Ressort: Gesundheit

Ernährungsexperten kritisieren Werbebotschaften für Lebensmittel

Berlin, 07.04.2013, 07:56 Uhr

GDN - Gesundheitsbotschaften wie "Schützt das Herz" oder "Reich an Ballaststoffen" können das Ernährungsverhalten negativ beeinflussen. "Olivenöl mag gut für das Herz-Kreislauf-System sein, wer es deshalb löffelweise über den Salat gibt, nimmt zu viele Kalorien zu sich - und riskiert damit Übergewicht", sagte Ernährungsmediziner Volker Schusdziarra von der Technischen Universität München dem Nachrichtenmagazin "Focus".

Forscher nennen diesen Effekt "Gesundheitsnimbus": Eine gesunde Einzelkomponente wie etwa Vitamine oder ein geringer Fettgehalt überstrahle alle anderen Bestandteile eines Produkts. Von guten oder schlechten Lebensmitteln zu sprechen, sei grundsätzlich falsch, sagte die Berliner Ernährungsmedizinerin Ute Gola zu "Focus". Vielen Menschen fehle mittlerweile der Mut, das zu essen, was ihnen schmeckt oder worauf sie Hunger haben. Die beste Methode, um sich von Lebensmittelmythen und Werbebotschaften zu lösen, sei die Rückbesinnung auf ursprüngliche Ernährungsmuster. Geregelte Mahlzeiten und selbst zubereitetes Essen schützten am besten vor Snack-Attacken und Übergewicht. Auch bei erklärten Fitness-Lebensmitteln sollten Konsumenten skeptisch sein: "Die Lebensmittelindustrie hat den Trend zur gesunden Ernährung für sich entdeckt", sagte die Sprecherin der Verbraucherorganisation Foodwatch Anne Markwardt in "Focus". Fitness- und Wellness-Begriffe würden gezielt eingesetzt, um zucker- und fettreiche Lebensmittel so zu bewerben, dass der wahre Inhalt kaschiert werde. Foodwatch hat das Nährwertprofil von Fitness-Müslis, Wellness-Wässerchen und Joghurt-Drinks überprüft und kam zu dem Ergebnis: Die als gesund deklarierten Lebensmittel stehen Snacks oder Softdrinks beim Salz-, Zucker- oder Fettgehalt oft in nichts nach.

Bericht online:
https://www.germandailynews.com/bericht-11380/ernaehrungsexperten-kritisieren-werbebotschaften-fuer-lebensmittel.html

Redaktion und Veranwortlichkeit:
V.i.S.d.P. und gem. § 6 MDStV:

Haftungsausschluss:
Der Herausgeber übernimmt keine Haftung für die Richtigkeit oder Vollständigkeit der veröffentlichten Meldung, sondern stellt lediglich den Speicherplatz für die Bereitstellung und den Zugriff auf Inhalte Dritter zur Verfügung. Für den Inhalt der Meldung ist der allein jeweilige Autor verantwortlich.

Editorial program service of General News Agency:
UPA United Press Agency LTD
483 Green Lanes
UK, London N13NV 4BS
contact (at) unitedpressagency.com
Official Federal Reg. No. 7442619