

## Helfen Labels den Konsumenten, bessere Entscheidungen zu treffen?

Einfache Nährwertkennzeichnungen sollen den Konsumenten helfen, sich ausgewogener zu ernähren. Doch benötigen die Konsumenten solche Kennzeichnungen, um eine gesunde Wahl treffen zu können? Die Forschung zeigt, dass der Einfluss der Nährwertkennzeichnungen eher bescheiden sein dürfte.

Wenn Konsumenten die Gesundheit von verarbeiteten Produkten wie Frühstückscerealien, salzigen Snacks oder Getränken beurteilen müssen, benutzen sie häufig einfache Entscheidungsregeln. Als gesund wahrgenommene Zutaten (z.B. Früchte) oder als ungesund wahrgenommene Zutaten (z.B. Schokolade) bestimmen, wie gesund ein Produkt eingeschätzt wird. Eine solche heuristische Entscheidungsstrategie führt nicht zwingend zu schlechten Entscheidungen. Experimentelle Studien zeigen, dass der Nutriscore oder andere direkte Nährwertkennzeichnungen nur einen geringen Einfluss darauf haben, als wie gesund ein Produkt eingeschätzt wird.

Das Wissen darüber, welche Produkte zu einer ausgewogenen Ernährung gehören, genügt nicht. Konsumenten müssen auch motiviert sein, sich ausgewogen zu ernähren. Nährwertkennzeichnungen könnten die Konsumenten bei der Entscheidung, nämlich am Verkaufspunkt, motivieren, gesündere Produkte zu wählen. Die Evidenz, dass Nährwertkennzeichnungen tatsächlich zu einer gesünderen Ernährung führen, ist unklar. Zudem stellt sich die Frage, ob die in einigen Studien gefundenen Effekte, selbst wenn die Schwächen der Studien ausgeblendet werden, tatsächlich von praktischer Relevanz sind.

Die Einführung von Nährwertkennzeichnungen wie Nutriscore wird im besten Fall dazu führen, dass die Industrie die Rezepturen ihrer Produkte ändert, damit diese gesünder werden. Einen grossen Beitrag für eine ausgewogenere Ernährung sollte man sich aber von Nährwertkennzeichnungen nicht erhoffen.

### Kontakt:

Prof. Dr. Michael Siegrist  
Institute for Environmental Decisions (IED)  
Consumer Behavior  
ETH Zürich  
Universitätstrasse 22  
8092 Zürich  
044 632 63 21  
michael.siegrist@hest.ethz.ch