LIFE Science Hub
JOURNAL OF SCIENCE
EXPANDING KNOWLEDGE ABOUT NUTRITION AND HEALTH

ORIGINAL RESEARCH

Hunger beim Menschen: Evolutionärer Kontext und zeitgenössische Implikationen – Überprüfung der Nachweise

Dott. A. Conte[1]

1 Ernährungsbiologe, Italy

1. ABSTRACT

Die analysierte Studie ist ein historisch-evolutionärer Überblick, der die Rolle des Hungers in der menschlichen Geschichte untersucht. Der Autor kommt zu dem Schluss, dass Nahrungsknappheit ein starker Selektionsdruck war, betont jedoch, dass die Belege für einen Zusammenhang zwischen Kalorienrestriktion und Langlebigkeit beim Menschen weiterhin schwach sind. Da nur das Abstract verfügbar ist, werden die Revisionsmethode, die Auswahlkriterien für die Quellen sowie viele analytische Details im vorliegenden Material nicht aufgeführt.Im Abschnitt „Die Wahl zu leben in Gesundheit oder Krankheit“ von Dr. A. Colonnese und R. Panzironi trägt die Publikation vor allem zum evolutionären Kontext bei, in dem Veränderungen der Nahrungsverfügbarkeit Demografie und menschliche Anpassungen beeinflussen können. Unabhängige archäologische Studien bestätigen, dass die Landwirtschaft in verschiedenen neolithischen Kontexten mit schnellen Ernährungsumstellungen, größerer Siedlungsstabilität und anfänglichem Bevölkerungswachstum einherging. Sie belegen jedoch nicht, dass jede landwirtschaftliche Gesellschaft zwangsläufig eine weniger nahrhafte Ernährung oder eine geringere biologische Vielfalt bei den Lebensmitteln aufwies.

ONLINE ARTICLE

ARTICLE INFORMATION

Published: November 10, 2026
Updated: November 11, 2026

DOI 10.5281/zenodo.24140611

MISSION

LIFE Science Hub – Journal of Science entstand mit dem Ziel, wissenschaftliches Wissen zugänglich zu machen, ohne auf methodische Strenge, Qualität der Quellen und Verlässlichkeit der Inhalte zu verzichten. Die Zeitschrift fördert die Verbreitung von Wissen in den Gesundheits-, Ernährungs-, Medizin- und Langlebigkeitswissenschaften und schlägt so eine Brücke zwischen der Welt der Forschung und der Gesellschaft.

Durch Artikel, Übersichtsarbeiten, vertiefende Beiträge und Expertenbeiträge stärkt das Journal die evidenzbasierte Medizin und Wissenschaft, fördert eine korrekte Interpretation wissenschaftlicher Daten und tritt Fehlinformationen entgegen. Jeder Inhalt wird mit dem Ziel entwickelt, die Komplexität der Forschung in verständliche, nützliche und anwendbare Informationen zu übersetzen, wobei die Grundsätze von Genauigkeit, Transparenz und wissenschaftlicher Unabhängigkeit unangetastet bleiben.

Frei von politischen, industriellen und kommerziellen Einflüssen versteht sich die Zeitschrift als maßgeblicher und unabhängiger redaktioneller Raum, der der Förderung der wissenschaftlichen Kultur, der beruflichen Weiterbildung und dem Wachstum des Gesundheitsbewusstseins in der Bevölkerung gewidmet ist.

2. ANALYSIERTE STUDIE

Die in der Publikation behandelte Frage ist, ob Hunger und Kalorienrestriktion eine Rolle in der menschlichen Evolution gespielt haben und ob sie dazu beitragen können, einen möglichen Zusammenhang zwischen geringerer Energieverfügbarkeit und Langlebigkeit zu erklären. Die diskutierte Hypothese besagt, dass wiederholte historische Hungersnöte Anpassungen begünstigt haben, die das Überleben in Zeiten knapper Nahrung sicherten.Für den Abschnitt aus „Die Wahl zu leben in Gesundheit oder Krankheit“ von Dr. A. Colonnese und R. Panzironi ist der relevante Punkt nicht der direkte Nachweis der Auswirkungen der Landwirtschaft auf die Biodiversität oder die Sesshaftigkeit. Die Relevanz betrifft vielmehr den allgemeinen Rahmen: Die Verfügbarkeit von Nahrung, Hunger und Energiesparstrategien sind Faktoren, die die biologische und demografische Geschichte des Menschen tiefgreifend beeinflusst haben.Die Studie kann daher einen allgemeinen evolutionären Übergang in der Erzählung stützen, kann jedoch nicht belegen, dass der Ackerbau in allen Populationen zu einer ernährungsbedingten Verarmung der Diät oder zur Sesshaftigkeit geführt hat. Diese Aspekte erfordern spezifische archäologische und anthropologische Belege.

3. MATERIALIEN UND METHODEN DER ORIGINALSTUDIE

Die Publikation wird im Abstract als kurzer Überblick über die historische Dokumentation zur Häufigkeit und zum Ausmaß von Hungersnöten in der Menschheitsgeschichte vorgestellt. Es handelt sich nicht um eine klinische Studie, es werden keine Teilnehmergruppen verglichen und es wird keine ernährungsbezogene Intervention beschrieben.Da der Volltext nicht zugänglich ist und das verfügbare Material lediglich aus dem Abstract besteht, werden die Einschlusskriterien für die Quellen, die Anzahl der untersuchten Publikationen, der Zeitraum der Recherche, die konsultierten Datenbanken, eine bibliografische Suchstrategie, Verfahren zur Qualitätsbewertung der Studien oder statistische Analysen nicht aufgeführt. Zudem werden weder Stichproben, Kontrollgruppen, Endpunkte, Nachbeobachtungszeiträume noch quantitative Vergleichsdaten genannt.

4. ERGEBNISSE

Das Hauptergebnis ist konzeptioneller und historisch-evolutionärer Natur: Hunger wird als einer der wichtigsten selektiven Drücke auf das menschliche Genom beschrieben. Einfach ausgedrückt könnte die Fähigkeit, bei Nahrungsknappheit zu überleben, über viele Generationen hinweg biologische Merkmale begünstigt haben, die nützlich waren, um Energie zu sparen und die Fortpflanzung unter schwierigen Bedingungen aufrechtzuerhalten.Das Abstract gibt an, dass die genetische Komponente zu etwa 25 % zur Variabilität der menschlichen Langlebigkeit beitragen könnte. Der Autor hält es jedoch für unwahrscheinlich, dass Gene, die das Leben direkt verlängern können, genau für diesen Effekt selektiert wurden; etwaige Vorteile für die Langlebigkeit könnten unbeabsichtigte Folgen anderer Anpassungen sein. Dieser Wert wird im verfügbaren Material nicht durch eine Schätzmethode, ein Konfidenzintervall oder eine Referenzpopulation untermauert.Die Publikation kommt zudem zu dem Schluss, dass die Belege für einen Effekt der Kalorienrestriktion auf die Langlebigkeit beim Menschen schwach sind. Es werden keine experimentellen Ergebnisse zur Landwirtschaft, Messungen der Ernährungsdiversität, vergleichende Ernährungsdaten oder direkte Schätzungen zur körperlichen Inaktivität berichtet. Daher bezieht sich der für das Buch relevante Teil auf den allgemeinen Zusammenhang zwischen Ernährungsdruck, Anpassung und der Organisation von Populationen, nicht auf einen vollständigen Nachweis der zitierten Aussage.

5. INTERPRETATION

Die zugänglichste Bedeutung der Studie ist, dass die menschliche Ernährungsgeschichte keine Geschichte des ständigen Überflusses war. Wiederkehrende Perioden der Knappheit könnten das Überleben und die Fortpflanzung beeinflusst und Spuren in biologischen Anpassungen hinterlassen haben. Dies ist ein plausibler evolutionärer Rahmen, um zu verstehen, warum große Veränderungen in der Nahrungsmittelversorgung soziale und demografische Folgen hatten.Die Publikation, die Gegenstand der

Beweisprüfung ist, belegt jedoch keine vollständige Kausalkette von der Landwirtschaft zur Verringerung der ernährungsphysiologischen Biodiversität, zur nährstoffbedingten Verarmung, zum Bevölkerungswachstum und zur Sesshaftigkeit. Sie dokumentiert vor allem den allgemeineren Übergang von Nahrungsmittelknappheit Selektionsdruck Überlebensanpassungen. Die Ausweitung dieser Überlegung auf die neolithische Revolution ist eine Interpretation, die durch unabhängige Studien an menschlichen Überresten, antiken Ernährungsweisen und archäologischer Demografie bewertet werden muss.

6. UNABHÄNGIGE BESTÄTIGENDE NACHWEISE

Eine archäologische Übersichtsarbeit von Larsen untersuchte die Folgen des Übergangs von der Jäger-und-Sammler-Kultur zur Landwirtschaft in verschiedenen Populationen des Holozäns. Der Autor beschreibt, dass die zunehmende Abhängigkeit von Kulturpflanzen in vielen Kontexten mit einer weniger abwechslungsreichen Ernährung, einem geringeren Zugang zu Fleisch und bestimmten Mikronährstoffen sowie einer höheren Sesshaftigkeit einherging. Diese Erkenntnis stützt die Passage im Buch, die systematischen Anbau, geringere Nahrungsvielfalt und Sesshaftigkeit miteinander verknüpft, auch wenn es sich dabei um eine narrative Synthese und nicht um eine quantitative Meta-Analyse handelt. Die Folgen waren nicht in jedem geografischen Gebiet oder in jeder historischen Epoche identisch [1].Eine Studie an menschlichen Überresten aus Großbritannien nutzte stabile Kohlenstoffisotope in Knochen – chemische Spuren, die dabei helfen, die allgemeine Herkunft der konsumierten Nahrungsmittel zu rekonstruieren. Die Autoren beobachteten zu Beginn des Neolithikums einen schnellen und vollständigen Übergang von einer stark auf Meeresressourcen basierenden Ernährung zu einer hauptsächlich terrestrischen Ernährung, was mit dem Aufkommen domestizierter Pflanzen und Tiere zusammenfiel. Dieses Ergebnis bestätigt direkt, dass die Einführung der Landwirtschaft das Nahrungsspektrum deutlich verändern konnte; es beweist jedoch nicht allein, dass die neue Ernährung unter jedem ernährungsphysiologischen Aspekt zwangsläufig schlechter war [2].Für den demografischen Aspekt analysierten Shennan und Kollegen 13.658 Radiokohlenstoffdatierungen von Fundorten in Westeuropa und nutzten diese als indirekten Indikator für die Bevölkerungsdichte im Zeitverlauf. In zehn der zwölf untersuchten Regionen folgte auf das lokale Aufkommen der Landwirtschaft ein signifikanter Bevölkerungsanstieg im Vergleich zum Referenzmodell. Das Bild war jedoch kein kontinuierliches Wachstum: Nach den ersten Anstiegen wurden Schwankungen und in verschiedenen Regionen demografische Rückgänge beobachtet. Die Studie bestätigt daher den Zusammenhang zwischen der Einführung der Landwirtschaft und anfänglichen demografischen Expansionen, mahnt jedoch dazu, dies nicht als einen einheitlichen oder zwangsläufig stabilen Prozess zu beschreiben [3].

7. WIDERSPRÜCHLICHE BELEGE

Es wurden keine direkt widersprüchlichen Belege von ausreichender Relevanz identifiziert; dies beweist jedoch nicht das Fehlen gegenteiliger Ergebnisse.Die verfügbaren Belege erfordern dennoch Vorsicht. Eine terrestrische oder stärker auf Ackerbau ausgerichtete Ernährung entspricht nicht automatisch in jeder Bevölkerungsgruppe einer Ernährung von geringerer Qualität. Die Vielfalt der Lebensmittel, das Vorhandensein von Viehzucht, Fischerei, das Sammeln von Wildpflanzen, klimatische Bedingungen und Konservierungspraktiken konnten die Auswirkungen des landwirtschaftlichen Übergangs grundlegend verändern. Auch die Sesshaftigkeit war nicht absolut: Viele Gemeinschaften kombinierten Ackerbau, Viehzucht, Jagd, Fischerei und saisonale Mobilität. Schließlich basieren archäologische demografische Rekonstruktionen auf indirekten Indikatoren und beschreiben vor allem Bevölkerungstrends, keine vollständigen Zensusdaten.

8. QUADRO COMPARATIVO E SINTESI DELLE EVIDENZE

Die Tabelle unterscheidet zwischen der Publikation, die Gegenstand der Überprüfung ist, und den unabhängigen Forschungsarbeiten, die zur Überprüfung der einzelnen Abschnitte der Buchdarstellung herangezogen wurden.

Quadro comparativo

Referenz	Studientyp	Population oder Modell	Hauptergebnis	Richtung der Evidenz	Stärke der Evidenz
Originalstudie	Historisch-evolutionäre Übersicht	Menschliche Evolutionsgeschichte; keine experimentellen Proben berichtet	Hunger wird als bedeutender Selektionsdruck beschrieben; schwache Belege für Kalorienrestriktion und menschliche Langlebigkeit.	biologisch konsistente Evidenz	vorläufig
[1]	Archäologische narrative Übersicht	Menschliche Populationen des Holozäns in verschiedenen archäologischen Kontexten	Der Übergang zur Landwirtschaft ist in vielen Kontexten mit einer weniger abwechslungsreichen Ernährung, geringerer Mobilität und möglichen ernährungsbedingten Nachteilen verbunden.	indirekte Bestätigung	moderat
[2]	Archäologische Beobachtungsstudie mit stabilen Isotopen	Präneolithische und neolithische menschliche Überreste aus Großbritannien	Zu Beginn des Neolithikums ist ein schneller Übergang von einer marinen zu einer terrestrischen Ernährung zu beobachten.	direkte Bestätigung	moderat
[3]	Archäologisch-demografische Beobachtungsstudie	13.658 Radiokohlenstoffdatierungen in 12 Regionen Westeuropas	Auf die Einführung der Landwirtschaft folgte in zehn Regionen ein anfängliches Bevölkerungswachstum, gefolgt von instabilen Trends.	direkte Bestätigung	moderat

9. SINTESI EDITORIALE E CONCLUSIONI

SCHLUSSFOLGERUNGEN

Die analysierte Publikation stützt auf plausible Weise die Annahme, dass Hunger und Nahrungsknappheit eine evolutionäre Bedeutung in der menschlichen Geschichte hatten, liefert jedoch keine direkten Daten zum Übergang zur Landwirtschaft. Die Darstellung im Abschnitt wird indirekt durch archäologische Belege bestätigt, die Ernährungsumstellungen, eine höhere Sesshaftigkeit und anfängliche demografische Zuwächse im Zusammenhang mit der Landwirtschaft aufzeigen. Die Vorstellung einer universellen ernährungsbedingten Verarmung erfordert jedoch eine vorsichtige Formulierung, da die Ergebnisse je nach Bevölkerungsgruppe, Umwelt und Subsistenzstrategien variierten.

Aggiornato al 17/11/2026. Questo contenuto riflette una sintesi divulgativa delle evidenze scientifiche al momento della pubblicazione e non sostituisce il parere medico.

10. TRANSPARENZ UND WISSENSCHAFTLICHE VERANTWORTUNG

Künstliche Intelligenz wurde ausschließlich als Hilfsmittel zur redaktionellen und dokumentarischen Unterstützung eingesetzt. Sämtliche Inhalte, Interpretationen, Literaturangaben und Schlussfolgerungen wurden vom Autor geprüft, überarbeitet und freigegeben, der die volle wissenschaftliche Verantwortung dafür übernimmt.

Das Manuskript wurde zudem vor der Veröffentlichung einem unabhängigen Peer-Review-Verfahren unterzogen.

Um größtmögliche Transparenz zu gewährleisten, ist die vollständige Chronologie des Artikels, einschließlich der Daten von Einreichung, Überarbeitung, Annahme und Veröffentlichung sowie der Angaben zum Peer-Review-Verfahren, auf der eigenen Seite zur Artikelhistorie verfügbar.

11. RIFERIMENTI BIBLIOGRAFICI

[1] **The agricultural revolution as environmental catastrophe: Implications for health and lifestyle in the Holocene**
Larsen et al., 2006
Quaternary International
DOI: https://doi.org/10.1016/j.quaint.2006.01.004

[2] **Sharp shift in diet at onset of Neolithic**
Richards et al., 2003
Nature
DOI: https://doi.org/10.1038/425366a

[3] **Regional population collapse followed initial agriculture booms in mid-Holocene Europe**
Shennan et al., 2013
Nature Communications
DOI: https://doi.org/10.1038/ncomms3486