

# Wie süß ist zu süß?

*Zucker ist in aller Munde – im wahrsten Sinn des Wortes. Um noch profundere Kenntnisse zu erlangen, beteiligt sich die Lebensmittelversuchsanstalt an einer Studie.*



Der hohe Anteil von Zucker in unserer Ernährung steht immer wieder in der Diskussion. Wie steht es um die Risiken und Vorteile von Alternativen, die den Süßgeschmack von Zucker ersetzen können? Konsumenten wie Wissenschaftler stehen vor vielen offenen Fragen, wenn es um die möglichen Auswirkungen in unserer Ernährung geht. Mehr Klarheit über die Tragweite des Konsums von Zucker und Süßungsmitteln möchte das Projekt Sweet in die Debatte bringen und nimmt nicht nur Aspekte der Konsumentengesundheit und Produktsicherheit ins Visier, sondern auch die Vermarktung und die Nachhaltigkeit der verschiedenen Produkte zum Süßen.

Die Lebensmittelversuchsanstalt ist Teil des Sweet-Konsortiums, das mit Vertretern aus Forschung, Konsumentenschutz und Industrie aus 29 Europäischen Ländern besetzt ist. Ziel des Projektteams ist es, die wissenschaftliche Beweislage bei Zucker und seinen Ersatzstoffen zu durchleuchten und die Wahrnehmung der Produkte auf dem Markt zu erfassen. Eine wissenschaftliche Basis zur Beurteilung von Vorteilen und potenziellen Risiken steht im Mittelpunkt der geplanten Forschungsaktivitäten von Sweet.

Das Projekt läuft im Rahmen von Horizon 2020, wird über fünf Jahre geführt und verfolgt einen multidisziplinären Ansatz, in den Konsumenten, Patienten, Menschen in Gesundheitsberufen, Wissenschaftler, Politiker und Gesetzgeber involviert sind. Im Fo-

kus stehen Süßungsmittel als Einzelstoffe oder in Kombination. Das wissenschaftliche Team zielt nicht nur auf die Aufklärung von physiologischen Auswirkungen auf den Stoffwechsel und die Signalübertragung im Körper ab. Es wird der psychologische Aspekt der Verhaltenssteuerung und Präferenzbildung betrachtet, die mikrobiologische Einflussnahme auf die Darmflora, sowie vermutete Zusammenhänge mit Gewichtszunahme oder Übergewicht. Darüber hinaus werden Überlegungen zur Nachhaltigkeit angestellt und Aspekte der Vermarktung mit einbezogen.

Während der fünf Jahre Laufzeit wird eine zweijährige Interventionsstudie mit 660 übergewichtigen bis adipösen Erwachsenen und Kindern aus vier Europäischen Ländern (Dänemark, Griechenland, Die Niederlande, Spanien) durchgeführt. Sie müssen einen Ernährungsplan zur Gewichtsreduktion einhalten und sind angehalten, die Zufuhr von zugesetzten Zuckern um zehn Prozent verringern. Eine Gruppe darf diese Reduktion durch den Konsum von brennwertfreien Süßungsmitteln ausgleichen, die andere nicht. Parallel dazu arbeitet das Sweet-Konsortium an der Erfassung und Analyse von Herstellung und Vermarktung von Süßungsmitteln. Auch die Konsumentensicht wird mit einbezogen. Informationen unter [sweetproject.eu](http://sweetproject.eu).

Christine Grabler  
LVA GmbH

# How sweet is too sweet?

***A new study, led by researchers from the Universities of Liverpool and Copenhagen, has been launched to identify the risks and benefits of sugar replacements in the diet.***

Sweet, a European Commission Horizon 2020 funded project, is supported by a consortium of 29 pan-European research, consumer and industry partners, who will develop and review evidence on long term benefits and potential risks involved in switching over to sweeteners and sweetness enhancers (S&SEs) in the context of public health and safety, obesity, and sustainability.

The five year multidisciplinary project engages stakeholders from across the food chain — consumers, patients, health professionals, scientists, policy makers, and regulators — to address the role of sweeteners in weight control, and potentially move viable products to market. Stakeholders, including consumers, patients, health professionals, scientists, policy makers, and regulators will engage in the project. As part of the project, a two-year randomised controlled trial, involving recruitment of 660 adults and children with overweight or obesity from four European countries (Denmark, Greece, the Netherlands and Spain), will be conducted. Trial participants will undertake a two-month weight loss diet. During this period, they will be randomised to one of two treatment types. Both groups will receive dietary advice on existing recommendation to reduce consumption of added sugars by 10%. However, one group will be allowed to consume food and drink with sweeteners, whereas the other group will not.

Jo Harrold, Project co-ordinator from the University of Liverpool's Department of Psychological Sciences, said: "Obesity has emerged as a major health issue across Europe and around the world. An investigation of the effects of sugar replacements on appetite and food choice on this scale has never been undertaken. Our study will adopt a multidisciplinary approach to examining the impact of prolonged sugar replacement on



weight control, appetite and energy intake. Understanding the effectiveness of alternative sweeteners will help shape best practice in the future when it comes to weight management." For more information about the Sweet study please visit [sweetproject.eu](http://sweetproject.eu) or contact Sweet Principle Investigators: Dr Jo Harrold, [harrold@liverpool.ac.uk](mailto:harrold@liverpool.ac.uk), Professor Jason Halford, [J.C.G.Halford@liverpool.ac.uk](mailto:J.C.G.Halford@liverpool.ac.uk), Professor Anne Raben, [ara@nexs.ku.dk](mailto:ara@nexs.ku.dk). This project has received funding from the European Union's Horizon 2020 research and innovation programme under grant agreement No 774293. Further Information: [www.sweetproject.eu](http://www.sweetproject.eu)

*Christine Grabler  
LVA GmbH*