

Fałszywe porady dietetycznych influencerów

11 maja 2019

Badania przeprowadzone na University of Glasgow wykazały, że 90% influencerów zajmujących się dietetyką i odchudzaniem udziela fałszywych porad. Naukowcy przyjrzeni się tym brytyjskim influencerom, którzy posiadają co najmniej 80 000 fanów w co najmniej jednym medium społecznościowym i zajmują się dietą odchudzającą.

„Stwierdziliśmy, że większość takich osób przekazuje informacje, które nie mogą zostać uznane za wiarygodne, często przedstawiają opinie jako fakty, a ich porady nie są zgodne z uznawanymi standardami odpowiedniego odżywiania się. To potencjalnie szkodliwe, gdyż docierają oni do szerokiej rzeszy odbiorców” – mówi główna autorka badań, Christina Sabbagh.

Naukowcy sprawdzali, czy zalecenia influencerów były jasne, wiarygodne, zgodne z obecnym stanem wiedzy i czy opierały się na dowodach naukowych. Uznawano, że influencer przeszedł test, jeśli spełniał co najmniej 70% kryteriów. Dla każdej z wziętych pod uwagę gwiazd mediów społecznościowych szczegółowo przeanalizowano ostatnie 10 przepisów. Badano je pod kątem kalorii, zawartości węglowodanów, tłuszczów, białek, białek nasyconych, włókien, cukru i soli. Okazało się, że 8 na 9 influencerów nie spełniało nawet 70% kryteriów.

Aż pięciu z nich przedstawiało opinie jako fakty naukowe lub też nie dostarczyło dowodów na poparcie swoich twierdzeń. Porady żadnego z influencerów nie były zgodne z zasadami zdrowego odżywiania się.

Test, z wynikiem 75% przeszedł tylko jeden influencer, który był z zawodu dietetykiem. Najmniej wiarygodny, z wynikiem 25%, był influencer, który nie miał żadnych kwalifikacji zawodowych do udzielania porad dietetycznych.

„Blogi influencerów nie są wiarygodnym źródłem informacji na temat utrzymania prawidłowej wagi. W obliczu epidemii otyłości uważamy, że influencerzy powinni mieć obowiązek spełniania odpowiednich kryteriów naukowych i medycznych by móc udzielać online’owych porad” – napisali autorzy badań.

„To kolejny dowód na destrukcyjną siłę mediów społecznościowych. Każdy Tom, Dick czy Harry może napisać co mu ślina na język przyniesie i znajdzie ludzi, którzy mu uwierzą. Szczególny problem stanowi fakt, że mleko już się rozlało i narzucenie jakichkolwiek standardów jest mało prawdopodobne. Blogerzy będą bronili swojego prawa do wolności słowa, ale publikowanie bezwartościowych porad jest nie do obrony” – skomentował Tam Fry, przewodniczący National Obesity Forum.

Autorstwo: Mariusz Błoński

Na podstawie: Independent.co.uk

Źródło: KopalniaWiedzy.pl