



Berlin, den 30. Juni 2022

## PRESSEMITTEILUNG

### Wie super sind „Superfoods“ wirklich?

„Super(?)foods and Supplements – Risky or Healthy?“ – gemeinsame Veranstaltung des BVL und BfR vom 30. Juni bis 01. Juli 2022 in Berlin

**Gesunde Ernährung hat für viele Menschen einen hohen Stellenwert. Ob Quinoa, Chiasamen oder Goji-Beeren: 48 Prozent der Bevölkerung sehen diese oft als „Superfoods“ beworbenen Lebensmittel als Bestandteil einer gesundheitsbewussten Ernährung. Ihnen werden gesundheitsfördernde Eigenschaften zugeschrieben, manche sollen sogar Krankheiten vorbeugen. „Viele sogenannte Superfoods werden – oft über das Internet – mit teils unhaltbaren Werbeversprechen angeboten“, sagt BVL-Präsident Friedel Cramer. „In solchen Fällen, aber insbesondere dann, wenn die Produkte ein gesundheitliches Risiko darstellen könnten, sind die zuständigen Behörden gefordert. Wie wir dabei vorgehen und welche Herausforderungen es dabei gibt, werden Fachleute in der zweitägigen Veranstaltung näher beleuchten.“ „Das Angebot an sogenannten Superfoods ist groß, eine wissenschaftliche und rechtliche Definition des Begriffs gibt es jedoch nicht“, sagt BfR-Präsident Professor Dr. Dr. Andreas Hensel. „In unserer Veranstaltung werden wir die Risikowahrnehmung innerhalb der Bevölkerung und die wissenschaftliche Bewertung dieser Lebensmittel genauer betrachten und diskutieren.“**

Das Angebot der Lebensmittel, die im Handel als „Superfoods“ beworben werden, ist vielfältig. Die Mehrheit der Bevölkerung sieht in ihnen mehr gesundheitliche Vorteile als Risiken. Als sogenannte Superfoods werden meist pflanzliche Lebensmittel angepriesen, die einen hohen Gehalt an Inhaltsstoffen wie Vitaminen, Mineralstoffen oder sekundären Pflanzenstoffen aufweisen sollen. Auch Nahrungsergänzungsmittel, die pflanzliche Zubereitungen oder sonstige Stoffe beinhalten, welche als gesundheitsfördernd wahrgenommen werden, werden als Superfoods beworben. Entgegen der weit verbreiteten Annahme können diese Lebensmittel, insbesondere in konzentrierter Form, auch gesundheitliche Risiken bergen.

Anlässlich ihres 20. Jubiläums laden das Bundesamt für Verbraucherschutz und Lebensmittelsicherheit und das Bundesinstitut für Risikobewertung zu einer gemeinsamen Veranstaltung ein. Themenschwerpunkte sind neben der wissenschaftlichen Bewertung und der Regulation von Lebensmitteln, die als Superfoods beworben werden, auch die Risikowahrnehmung und die aktuelle Marktsituation. Im Vordergrund steht dabei immer der gesundheitliche Verbraucherschutz.

Weitere Informationen zur Veranstaltung finden Sie unter: [www.bvl.bund.de/superfoods](http://www.bvl.bund.de/superfoods)