

[Akceptuje](#)

W ramach naszej witryny stosujemy pliki cookies w celu świadczenia państwu usług na najwyższym poziomie, w tym w sposób dostosowany do indywidualnych potrzeb. Korzystanie z witryny bez zmiany ustawień dotyczących cookies oznacza, że będą one zamieszczone w Państwa urządzeniu końcowym. Możecie Państwo dokonać w każdym czasie zmiany ustawień dotyczących cookies. Więcej szczegółów w naszej [Polityce Prywatności](#)

[Portal](#) [Informacje](#) [Katalog firm](#) [Praca](#) [Szkolenia](#) [Wydarzenia](#) [Porównania międzylaboratoryjne](#)
[Kontakt](#)



[Laboratoria](#)
[.net](#)
[Innowacje](#)
[Nauka](#)
[Technologie](#)



[Logowanie](#) [Rejestracja](#) [pl](#)

Newsletter

zapisz się

Naukowy styl życia

Nauka i biznes

- [Nowe technologie](#)
- [Felieton](#)
- [Tygodnik "Nature"](#)
- [Edukacja](#)
- [Artykuły](#)
- [Przemysł](#)

[Strona główna](#) > [Informacje](#)

Czerwone chipsy pomagają ograniczyć ilość jedzenia



Zabarwione chipsy umieszczane w tubie działają na podświadomość jak znak „stop” i pomagają kontrolować spożywaną ilość - wynika z badań opublikowanych w Journal of Health Psychology.

Naukowcy z Cornell University's Food and Brand Lab przeprowadzili badania, w których podawano studentom chipsy serwowane w podłużnych tubach. Badani zostali podzieleni na dwie grupy, a podczas jedzenia oglądali filmy. Jedna grupa dostała tuby, w których co 7 chips był czerwony. Studenci, nieświadomi dlaczego niektóre chipsy są zabarwione, zjedli ich o 50 proc. mniej niż ich rówieśnicy z drugiej grupy. Byli również w stanie oszacować ile chipsów zjedli. Zdaniem ekspertów takie jadalne znaczniki pomagają regulować wielkość porcji oraz działają na podświadomość jak znak „stop”.

“Większość osób, by kontrolować wielkość spożywanych porcji, używa wizualnych znaczników takich jak pusty talerz czy spód miski, które mówią im kiedy powinni już przestać jeść” - mówi Brian Wansink, dyrektor Cornell Food and Brand Lab - Wstawianie wizualnych znaczników w paczkach z jedzeniem może im pomóc kontrolować ile zjedli oraz zmienić nawyki żywieniowe.”

Na amerykańskim rynku pojawiły się chipsy Lays Stackables, które są sprzedawane w tubie i mają wydzielone porcje za pomocą barwionych na czerwono chipsów. Zdaniem naukowców chipsy serwowane w dużych paczkach nie nadają się do takiego oznaczania. Eksperci twierdzą, że wyniki uzyskane w badaniu można wykorzystać przy produkcji sera, ciastek, ciast i innych wysokokalorycznych produktów.

Źródło: www.naukawpolsce.pap.pl

<http://laboratoria.net/aktualnosci/14121.html>



01-12-2022

[Za duży obwód w talii?](#)

Sprawdź wątrobę, nawet jeśli BMI masz prawidłowe!



01-12-2022

Zaburzenia lękowe częstsze niż depresja

Jak sobie z nimi radzić?



01-12-2022

Rozwiązanie pomocne w gojeniu ran przewlekłych

Prawie 30% pacjentów ambulatoryjnych powyżej 70 roku życia z ranami umiera.



01-12-2022

Potencjalny lek na nowotwory i COVID-19

Informuje o nim pismo „Nature Communications”.



01-12-2022

Jak patrzenie na mówiące twarze wpływa na uczenie się języka?

Zbadali to naukowcy.



01-12-2022

Kombucha może być źródłem fluoru w diecie,

Trzeba uważać ze spożyciem jej.



01-12-2022

Statek Orion znalazł się w najdalszym punkcie od Ziemi

Jest to testowy lot przed powrotem do załogowej eksploracji Księżyca.



01-12-2022

Chiny wysłały na orbitę tajkonautów

W celu pierwszej rotacji załogi na chińskiej stacji kosmicznej.

Informacje dnia: [Za duży obwód w talii? Zaburzenia lękowe częstsze niż depresja](#) [Rozwiązanie](#)

[pomocne w gojeniu ran przewlekłych Potencjalny lek na nowotwory i COVID-19](#) [Jak patrzenie na mówiące twarze wpływa na uczenie się języka? Kombucha może być źródłem fluoru w diecie, Za duży obwód w talii? Zaburzenia lękowe częstsze niż depresja](#) [Rozwiązanie pomocne w gojeniu ran przewlekłych Potencjalny lek na nowotwory i COVID-19](#) [Jak patrzenie na mówiące twarze wpływa na uczenie się języka? Kombucha może być źródłem fluoru w diecie, Za duży obwód w talii? Zaburzenia lękowe częstsze niż depresja](#) [Rozwiązanie pomocne w gojeniu ran przewlekłych Potencjalny lek na nowotwory i COVID-19](#) [Jak patrzenie na mówiące twarze wpływa na uczenie się języka? Kombucha może być źródłem fluoru w diecie,](#)

Partnerzy