



EDITORIAL CHURCHILL HATTE DOCH RECHT

Von Hartwig Hanser, Redaktionsleiter
hanser@spektrum.de

»No sports!«, antwortete Winston Churchill (1874–1965) angeblich auf die Frage, wie er trotz seines Zigarren- und Whiskykonsums sowie beachtlicher Leibesfülle ein derart hohes Alter erreicht habe. Als ich das als Teenager zum ersten Mal hörte, fühlte ich mich bestätigt in meiner tiefen Aversion gegenüber so ziemlich sämtlichen Leibesübungen. Der glücklichste Tag meiner Schullaufbahn war weder der erste noch der letzte, sondern der, an dem ich zu Beginn der 11. Klasse wegen ständiger Verletzungen dauerhaft vom Sportunterricht befreit wurde!

Jetzt könnte ich auch die beiden Artikel des aktuellen Titelthemas ab S. 12 zur Untermauerung meiner damaligen Überzeugung heranziehen. Denn laut aktuellen Studien bringt vermehrte körperliche Anstrengung zumindest in Sachen Abnehmen kaum Vorteile. So untersuchte der amerikanische Anthropologe Herman Pontzer den Energieumsatz von traditionell lebenden Jägern und Sammlern, die einen Großteil des Tages auf der Jagd sind – sprich sehr viel laufen. Und trotzdem verbrauchen sie kaum mehr Kalorien als westeuropäische Bewegungsmuffel. Zudem hat der Mensch einen vergleichsweise hohen Grundumsatz, den der Körper auch in Ruhe benötigt; wesentlich höher als etwa bei Menschenaffen. Und dieser lässt sich selbst mit Krafttraining nur wenig steigern. Wenn Sie also gerade versuchen sollten, Übergewicht durch Sport loszuwerden: Vergessen Sie es! Letztlich entscheidet die Menge und Art der Kalorien, die wir über das Essen aufnehmen, ob uns die Hose noch passt oder nicht.

Auch Churchill hätte demnach durch mehr Sport nicht abgenommen. Allerdings hat der britische Politiker den berühmten Ausspruch wohl nie wirklich getan. Heute würde man zu einem solchen Gerücht vielleicht »Fake News« sagen. Wie sich derartige Falschinformationen seit einigen Jahren zunehmend vor allem über soziale Netzwerke wie Facebook ausbreiten und dabei Verschwörungstheorien Vorschub leisten, ist inzwischen auch ins Visier der Forschung gerückt. Der Experte für Internetsoziologie Walter Quattrociocchi kommt in seinem Artikel ab S. 58 zum ernüchternden Schluss, es sei fast unmöglich, Anhänger von Falschmeldungen und Verschwörungstheorien vom Gegenteil zu überzeugen. Damit sieht er statt dem viel beschworenen Informationszeitalter eher eine Ära der Leichtgläubigkeit anbrechen.

Nachdenklich grüßt Ihr



NEU AM KIOSK!

Einen Überblick über die letzten 40.000 Jahre der Geschichte Vietnams bietet unser **Spektrum Spezial** Archäologie – Geschichte – Kultur 3.17

AUTOREN DIESER AUSGABE



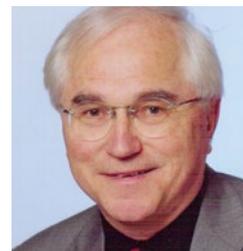
SUSAN ROBERTS SAI KRUPA DAS

Zwei amerikanische Ernährungswissenschaftlerinnen erklären ab S. 12, warum es so schwierig ist, abzunehmen – und weshalb Sport in der Regel nicht dabei hilft.



CAROLYN PORCO

Die Planetenforscherin war als Teamleiterin für die Kamera der Raumsonde Cassini verantwortlich. Ab S. 48 blickt sie auf die eindrucksvollen Erfolge der nun beendeten 13-jährigen Mission zurück.



HELMUT ALTRICHTER

Vor 100 Jahren ergriffen die Bolschewiki die Macht in Russland. Der Geschichtswissenschaftler widmet sich ab S. 70 einer ungewöhnlichen Folge der Oktoberrevolution: der frühsovjetschen Stadt- und Siedlungsplanung.