

# Bioprodukte und Gesundheit

Die **Qualität von Ökoprodukten** ergibt sich in erster Linie aus der **Prozessqualität**, also aus der Art, wie sie hergestellt werden. Doch wie sieht es mit den **Inhaltsstoffen** der biologischen Lebensmittel aus? Das Forschungsinstitut für biologischen Landbau (FiBL) hat anhand von Literaturstudien biologische und konventionelle Lebens-

mittel miteinander verglichen. Das Ergebnis: Ökoprodukte schneiden bei vielen **ernährungsphysiologischen Merkmalen** günstiger ab als konventionelle. Die Nationale Verzehrsstudie II zeigt außerdem, dass **Biokäufer** in der Regel eine **günstigere Lebensmittelauswahl** treffen und häufiger einen **gesunden Lebensstil** pflegen.



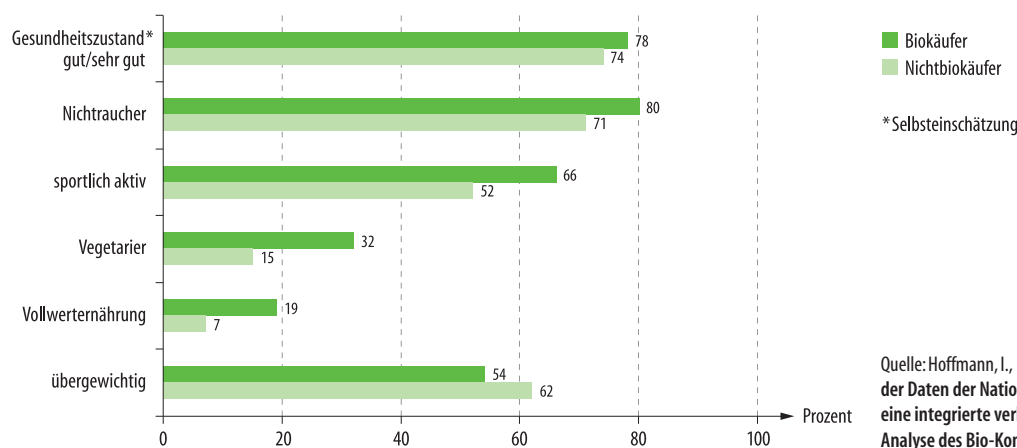
## Qualitätsvergleich bei pflanzlichen Produkten (bio und konventionell)

wertgebende Stoffe		wertmindernde Stoffe	
Mineralstoffe	↗	Nitrat	↑
Proteingehalt	↙	Pestizidrückstände	↑
Proteinqualität	↗	pathogene Keime	→
Vitamine	↗	Schwermetalle	→
sekundäre Pflanzenstoffe	↗		
<b>Genusswert</b>	↗		

- ↑ Bio schneidet günstiger ab
- ↗ leichte Vorteile von Bioprodukten
- ↙ leichte Nachteile von Bioprodukten
- kein Unterschied

Quelle: Alföldi, T. et al. (2006): **Qualität und Sicherheit von Bioprodukten – Lebensmittel im Vergleich**. Dossier Nr. 4, FiBL (Forschungsinstitut für biologischen Landbau)

## Vergleich Lebensstil Bio- und Nichtbiokäufer



Quelle: Hoffmann, I., A. Spiller (2010): **Auswertung der Daten der Nationalen Verzehrsstudie II (NVS II): eine integrierte verhaltens- und lebensstilbasierte Analyse des Bio-Konsums**. <http://orgprints.org/18055/>