



## Personalisierte Ernährung & eHealth (PeNut)

## Nachwuchsgruppe

### Personalisierte Ernährung & eHealth (PeNut)

Ein erfolgreiches Gewichtsmanagement ist nicht einfach und ist von vielen Faktoren abhängig. Welchen Einfluss die genetische Ausstattung sowie der Stoffwechsel eines Menschen auf die Regulation des Körpergewichts haben, wird in der Nachwuchsgruppe „Personalisierte Ernährung & eHealth (PeNut)“ erforscht, so Dr. Christina Holzapfel, die Leiterin des Forscherteams.



#### Unsere Ziele

Hauptziel der vom Bundesministerium für Bildung und Forschung (BMBF) geförderten Nachwuchsgruppe ist es, physiologische, genetische und epigenetische Parameter zu untersuchen, die mit einer Gewichtsreduktion und -erhaltung in Verbindung stehen.

Weiterhin werden für die Gewichtserhaltung verschiedene Kostformen und digitale Werkzeuge auf deren Effektivität geprüft. Schließlich soll aus den Ergebnissen eine personalisierte Ernährung für ein erfolgreiches Gewichtsmanagement abgeleitet werden.

## Unsere Projekte

Im Vordergrund stehen drei Projekte. Die personalisierte Ernährung im Bereich des Gewichtsmanagements wird im Rahmen der Lebensstilinterventionsstudie (LION-Studie) untersucht. Zudem wird eine Umfrage bezüglich der Wünsche und Meinungen zum Thema personalisierte Ernährung durchgeführt. Auch systematische Literaturübersichten zu Gen-Lebensstil-Wechselwirkungen gehören zum Arbeitsprogramm der Nachwuchsgruppe.

### LITERATUR-ANALYSE

Wechselwirkung  
Genetik  
& Lebensstil

### HUMAN- STUDIE

Gewichtsabnahme  
und -erhaltung

### UMFRAGE

Wünsche und  
Meinungen über  
personalisierte  
Ernährung

Weitere Informationen  
erhalten Sie unter:

[www.enable-cluster.de/penut](http://www.enable-cluster.de/penut)

## Kooperationspartner

Die Nachwuchsgruppe ist in den Ernährungsforschungscluster *enable* integriert. Dieser hat zum Ziel, die gesunde Ernährung in allen Lebensphasen zu fördern. Die Nachwuchsgruppe arbeitet mit nationalen und internationalen Kooperationspartnern unterschiedlicher Fachdisziplinen zusammen. Die Projekte bieten sich hervorragend für weitere Kooperationen an.

Sprechen Sie uns an!

*Haben Sie Fragen?*

*Haben Sie Interesse, an der  
LION-Studie mitzumachen?*

*Haben Sie Interesse an einer  
Mitarbeit/Kooperation?*



Klinikum rechts der Isar

### Kontakt:

**Dr. Christina Holzapfel**

Klinikum rechts der Isar  
Technische Universität  
München

Institut für  
Ernährungsmedizin  
Georg-Brauchle-Ring 62  
80992 München

Tel.: 089/289 249 23

E-Mail: [christina.holzapfel@tum.de](mailto:christina.holzapfel@tum.de)



Technische Universität München

[www.facebook.com/  
Ernaehrungsmedizin](https://www.facebook.com/Ernaehrungsmedizin)



GEFÖRDERT VOM



Bundesministerium  
für Bildung  
und Forschung