

---

## Light eten leidt tot **meer eten**

Het eten van lightproducten helpt niet om overgewicht terug te dringen en werkt zelfs contraproductief. Mensen gaan er alleen maar meer van eten. Dat stellen onderzoekers van de Rijksuniversiteit Groningen, onder leiding van marketinghoogleraar Peter Verhoef.

Het onderzoek is gedaan met lightchips, maar volgens de onderzoekers gelden de conclusies ook voor andere producten. Nadat eerder onderzoek al liet zien dat mensen meer eten als ze overstappen op de lightvariant, blijkt na dit onderzoek dat een jaar nadat mensen zijn overgestapt op light, ze meer van die producten eten en daarnaast ook de gewone variant eten. In het jaar na de aankoop van het eerste lightproduct consumeren mensen maar liefst 13 procent

meer calorieën dan daarvoor. 'Light is niet slecht, maar we moeten ons bewust zijn van het psychologische effect van die claim', stelt Verhoef.

1 K. Cleeren, (KU Leuven), K. Geyskens (Maastricht University), P. Verhoef (RUG) en J. Pennings (Wageningen University) Regular or low-fat? An investigation of the long-run impact of the first low-fat purchase on subsequent purchase volumes and calories. Verschijnt eind 2016 in het International Journal of Research in Marketing. - **JV**

