



Sabine Rohrmann

13.09.2023, 15:00 Uhr

Keynote-Session IV

Implementierung und Verhalten

Zusammenhänge zwischen Ernährung und Gesundheit

Ernährungsempfehlungen gibt es unzählige, von der Lebensmittelpyramide über «5 am Tag» bis hin zur Mittelmeerdät. Wieso aber werden sie empfohlen und wie gut ist die Evidenz, dass das Einhalten dieser Empfehlungen eine positive Wirkung auf die menschliche Gesundheit hat? Hinzu kommt in den letzten Jahren die Frage, wie muss eine Ernährung aussehen, die uns nicht nur gesund erhält sondern auch ökonomische und ökologische Aspekte beachtet.