




## CCG-Forschungskolloquium zum Thema: Experimente zur Beeinflussung des Essverhaltens

**CCG-Forschungskolloquium zum Thema: Experimente zur Beeinflussung des Essverhaltens**  
Wenn das Essverhalten von Menschen untersucht werden soll, ergeben sich häufig große Schwierigkeiten. Denn bei Befragungen sind die Ergebnisse oft verfälscht und Beobachtungsstudien unter Alltagsbedingungen meist nicht möglich, ohne das Verhalten in ungewünschter Weise zu beeinflussen. Zudem sind experimentelle Studien mit Lebensmitteln in der Regel sehr aufwändig.  
In der Arbeitsgruppe von Professor Michael Siegrist wurde eine neue experimentelle Methode entwickelt, bei der verschiedene Einflüsse auf das Essverhalten an einem Buffet mit Lebensmittelattrappen, einem sogenannten "Fake Food Buffet", relativ wirklichkeitsnah untersucht werden können. Dabei zeigte sich unter anderem, dass allein schon ein reichhaltigeres Angebot an Gemüse dazu führt, dass die Versuchsteilnehmer ihre Mahlzeiten gesünder zusammenstellen, ohne mehr Kalorien zu sich zu nehmen. Damit konnte auch vor Augen geführt werden, dass mancher vermeintliche "Trick" von Ernährungsgurus nicht wirklich funktioniert: Oft wird behauptet, mit einem kleineren Teller werden auch kleinere Portionen gewählt und dabei Kalorien gespart. Dies trifft jedoch nicht zu, es werden genauso viele Kalorien gewählt, nur weniger Gemüse. Der kleinere Teller führt unter dem Strich also nicht zu einem gesünderen, sondern eher zu einem ungesünderen Essverhalten.  
Das CCG-Forschungskolloquium zum Thema "Beeinflussung des Essverhaltens: Ergebnisse von Experimenten mit Lebensmitteln und mit 'Fake Food'" findet statt:  
am Mittwoch, 14. Mai 2014, von 16.30 bis zirka 18 Uhr,  
HAW Hamburg, Campus Bergedorf, Lohbrügger Kirchstraße 65, 21033 Hamburg, Raum 1.07b.  
Referent ist Prof. Dr. Michael Siegrist (Eidgenössische Technische Hochschule ETH Zürich, Institut für Umweltentscheidungen, Professur für Verbraucherverhalten). Moderiert wird die Veranstaltung von Prof. Dr. Joachim Westenhöfer (HAW Hamburg). Die Veranstaltung ist kostenfrei, eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Der Vortrag richtet sich an die interessierte Fachöffentlichkeit, Masterstudierende aller gesundheitsrelevanten Studiengänge sowie Medienvertreterinnen und -vertreter. Weitere Informationen zum CCG: [www.haw-hamburg.de/ccg](http://www.haw-hamburg.de/ccg).  
Kontakt: HAW Hamburg  
Competence Center Gesundheit (CCG)  
Katharine Kolbe, BSc, MSc  
Tel. 040.428 75-7210  
[katharina.kolbe@haw-hamburg.de](mailto:katharina.kolbe@haw-hamburg.de)  


### Pressekontakt

Hochschule für Angewandte Wissenschaften Hamburg

20099 Hamburg

### Firmenkontakt

Hochschule für Angewandte Wissenschaften Hamburg

20099 Hamburg

Die Hochschule für Angewandte Wissenschaften Hamburg ist die zweitgrößte Hochschule in Hamburg und die drittgrößte Fachhochschule in Deutschland. Seit dem WS 2010/2011 studieren an ihr ca. 13.661 Studierende in 63 verschiedenen Studiengängen.