeholder Engagement möchte ich hier vorstellen.

Von einem Industrieunternehmen bzw. -verband wurde ich vor ca. 3 Jahren hinsichtlich wissenschaftlicher Empfehlungen zum Frühstückskonsum angefragt. Die meisten Fachgesellschaften proklamieren Frühstück als eine wichtige Mahlzeit, als einen gesunden Start in den Tag, der mit verbesserter Gewichtskontrolle, kognitiven Leistungen und kardio-metabolischer Gesundheit assoziiert ist.

### Festanstellung und Selbständigkeit

Vor rund 4 Jahren habe ich mich mit der Gründung einer eigenen GmbH (*T2 Bene GmbH*) selbständig gemacht. Die Säulen meines Angebotes beinhalten:

- Planung von Forschungsstrategien (klinische und epidemiologische Studien in den Bereichen Sporternährung, Resilienz, Übergewicht, Herz-Kreislauferkrankungen und Diabetes)
- Planung und Umsetzung wissenschaftlicher Publikationen
- Stakeholder Engagement (das Zusammenbringen von Experten zur wissenschaftlichen Konsensusfindung zu bestimmten Fragestellungen)
- Strategische Beratung bei der Entwicklung von Health Claims für Lebensmittel oder Nahrungsergänzungsmittel
- Wissenschaftliche Kommunikation («Übersetzen» wissenschaftlicher Zusammenhänge für Marketing, Informationsmaterial für Fachpersonal und Konsumenten wie die inhaltliche Gestaltung des Internetauftrittes von Unternehmen)

Darüber hinaus unterrichte ich seit 2 Jahren an der FFHS im Studiengang Master of Advanced Studies (MAS) Gesundheitsförderung das Fach Ernährung.

Zu Beginn des Projektes habe ich eine Gruppe von 9 internationalen Experten aus Europa und Nord-Amerika identifiziert und für die Initiative gewonnen. Nachdem der wissenschaftliche Leiter des Projektes benannt war, bin ich als Co-Chair in die „zweite Reihe“ getreten und habe sichergestellt, dass Meilensteine und Zeitlinien eingehalten werden.

Diese „*International Breakfast Research Initiative*“ (IBRI) hat einen neuen Ansatz entwickelt, um quantitative Empfehlungen zur Nährstoffaufnahme für das Frühstück zu erarbeiten und ist damit einzigartig bei der Suche nach nährstoffbasierten Empfehlungen für eine bestimmte Mahlzeit. Dazu wurden Daten von nationalen Studien aus 6 Ländern verwendet und in einem harmonisierten Ansatz analysiert.

Die aus der Studie entstandene Graphik zeigt: der Beitrag des Frühstücks zur täglichen Energieaufnahme in den 6 Ländern ist relativ stabil, der Beitrag des Frühstücks zur Mikronährstoffaufnahme variiert dagegen erheblich. Insbesondere für die Nährstoffe Thiamin, Riboflavin, Folsäure, Kalzium, Magnesium und Kalium liefert Frühstück einen Beitrag, der die relative Energiezufuhr deutlich übersteigt (aus: Gibney et al. *Nutrients* 2018, 10, 1540).

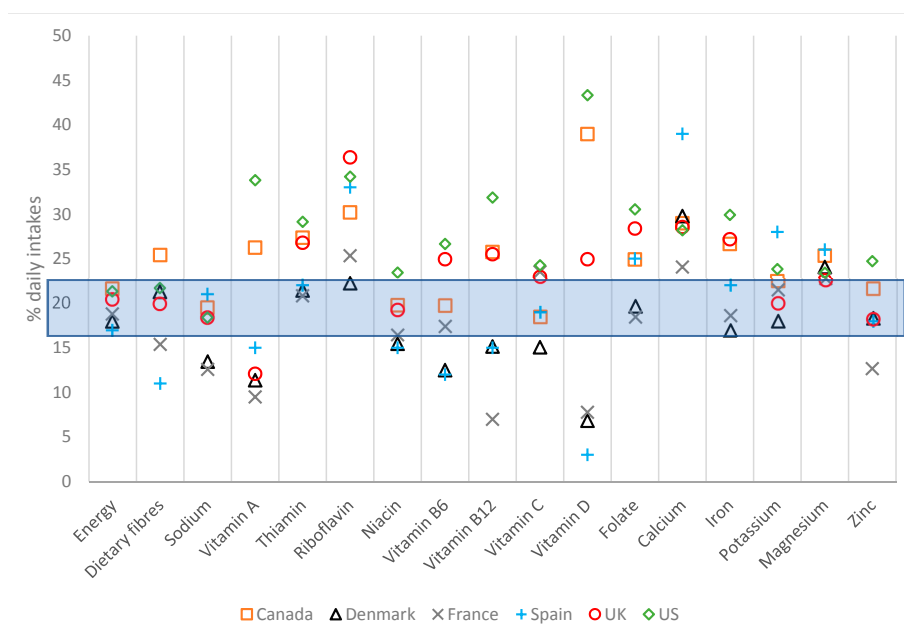


Bild: Contribution of breakfast to daily energy and nutrient intakes, total survey populations. The box represents observed contribution of breakfast to daily energy intakes.

## Das Resultat der Studie

Die Initiative hat eine Grundlage für bessere Public Health-Ernährungsstrategien geschaffen und kann als Entscheidungshilfe für die Konsumenten hinsichtlich einer gesünderen Lebensmittelauswahl für ein Frühstück dienen.

Aus diesem zweijährigen Projekt sind 8 Publikationen in internationalen Fachzeitschriften hervorgegangen. Für die Schweiz lässt die Umsetzung der Ergebnisse in Empfehlungen noch auf sich warten, das Projekt befindet sich nun in einer Phase, wo in ausgewählten Ländern offizielle Stellen wie Fachgesellschaften oder Ministerien kontaktiert werden, um die neuen Empfehlungen zum Frühstück zu diskutieren.