

## Wie digitale Angebote Essgewohnheiten verändern und wie Forschung gegensteuert – Studie in Indien

**Essen ist heute weit mehr als reine Nahrungsaufnahme. Gerade in großen Städten beeinflussen Lieferdienste, digitale Angebote und soziale Medien, welche Lebensmittel sichtbar, verfügbar und attraktiv werden. Das Forschungsprojekt „NutriAIDE“ am Zentrum für Klimaresilienz der Universität Augsburg hat diese Entwicklungen am Beispiel von Mittelschichten in indischen Städten sowie in Mexiko untersucht und einen appbasierten Ansatz entwickelt, um Essensentscheidungen gesünder und nachhaltiger zu unterstützen. Das Projekt wurde inzwischen erfolgreich abgeschlossen; erste Ergebnisse liegen bereits vor, weitere Daten werden weiterhin wissenschaftlich ausgewertet und publiziert.**

Im Mittelpunkt steht die Frage, unter welchen Bedingungen Menschen ihre Essensentscheidungen treffen – und wie sich diese Bedingungen so verändern lassen, dass gesündere und umweltfreundlichere Optionen leichter gewählt werden. Gemeint sind damit all die Einflüsse, die im Alltag zusammenwirken: Angebot, Verfügbarkeit, Werbung, soziale Erwartungen und digitale Vermittlung.

### **Wenn „Essen von außerhalb“ zum Alltag wird**

Eine zentrale Beobachtung aus den begleitenden wissenschaftlichen Arbeiten ist der Trend zu sogenannten „outside foods“. Gemeint ist Essen, das außerhalb des Haushalts kommerziell zubereitet wird, etwa im Restaurant, am Streetfood-Stand oder über Lieferdienste. Entscheidend ist dabei nicht der Ort des Essens, sondern der Ort der Zubereitung. Die wissenschaftlichen Arbeiten zum Projekt zeigen, wie sich solche Konsumformen insbesondere in Indien und Mexiko mit sozialen Erwartungen, digitalen Plattformen und veränderten Alltagsroutinen verbinden. Grundlage dafür sind unter anderem 53 Interviews in Hyderabad und Mérida.

„Digitale Plattformen prägen Essensentscheidungen stärker, als vielen bewusst ist. Sie beeinflussen, was sichtbar wird, was bequem verfügbar ist und was als erstrebenswert gilt. Genau deshalb müssen wir Essensentscheidungen im Zusammenspiel von Stadt, Alltag und Digitalisierung verstehen“, sagt Dr. Merle Müller-Hansen vom Lehrstuhl für Urbane Klimaresilienz, die eng am Projekt mitgearbeitet hat.

### **Digitale Routinen können ungesunde Muster verstärken**

Im Projektumfeld zeigte sich ein widersprüchliches Bild. Viele Nutzerinnen und Nutzer verbinden digitale Angebote mit der Hoffnung auf bessere Informationen zu gesunder Ernährung. Gleichzeitig gaben 70 Prozent der Befragten, die durch Online-Lieferdienste eine Veränderung ihrer Essgewohnheiten wahrgenommen hatten, an, sich seitdem ungesünder zu ernähren. Vor diesem Hintergrund versteht sich die im Projekt entwickelte App als Gegenentwurf zu vielen marktgetriebenen Angeboten: Sie soll wissenschaftlich fundierte und verlässliche Orientierung bieten.

### **Eine App, die keine Kalorien zählt**

Die „NutriAIDE“-App soll Nutzerinnen und Nutzer dabei unterstützen, Ernährungsroutinen in

unterschiedlichen Alltagssituationen zu dokumentieren, zu bewerten und schrittweise zu verändern. Ziel ist eine Umstellung weg von stark industriell verarbeiteten Produkten mit hohen Zucker-, Salz- und Fettanteilen hin zu nahrhaften, lokal produzierten und stärker pflanzlichen Lebensmitteln. Die App betrachtet dabei keine Kalorien, sondern Nährstoffqualität und Umweltbelastung und soll so nachhaltigere Entscheidungen erleichtern.

### **Transdisziplinäre Entwicklung und zentrale Rolle der Universität Augsburg**

Das Projekt verbindet Ernährungswissenschaft, Geographie, Psychologie sowie Forschung zu Nachhaltigkeit, Gesundheit und Klimaresilienz. Entwickelt und getestet wird die App gemeinsam mit dem indischen Softwarepartner Calvry Wellness Solutions Ltd. Das Verbundprojekt wird durch das Bundesministerium für Ernährung, Landwirtschaft und Heimat gefördert. Neben der Universität Augsburg sind unter anderem das Wuppertal Institut, das ICMR National Institute of Nutrition und das Deutsche Institut für Ernährungsforschung (DIfE) Potsdam-Rehbrücke beteiligt.

Die Universität Augsburg übernimmt im Verbund eine zentrale Rolle: Sie ist für Management und Koordination verantwortlich und analysiert die Beziehung zwischen Aktivitätsräumen von Konsumentinnen und Konsumenten, ihren Essgewohnheiten und ihrem Gesundheitszustand. Dieses Wissen soll helfen, einen appgestützten Ansatz für ernährungssensible Veränderungen in städtischen Ballungsräumen zu entwickeln und zu testen.

Für Prof. Dr. Markus Keck, Leiter des Lehrstuhls, ist klar: „Das Projekt verbindet Gesundheitsforschung, Klimaresilienz und digitale Innovation dort, wo Entscheidungen täglich fallen. Unser Ziel ist es, wissenschaftliche Erkenntnisse so aufzubereiten, dass Menschen ihre Routinen realistischer verändern können und Städte langfristig gesünder und nachhaltiger werden.“

### **Warum die Forschung über Indien hinaus wichtig ist**

Die wissenschaftlichen Arbeiten zeigen übereinstimmend, dass sich Essgewohnheiten in städtischen Lebenswelten rasant verändern. Digitalisierung kann diese Entwicklung beschleunigen und dazu beitragen, dass sich Normen, Angebote und Alltagspraktiken gleichzeitig verschieben. Das Projekt macht diese Dynamiken sichtbar und liefert mit der App einen Ansatz, der informierte Entscheidungen erleichtern soll. Auch nach Projektabschluss werden die Ergebnisse weiter ausgewertet und in wissenschaftlichen Veröffentlichungen publiziert.