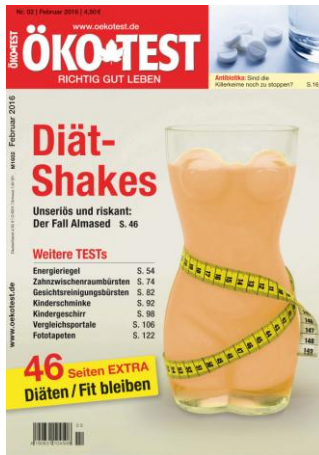


Frankfurt, 29. Januar 2016



ÖKO-TEST Diät-Shakes

Die Aromen-Süßstoff-Gentechnik-Diät

Für die aktuelle Februar-Ausgabe hat das ÖKO-TEST-Magazin 16 Diät-Shakes in Apotheken, Drogerien und Onlineshops gekauft und im Labor auf ihre Zusammensetzung sowie auf Schadstoffe untersuchen lassen. Es zeigte sich, dass die Pulverdiäten nicht zu empfehlen sind. Der Grund: Chlorat, Gentechnik, Süßstoffe, Aromen, eine unausgewogene Zusammensetzung sowie unseriöse Versprechungen der Hersteller.

Selbst wenn Anfang des Jahres viele Menschen hochmotiviert eine Diät starten, auf Pulverdiäten sollten sie besser nicht setzen, so die Empfehlung von ÖKO-TEST. Denn die Drinks helfen nicht bei der Umstellung auf eine kalorienärmere Ernährung. Sie sind Kunstprodukte, die nicht nur mit Aromen und Süßstoffen geschmacklich aufgepeppt werden, sondern teilweise auch noch Schadstoffe wie Chlorat und Perchlorat enthalten, welche die Aufnahme von Jod in die Schilddrüse blockieren können. In drei Pulvern wies das von ÖKO-TEST beauftragte Labor gentechnisch veränderte Bestandteile von Sojabohnen nach – und zwar neben Roundup-Ready-Soja erstmals eine weitere modifizierte Sojasorte. Gentechnik ist mit diversen ökologischen Risiken verbunden und lässt sich nicht kontrollieren.

Formuladiäten müssen die Regularien der Diätverordnung erfüllen, was manche aber nicht tun. *Almased Vitalkost* und das apothekenexklusive Produkt *Xlim Aktiv Mahlzeit* etwa liefern in der Startphase weniger Kalorien als vorgeschrieben.

Gravierend ist die unzureichende Kennzeichnung der meisten Produkte. Denn: Falsch angewendet können Diät-Shakes zu gesundheitlichen Problemen führen. So sollte auf allen Produktverpackungen auf die Notwendigkeit einer ärztlichen Begleitung hingewiesen werden, was entweder gar nicht oder nur ansatzweise erfüllt wurde. Hinzu kommt, dass einige Hersteller zu wenig Hinweise zur Anwendung geben, dafür umso markantere Werbesprüche machen.

Das ÖKO-TEST-Magazin Februar 2016 gibt es seit dem 29. Januar 2016 im Zeitschriftenhandel.



Fast alle Diät-Shakes fallen im ÖKO-TEST durch.

Kostenloses Bildmaterial zum Download:
<http://presse.oekotest.de>