

Denken macht hungrig



DEUTSCH-TO-GO.DE

Wenn wir viel denken, dann verbrauchen wir zwar nicht so viele Kalorien wie beim Sport, aber unser Gehirn braucht viel Glukose.

In einem Experiment bekam eine Gruppe von Studenten Denkaufgaben, die sie lösen musste. Die zweite Gruppe durfte sich entspannen und machte nichts. Beide Gruppen konnten nach einer bestimmten Zeit an einem Buffet essen, so viel sie wollten.

Dabei zeigte sich, dass die Denker bis zu 29 Prozent mehr Kalorien zu sich nahmen als die Personen, die sich nur erholt hatten. Und das, obwohl der Kalorienverbrauch der Denker nur minimal höher gewesen war.

Forscher vermuten nun, dass die starken Hungergefühle bei den Denkern durch Schwankungen im Glukosespiegel hervorgerufen werden. Deshalb essen Denker häufig mehr, als gut für sie wäre. Wenn man also viel denkt und keine körperliche Arbeit verrichtet, dann besteht nach Ansicht der Forscher die Gefahr, dass man übergewichtig wird.

(141 Wörter)

(Ingrid Plank für www.deutsch-to-go.de - in Anlehnung an: „Ist es wahr, dass Denken hungrig macht?“ 28092016, Kalender: „Ist es wahr, dass ...“ Harenberg-Verlag)