

Presseworkshop

„Low Carb vs. Low Fat“ – Was ist wirklich gesund? Wissenschaftliche Hintergründe auf den Punkt gebracht

Welche Ernährungsweise ist geeignet um Krankheiten vorzubeugen? Mit welcher Ernährungsform verliert man schneller Pfunde? Ist „Low Carb“ gesund? Lässt sich „Low Fat“ auf lange Sicht durchhalten? Welche individuellen Auswirkungen haben unterschiedliche Ernährungsweisen?

Uhrzeit: 13.30-15.30 Uhr

Veranstaltungsort: Klinikum rechts der Isar, Konferenzraum 1

Datum: 28. Oktober 2011

Vorsitz: Prof. Dr. Hans Hauner, Z I E L, Zentralinstitut für Ernährungs- und Lebensmittelforschung, Abteilung Ernährungsmedizin, TU München.

13.30-14.00 Uhr

Get Together – Kaffee, Kuchen und gesunde Snacks

14.00-14.15 Uhr

Begrüßung - Einführung in das Thema

Geschichtlicher Abriss „Low Carb“/„Low Fat“, aktuelle Empfehlungen der DGE
Prof. Dr. Hans Hauner, TU München

14.15-14.30 Uhr

Unverdauliche Kost: Ballaststoffe als Dickmacher oder unverzichtbarer Bestandteil einer gesunden Ernährung?

Dr. Heiko Zentgraf, GMF Vereinigung Getreide-, Markt- und Ernährungsforschung GMBH

14.30-14.45 Uhr

Update Wissenschaft zu „Low Fat“: Aktuelle Studienübersicht, geschichtlicher Abriss
PD Dr. Jakob Linseisen, HelmholtzZentrum München

14.45-15.00 Uhr

Update Wissenschaft zu „Low Carb“: Aktuelle Studienübersicht, geschichtlicher Abriss, Auswirkungen auf die Industrie
Prof. em. Dr. Christian Barth, München

15.00-15.15 Uhr

Nachhaltigkeit in der Ernährung – die Rolle von Proteinen

Dr. Karl von Koerber, Arbeitsgruppe Nachhaltige Ernährung

15.15-15.30

Abschließende Diskussion – Zeit für Fragen