



Ernährung

Bio wirkt vor allem im Kopf und nicht im Körper

In einer Studie sind Forscher der angesehenen Stanford-Universität der Frage nachgegangen, ob der Verzehr von Bio-Nahrungsmitteln im Vergleich zu konventionellen gesundheitliche Vorteile bringe. Das Ergebnis wurde vor kurzem publiziert und besagt: eigentlich nicht. Nun kaufen viele die wesentlich teureren Bio-Produkte exakt aus der Annahme heraus, diese seien «gesünder» – für die Umwelt, die Nutztiere, aber vor allem für den Konsumenten selbst. Nicht von ungefähr gibt es ja die Sentenz: Der Mensch ist, was er isst. Die Stanford-Forscher haben dieser Vorstellung den Boden entzogen: Man kann sich mit Bio nicht zu einem gesünderen Menschen essen. Allerdings dürfte dieses Ergebnis ohne jede Folge bleiben, genauso wie die kürzlich publizierte Nationalfonds-Studie, wonach Gentech-Pflanzen kein gesundheitliches Risiko darstellen. Niemand wird nun weniger Bio-Gemüse kaufen und niemand mehr Gentech-Produkte. Alles, was mit dem Essen zusammenhängt, ist eben tief emotional besetzt. Die Nahrungsaufnahme befriedigt einen Urtrieb des Menschen, es geht dabei um Leben und Tod, Lust und Angst. Da ist der Raum für einen rationalen Zugang zum Essen klein. Gerade weil es so ist, lässt sich sagen, dass die Stanford-Forscher möglicherweise zu früh aufgehört haben. Aus der Placebo-Forschung ist bekannt, dass ein gewünschter Effekt eintritt, wenn man nur kräftig genug daran glaubt. So macht Bio-Nahrung vielleicht doch manche Menschen gesünder, nicht weil sie der konventionellen überlegen wäre, sondern nur, weil man glaubt, dem sei so. (*fem.*)



NZZ am Sonntag
8021 Zürich
044/ 258 11 11
www.nzz.ch/sonntag

Medienart: Print
Medientyp: Tages- und Wochenpresse
Auflage: 130'756
Erscheinungsweise: wöchentlich

Themen-Nr.: 541.3
Abo-Nr.: 1008268
Seite: 22
Fläche: 6'045 mm²

Meinungen

In regelmässigen Abständen bringt die «NZZ am Sonntag» Artikel über das Thema Bio-Nahrungsmittel. Schade, dass sich der Fokus dabei häufig nur darauf beschränkt, dass der Mensch, der Bio-Nahrungsmittel isst, dies in erster Linie macht, um sich gesünder zu ernähren. Die ganzheitliche Betrachtungsweise zum Thema wird nicht berücksichtigt.

Viele Menschen, die hauptsächlich biologisch hergestellte Nahrungsmittel konsumieren, machen sich darüber Gedanken, welche Folgen die Bio-Produktion für die Anbauflächen hat, wie sich die im Bio-Anbau reduzierte Nutzung von chemischen Spritzmitteln längerfristig auf die Natur auswirkt und so weiter. Kommt hinzu, dass sich Bio-Verbraucher oft weitergehende Gedanken über ihre Essgewohnheiten machen, sei dies zum Thema reduzierter Fleischkonsum, vermehrtes Essen von Salat, Gemüse und Früchten und nicht zuletzt auch der Unterstützung regionaler Produkte.

Gisela Fehr, Pfungen (ZH)



Meinungen

Leider wurde in diesem Artikel nicht genügend differenziert. Von einem möglichen Einfluss auf die Gesundheit des Konsumenten, was diese Stanford-Studie offenbar zum Thema hat, wurde zu kurz auch auf die Umwelt und die sogenannten Nutztiere geschlossen. Für Tiere hat eine Bio-Produktion aber sehr wohl einen erheblichen Einfluss auf ihre Lebensqualität. Auch die Umwelt wird durch eine Bio-Produktion nachweislich geschont. Bio-Produkte sind damit der konventionellen Nahrung überlegen.

Wenn nun also Bio vor allem im Kopf wirken soll, dann wohl deshalb, weil die Konsumenten beim Einkauf bewusst werthaltige(re) Produkte wählen und nicht nur ihre eigene Gesundheit in den Vordergrund stellen, sondern jene der Tiere und der Umwelt einbeziehen. Für Tiere und Umwelt macht ein verantwortungsvoller Konsum einen erheblichen Unterschied, der die Produktion und den Konsum von Bio-Produkten mehr als nur rechtfertigt.

Ich würde mich freuen, wenn diese Punkte in Zukunft wieder etwas genauer unterschieden werden.

Bruno Mascello, Gossau (SG)

Datum: 16.09.2012

NZZ am Sonntag



NZZ am Sonntag
8021 Zürich
044/ 258 11 11
www.nzz.ch/sonntag

Medienart: Print
Medientyp: Tages- und Wochenpresse
Auflage: 130'756
Erscheinungsweise: wöchentlich

Themen-Nr.: 541.3
Abo-Nr.: 1008268
Seite: 22
Fläche: 3'738 mm²

Viel spricht für Bio

«Bio wirkt vor allem im Kopf und nicht im Körper»

NZZ am Sonntag vom 9. September

Dass man sich auch für biologisch produzierte Nahrungsmittel entscheiden kann, weil es ein kleiner Beitrag ist, weniger Schadstoffe in die Umwelt zu entlassen, bleibt (nahezu) unerwähnt. In diesem Sinne wirkt «Bio» sehr wohl auch im Körper, wenn wir die Erde nicht als Placebo betrachten. Es wäre zu begrüßen, wenn die Stanford-Forscher dranbleiben und, lieber früher als später, möglicherweise gewisse Vorteile in der biologischen Nahrungsmittelproduktion entdecken.

Florine Michaud, Bonstetten (ZH)

Datum: 16.09.2012

NZZ am Sonntag



NZZ am Sonntag
8021 Zürich
044/ 258 11 11
www.nzz.ch/sonntag

Medienart: Print
Medientyp: Tages- und Wochenpresse
Auflage: 130'756
Erscheinungsweise: wöchentlich

Themen-Nr.: 541.3
Abo-Nr.: 1008268
Seite: 22
Fläche: 2'857 mm²

Meinungen

Es ist gut, dass Bio vor allem im Kopf wirkt. Tiere, die einigermaßen tiergerecht gehalten werden; Böden, die nicht mit Pestiziden und Fungiziden vergiftet werden und somit zum Beispiel für Vögel einen Überlebensraum bieten – das sind ein paar Punkte, die unbedingt für mehr Bio sprechen. Wenn dann noch ein besseres Lebensgefühl entsteht, umso besser.

Erich Haener, Nunningen (SO)