

Informaatiotutkimuksen päivät 2014
6. - 7.11.2014, Oulun yliopisto, Oulu

ABSTRAKTI

Anna-Maija Huhta

Internetin karppauskeskustelut virallisia ravitsemussuosituksia haastamassa

Anna-Maija Huhta, Oulun yliopisto, Tiedeviestinnän maisteriohjelma, maikinposti@gmail.com.

Kiistat ravintorasvoista ja käsitykset ruoan terveellisyydestä ovat tuoneet vähähiilihydraattisen ruokavalion suosijat, eli karppaajat viime vuosina median uutisaiheiden keskiöön. Erityisesti kansallisista ravitsemussuosituksista ja niiden suhteesta vähähiilihydraattisiin dieetteihin on kohistu niin lehdissä kuin televisiossa (Kts. Esim. Fogelholm, 2010; MTV3, 6.6.2012; Saarinen, 21.1.2013; THL, 17.9.2012; Yle Elävä arkisto, 13.9.2010). 1950-luvun kolesterolitutkimuksista alkunsa saaneet ravitsemussuositukset ovat ristiriidassa karppaajien vähähiilihydraattista, mutta runsasrasvaista ruokavaliota suosivan elämäntavan kanssa (Kts esim. Atkins, 1979; Dahlqvist 2010; Suomalaiset ravitsemussuositukset, 2005.)

Tutkimukseni tarkoituksena oli selvittää millaisten eri puhetapojen avulla Karppaus.info -keskusteluryhmä haastaa viranomaisten laatimat ravitsemussuositukset sekä millaisia retorisia vakuuttamisen keinoja keskustelijat käyttävät eri puhetavoissa. Lisäksi selvitin mikä tieteen rooli oli karppausaiheisen keskusteluryhmän keskusteluissa. (Huhta, 2013, 2).

Ruotsalaiset sosiologit Mark Elam ja Andreas Gunnarsson (2012) totesivat ruotsalaista karppausliikettä koskevassa artikkelissaan, että karppauksen puolestapuhujat ovat valjastaneet tiedeviestinnän tehokkaaksi aseeksi virallistahon ravitsemusasiantuntijoita ja -ohjeistuksia vastaan. Tämä on ollut tutkijoiden mukaan mahdollista kyseenalaistamalla viralliset ravitsemussuositukset sekä esittämällä karppaajien omat henkilökohtaiset laihdutusonnistumiset ja sairauksista parantumiset todistuksiksi vähähiilihydraattisten ruokavalioiden toimivuudesta (Gunnarsson & Elam, 2012, 315).

Havaitsin aineistoni perusteella, että Karppaus.info -keskusteluryhmästä nousi esille neljä erilaista karppauksen puhetapaa: tieteellinen puhetapa, kriittinen puhetapa, valtaistumisen puhetapa sekä ravintokriittinen puhetapa. Karppaus.info -keskusteluryhmä haastaa viralliset ravitsemussuositukset sekä yhteiskunnassa hegemonisessa asemassa olevat käsitykset ruoan terveellisyydestä asettamalla tieteen toimintatavat ja tulokset kyseenalaisiksi, mutta myös luottamalla omiin kokemuksiinsa karppauksen toimivuudesta terveyden parantamisessa ja ylläpitämisessä. Keskustelijat käyttävät argumentoinnin tukena karppauksen puolestapuhujien lausuntoja sekä ”tosiasiat puhuvat puolestaan” -tyyppistä retoriikkaa. Valtaistuneet yksilöt puolestaan luottivat eniten omiin kokemuksiinsa. Karppausdiskurssissa oli huomattavissa yhtäläisyyksiä esimerkiksi populismidiskurssin kanssa, jonka ydintä on ajatus kansan ja ”korruptoituneen eliitin” välisestä

jännitteestä (Niemi, 2011, 328; Hatakka, 2011, 386).

Karppausdiskurssilla on ollut oma tehtävänsä rasvakiistan julkisessa keskustelussa, sillä se on saattanut herättää ihmiset pohtimaan tarkemmin omia ruokailutottumuksiaan. Karppauksen saama julkisuus mediassa on kenties myös saanut viranomaiset osallistumaan tehokkaammin ruoasta käytyyn julkiseen keskusteluun.

Tälle tutkimukselle luontaista jatkoa olisi tarkastella karppauksen ohella suosiota saavuttaneita muita ruokaan, mutta myös yleisemmin terveyteen ja hyvinvointiin liittyviä ajankohtaisia ilmiöitä. Esimerkiksi erilaiset raakaruokaa suosivat paleoruokavaliot sekä fitness-urheiluun liittyvät vähäkaloriset ruokavaliot ovat saaneet suosiota yhä nuorempien keskuudessa. Sosiaalinen media tarjoaa tutkimuskohteena monipuolisen ympäristön tarkastella erilaisten vaihtoehtoisten terveystottumusten kirjoa ja sitä, millaisia terveyteen ja hyvinvointiin liittyviä puhetapoja internetissä rakennetaan.

Lähteet

Atkins, Robert C. (1979) Tri Atkinsin dieettivallankumous: syökää hyvin ja pysykää solakkana. Helsinki: Otava.

Dahlqvist, Annika (2010) Karppaus: opas ja keittokirja. Helsinki: Readme.fi.

Fogelholm, Mikael (2010) Karppaus – tehokeino laihduttamiseen vai terveyttä vaarantavaa h u m p u u k i a ? <http://www.keventajat.fi/muut/karppaus-tehokeino-laihduttamiseen-vai-terveytta-vaarantavaa-humpuukia> (käytetty 31.8.2014)

Gunnarsson, Andreas & Elam, Mark (2012) Food Fight! The Swedish Low-Carb/High Fat (LCHF) Movement and the Turning of Science Popularisation Against the Scientist. *Science as Culture* 21 (3): 315 – 334.

Hatakka, Niko (2011) Journalismmin perussuomalainen uudelleentulkinta sosiaalisessa mediassa. Teoksessa: Pernaa, Ville & Railo, Erkki (toim.) Jytty: eduskuntavaalien 2011 mediajulkisuus. 350 – 395. Turku: Kirja-Aurora, Turun yliopisto.

Huhta, Anna-Maija (2013) ”Älä kirjoita tänne virallisterveellistä propagandaa!” Karppaus.info – keskusteluryhmä virallisten ravitsemussuositusten haastajana. Tiedeviestinnän pro gradu – tutkielma. Oulu: Oulun yliopisto.

MTV3 (6.6.2012) Uudet ravitsemussuositukset julki – karppausta ei suositella. <http://www.mtv.fi/lifestyle/koti/artikkeli/uudet-ravitsemussuositukset-julki-karppausta-ei-suositella/3247220> (käytetty 31.8.2014)

Niemi, Mari K. (2011) Timo Soini perussuomalaisen identiteetin isäntänä. Teoksessa: Pernaa, Ville & Railo, Erkki (toim.) Jytty: eduskuntavaalien 2011 mediajulkisuus. 324 – 349. Turku: Kirja-Aurora, Turun yliopisto.

Saarinen, Kari (21.1.2013) Sompit puhuvat luonnollisten rasvojen puolesta. <http://shl.fi/2013/01/21/sompit-puhuvat-luonnollisten-rasvojen-puolesta/> (käytetty 31.8.2014)

Suomalaiset ravitsemussuositukset: ravinto ja liikunta tasapainoon (2005) Julkaisija: Valtion

ravitsemusneuvottelukunta. Helsinki: Edita.

THL (17.9.2012) Puska kolesterolitason noususta: Karppaamisen ympärillä käyty keskustelu hämmensi. http://www4.thl.fi/fi_FI/web/fi/uutinen?id=30935 (käytetty 31.8.2014)

Yle Elävä arkisto (13.9.2010) MOT: Rasvainen kupla.
http://yle.fi/elavaarkisto/artikkelit/rasvainen_kupla_49385.html#media=49394 (käytetty 31.8.2014)