

Kuvaus makeiskaupasta ja sen asiakkaista

RITVA PRÄTTÄLÄ

Makeiskaupan asiakkaita koskevassa tutkimuksessa on selvitetty haastattelujen ja havaintojen avulla makeisten ostajien mielipiteitä ja käyttäytymistä. Asiakkaat olivat hyvin perillä makeisten haitallisuudesta, mutta pystyivät kuitenkin melko vaivattomasti perustelemaan haastattelijalle ristiriitaisen käyttäytymisensä. Makeisten käytön myönteiset sosiaaliset merkitykset korostuivat ostohetkellä voimakkaammin kuin terveydelliset haitat. Makeisten ja myös muut ruoan sosiaaliset merkitykset tulisi kirjoituksen mukaan ottaa nykyistä enemmän huomioon sekä ravitsemuskasvatuksen suunnittelussa että ravitsemustutkimuksessa.

Suomalainen makeisteollisuus syntyi 1890-luvulla (Hoving 1951) ja makeisten suurtuotannon käynnistyessä myös niiden myyntipisteet yleistyivät. Mahdollisuudet tehdä spontaaneja makeisostoksia ovat nykyään aivan toisenlaiset kuin muutama vuosikymmen sitten. Makeisten kulutus kasvoi Suomessa 1920-luvulta hitaasti aina vuoteen 1960 lukuunottamatta toisen maailmansodan aiheuttamaa lähes täydellistä makeisten kulutuksen loppumista 1940-luvulla. 1960-luku oli makeisten kulutuksen läpimurron aikaa: vuonna 1960 kulutus oli vajaat 3 kg asukasta kohti, vuoteen 1970 mennessä määrä oli noussut 7 kg:aan (Koskinen 1975). Vuosi 1972 oli makeisten kulutuksen huippuvuosi (7.6 kg/asukas), minkä jälkeen kulutus laski tasaisesti vuoteen 1977 saakka 5.3 kg:aan asukasta kohti vuodessa (Tala 1978). Ennusteiden mukaan kulutus tulee kuitenkin lähivuosina kasvamaan ja lähestymään uudelleen huippuvuoden tasoa (Salomaa 1979). Vuonna 1979 makeisten kulutus oli 5.4 kg henkeä kohden ja vuonna 1980 sen odotetaan nousevan kuuteen kiloon (Laitinen 1979).

Makeisten kulutuksen kehityksellä on ollut selvät yhteydet niiden hintojen muutoksiin.

Yleisesti ottaen sokerimakeisten hinnat ovat nousseet nopeammin kuin suklaamakeisten. Vuonna 1973, jolloin makeisten kulutus kääntyi laskuun, suurin kulutuksen muutos tapahtui nimenomaan sokerimakeisten kohdalla. Suklaamakeisten, joiden hinnannousu ei ollut yhtä voimakasta, kulutuksen kasvu ainoastaan pysähtyi (Salomaa 1979).

Makeisteollisuuden piirissä makeisten kulutus on osittain selitetty yleisellä taloudellisella kehityksellä. 1970-luvun alkupuoliskolle olivat ominaisia makeisteollisuuden raaka-aineiden saannin heilahtelut ja suuret maailmanmarkkinahintojen nousut sekä voimakas inflaatio kotimaassa. Esimerkiksi vuonna 1974 makeisten hinta nousi keskimäärin 38.2% ja vuoden 1976 alusta kesään 1977 mennessä 42%. Tällöin makeisten kulutuksen arvioitiin pysyvän pienenä ja niiden tuotannon vaikeuksien jatkuvan. Vuonna 1977 inflaatio hidastui, ja vuoden 1978 elintarviketeollisuuden edustajat saattoivat jo todeta talouselämälle suotuisaksi ajaksi monen taloudellisesti raskaan vuoden jälkeen. Samanaikaisesti suklaan ja makeisten kulutusluvut alkoivat lähestyä 1970-luvun alun tasoa (Oy Karl Fazer Ab 1969—1979).

SOKERI SUOMALAISESSA RAVITSE— MUSKASVATUKSESSA

Vuonna 1968 Pohjoismaiden terveystoimikomiteat ja ravitsemusasiantuntijat kiinnittivät huomiota ruoankäytön vinoutuneeseen kehitykseen ja totesivat, että rasvan ja sokerin voimakkaasti kasvanut kulutus merkitsee tiettyjä terveydellisiä vaaroja (Anon 1968).

Ravitsemuskasvatus korosti liiallisen sokerinkäytön haittavaikutuksia erityisesti 1970-luvun alkupuoliskolla. Vuonna 1972 tuli voimaan kansanterveyslaki, jonka seurauksena käynnistettiin järjestelmällinen hammas- ja lastenneuvoloissa. Ohjelman pääkohtiin kuului terveellisten ravintotottumusten neuvonta. Vuonna 1974 varatiin valtion toisessa lisämenoarviossa määräraha sokerinkäytön vähentämistä tarkoittavaan tiedotus-, koulutus- ja tutkimustoimintaan. Samana vuonna televisiossa esitettiin sokeria koskeva tietoisuus, jossa korostettiin liiallisen sokerinkäytön terveydellisiä haittoja. Vuonna 1975 sosiaali- ja terveysministeriö asetti työryhmän, jonka tehtävänä oli laatia ehdotus sokerin käytön rajoittamiseksi (Sokerityöryhmän muistio 1976). Voitiin siis puhua todellisesta sokerinvastustuskampanjasta.

Ravitsemusalan asiantuntijat luonnollisesti kokivat valtiovallan toimenpiteet sokerinkäytön rajoittamiseksi varsin myönteisinä ja seurasivat ilahtuneina sokerin ja makeisten kulutuksen laskua. Terveyskasvattajilla oli tuolloin aihetta optimismiin: ”Merkittävin hampaiden terveyttä koskeva muutos suomalaisten ravintotottumuksissa lienee makeisten kulutuksen väheneminen 30%:lla vuodesta 1972 vuoteen 1977. Samanaikaisesti vanhempia ja lapsia on ohjattu terveystieteiden keinoin rajoittamaan jatkuvaa päivittäistä makeisten käyttöä, missä työssä on ... osittain onnistuttukin... Viime vuosien tulokset osoittavat, että kokonaisen kansakunnan ruokailutottumuksiin on mahdollista vaikuttaa terveystieteiden ja hintapolitiikan keinoin terveydelle edulliseen suuntaan” (Tala 1978).

Elintarviketeollisuus piti sokerin käytön rajoituspyrkimyksiä uhkana kannattavuudelleen ja arvosteli niitä voimakkaasti useissa eri yhteyksissä.

”Ravitsemusvalistus on ollut epäasiallista. Elintarviketeollisuusliiton julkilausuma kansallisesta ravitsemuspolitiikastamme on julkistettu... Julkilausumassa todetaan, että maassamme harjoitettu ravitsemusvalistus on ollut valitettavan vähäistä ja osin harhaanjohtavaakin... Viimeksi sokeri on tullut terveyden turmelijaksi ja se on joutunut yksioikeisen ajolahdin kohteeksi... Liitto ei pidä täl-

laisia toimenpiteitä oikeaan osuineina, vaan pikemminkin vahingollisina.” (Kauppalehti 21.11.1975).

Sokerin tärkeä merkitys tavalliselle kansalaiselle huomattiin vuonna 1975 myös poliittisissa piireissä. Esimerkiksi Helsingin Sanomat tulkitsi pääkirjoituksessaan sokerinvastaisen kampanjan poliitikkojen pyrkimykseksi saada suomalaiset hyväksymään sokerin hinnankorotukset.

”Kahvi ja sokeri ovat aina vaalien edellä olleet poliitikkojen suosiossa... Maailmanmarkkinahintojen aleneva kehitys antaa mahdollisuuden molempien tuotteiden kuluttajahintojen alentamiseen. Pois ovat jääneet puheet sokerin epäterveellisyydestä, jolla kansan harmia sokerin kuluttajahinnan nostamisesta haluttiin vähentää... Sosiaalidemokraattinen sosiaaliministeri kenties lohduttautuu sillä, että hän ehkä myöhemmin vaalien jälkeen saa tilaisuuden palata teemaansa sokerin epäterveellisyydestä.” (Helsingin Sanomat 23.5.1975)

TUTKIMUKSEN TARKOITUS

Taloudellisten ja poliittisten vaikuttajien näkemysten sokerinkäytön rajoituspyrkimyksistä voitiin melko helposti todeta lehdistökirjoittelun perusteella, mutta tiedot tavallisten kuluttajien mielipiteistä ovat vähäisiä. Mahdollisesti uuden tiedon suhteuttaminen perinteiseen oli vaikeaa, koska ravitsemuskasvatus teki aikaisemman mielihyvän lähteen ja herkun epäterveelliseksi ja ei-suositeltavaksi.

Vuonna 1977, jolloin makeisten kulutus kääntyi uudelleen nousuun, syntyi uusi myymälätyyppi, itsevalintaan perustuva makeisten erikoisliike. Nämä erikoisliikkeet koettiin makeisteollisuuden ja -kaupan piirissä myönteisinä markkinoinnin vilkastuttajina ja niiden menestys oli yllätys myös kauppiaille (Korhonen 1980, Laitinen 1979, Oy Karl Fazer Ab 1979).

”Makeistehtaiden alamäki kääntynyt nousuun. Erikoisliikkeet kasvattavat karamellien kulutusta. Makea on jälleen alkanut maistua suomalaisille. Helsingissä makean menekin nousu on tuonut katu-kuvaan mannermaisvaikutteiset karamellien erikoisliikkeet. Viime vuosien sokerinvastustuskampanja on hiljalleen unohtumassa... Toisaalta yhtiö myy makeaa ylellisyyttä mottonaan 'hampaat pysyvät paikkaamaan mutta mielenterveyttä ei.'” (Helsingin Sanomat 5.8.1978)

Tutkimuksen lähtökohtana oli ravitsemuskasvattajan näkökulmasta hämmäntävänä pidettävä ilmiö: huolimatta näkyvästä sokeria koskevasta ravitsemuskasvatuksesta makeisten kulutus alkoi lisääntyä ja markkinoille ilmaantui nopeasti yleistyvä makeismyymälätyyppi. Minkälaiset ihmiset asioivat makeiskaupoissa ja ostivat ns. ei-suositeltavia elintarvikkeita? Olivatko he todellakin unohta-

Taulukko 1. Eri sukupuolten ja ikäluokkien osuus (%) makeiskaupan asiakkaiden havainnoinnin perusteella (N=228).

	%
Sukupuoli	
naiset	72
miehet	28
yht.	100
Ikäluokka	
alle 15 v	23
16–40 v	62
yli 40 v	15
yht.	100

net ravitsemuskasvatuksen sisällön ja kuinka he suhtautuivat makeisten käytön rajoitukseen pyrkivään ravitsemuskasvatukseen konkreettisessa ruoanvalintatilanteessa eli makeisia ostaessaan?

Tämän tutkimuksen tarkoituksena oli selvittää

- kuinka makeiskaupan asiakas perusteli ostostaan, minkä vuoksi juuri hän poikkesi tutkimushetkellä makeiskauppaan
- kuinka asiakas pyrki ratkaisemaan oman makeistenkäyttönsä ja sen rajoitukseen tähtäävän ravitsemuskasvatuksen välisen ristiriidan.

TUTKIMUSAINEISTO JA MENETELMÄT

Tutkimus suoritettiin yhdessä Helsingin keskustassa sijaitsevassa makeisten erikoismyymälässä maaliskokuussa 1980. Tutkimus käynnistettiin tarkkailemalla kaupan asiakkaiden määriä, ominaisuuksia sekä myyjien ja asiakkaiden välisiä keskusteluja. Havainnointivaiheen aikana keskusteltiin myös myyjien kanssa ja selvitettiin heidän näkemyksiään asiakkaiden ja myyntityöstä. Makeisostosten taustaa tarkennettiin vapaa-muotoisin haastatteluin. Kysymysten esittämistapa ja -järjestys oli joustava, vaikka jokaiselta tiedusteltiin ikää, ammattia, makeisostosten useutta ja syitä sekä näkemyksiä makeisten ja terveyden välisistä yhteyksistä. Haastatteluun osallistui yhteensä 30 ja siitä kieltäytyi 6 asiakasta.

Sekä havainnot että haastattelut teki sama ravitsemustieteellisen koulutuksen saanut

henkilö — tutkija itse. Asiakkaat eivät tienneet haastattelijan koulutustaustasta, ja terveyttä koskevat kysymykset — mikäli niitä tarvittiin — esitettiin sellaisina, ettei esitystavasta voinut päätellä, olivatko makeisten terveysvaikutukset myönteisiä vai kielteisiä.

TULOKSET JA NIIDEN TARKASTELU

Asiakkaiden ikä ja sukupuoli

Noin kaksi kolmasosaa kaupan asiakkaiden oli naisia (Taulukko 1). Suurimman ikäryhmän muodostivat 16–40-vuotiaat, kun sen sijaan alle 15-vuotiaita ja yli 40-vuotiaita oli vähemmän (Taulukko 1). Asiakaskunta ilmeisesti muodostui niistä, jotka tavallisimmin liikkuvat ostoksilla Helsingin keskustassa eli työikäisistä naisista. Havainnoin perusteella saadut tulokset olivat yhtäpitäviä myyjien esittämien näkemysten kanssa. Heidän arvionsa mukaan tyypillinen asiakas oli 25–40-vuotias nainen, joka arkisin poikkesi kauppaan joko ruokatunnilla tai työmatkalla. Myyjät tosin mainitsivat muitakin asiakastyyppejä, kuten iltaisin käyvät elokuviinmenijät ja viikonloppujen karkkipäiväostoksilla olevat perheet.

Makeisostosten tausta ja tarkoitus asiakkaiden kuvaamina

Harvat haastatelluista osasivat heti haastattelun alussa esittää erityisen syyn makeisostokselle. Välittömästi ilmoitetuista perusteluista tyypillisimpiä olivat makeisten ostaminen lahjaksi tai tuliaisiksi. Muissa tapauksissa sanottiin: ”tekee mieli”, ”makean nälkä” tai ”tuli vaan mieleen”. Keskustelun jatkuessa kuva makeisten käyttötarkoituksesta ja niiden hankkimiseen johtaneista tapahtumista tarkentui jossain määrin. Perustelut voitiin luokitella seuraaviin ryhmiin: ”lääke”, ”ajan-kulu tai välipala” ja ”lahja tai palkinto”. Kykenemättömyys selvittää oman makeisostoksen taustaa oli kuitenkin yleistä, sillä puolet haastatelluista ei voinut erottaa ostokselle selkeitä syitä. Kukin haastateltava sijoitettiin vain yhteen luokkaan sen mukaan, mikä perustelu oli korostetuimmin esillä (Taulukko 2).

Makeisten käyttö lääkkeenä oli harvinaista (Taulukko 2). On mahdollista, että lääkkeen-omaisesti käytettävät makeiset, kuten kurkkupastillit, hankitaan muualta kuin makeisten erikoisliikkeistä.

Taulukko 2. Makeiskaupan asiakkaiden tavat perustella makeisostosta (N=30).

Perustelu	Esiintymiskerrat
Lääke	2
Ajankulu tai välipala	4
Lahja tai palkinto	11
Epäselvä	13
Yht.	30

Makeisten käyttö ajankuluna tai välipalana oli myöskin vähäistä (Taulukko 2). Todennäköisesti osa epäselvistä tapauksista olisi voitu sijoittaa tähän ryhmään, jos kutakin haastattelua olisi voitu jatkaa pitempään ja siten tarkentaa makeisten käyttötilanteita. Makeisten välipalakyttäjät söivät makeisia silloin, kun he olivat jossain muualla kuin ruokailuun varatuissa tiloissa, esimerkiksi julkisissa liikennevälineissä, elokuvissa tai kaupungilla. Näissä tilanteissa ei ryhdytty varsinaiseen ateriointiin, syömisen piti olla huomaamatonta.

Työnjohtaja, mies, s. 1942:

"Ostos on mielijohde. Saatan joskus ostaa myös hedelmiä tai käydä baarissa pirttelöllä. Syön aamulla kunnolla ja sitten päivällisen kotona, keskiviikolla vain jotain pientä. Sehän on totta, että näiden ravintoarvo on nolla, mutta niin on hampurilaisen ja hodarienkin. Suomessa meillä on niin huonot mahdollisuudet syödä kunnollisia välipaloja."

Kustannustoimittaja, nainen, s. 1942:

"Yleensä ostan matkaevääksi. Noin kerran viikossa käyn matkoilla. Niin ja elokuvaan täytyy saada pastillia."

Ryhmään, jossa makeisia käytettiin lahjana tai palkintona sijoitettiin kymmenen henkilöä (Taulukko 2). Makeisilla palkittiin itseä tai muita. Tähän ryhmään kuuluvilla oli ominaista makeisten käyttö lähestymiskeinona ja osana myönteistä sosiaalista kanssakäymistä. Keskusteluissa toistuivat ilmaukset yhteisestä ilosta. Makeisten avulla pyrittiin lisäämään mielihyvää ja osoittamaan kiintymystä makeisten saajaa — tyttöystävää, aviopuolisoa, perhettä, lapsia tai lastenlapsia — kohtaan.

Makeislahjan ostajat eivät välttämättä olleet itse makeisten ystäviä, vaan saattoivat jopa sanoa inhoavansa makeiskauppoja. He ostivat makeisia, koska tiesivät tai olettivat lahjan saajan pitävän niistä.

Hoitoapulainen, nainen, s. 1956:

"On vapaapäivä, kuljetaan kaverin kanssa kaupungilla. Ollaan juuri junalle menossa, siellä on mukava syödä yhdessä."

Systeemisuunnittelija, mies, s. 1950:

"On mukava napostella illalla vaimon kanssa, kun on saatu lapset nukkumaan. On kiva kun tietää, että sillä tietyllä ylähyllillä niitä on."

Kotirouva, s. 1919:

"No lastenlapsille ollaan viemässä, kun on syntäreitä ja nimipäiviä. Täytyy niitä viedä, kun lapset pitävät. Vien yleensä jonkun muun lahjan ja sitten makeisia täydennykseksi. Ehkä mummi sillä tavalla vielä enemmän yrittää lähestyä lapsiaan."

Henkilöt, jotka eivät osanneet perustella makeisostostaan, kokivat usein oman makeistenkäyttönsä ongelmalliseksi. He eivät pystyneet hillitsemään makeisten syöntiä sopivaksi katsomalleen tasolle. Heille makeisten ostaminen merkitsi "sortumista", "repsahdamista", "kiusaa" ja "himoa". He pohdiskelivat syömistään fraaseja toistellen. He olivat ilmeisesti aiemminkin puhuneet "kiasataan" samoja selitystapoja etsien. Tähän ryhmään kuuluneet eivät yhdistäneet makeisten syöntiä mihinkään erityistilanteisiin, vaan hyvin usein sysäyksenä ostokselle oli kaupan näkeminen (Taulukko 2).

Emäntä, nainen, s. 1955:

"Kun oli tuo mainos ikkunassa, että teille, jotka pidätte suklaasta mutta ette kaloreista. Se on ihan motiivista kiinni. Kun on päättänyt olla ostamatta, ei osta, mutta välillä tulee kausia, jolloin repsahtaa ja syö ihan mielettömästi."

Kassanhoitaja, nainen, s. 1959:

"Ostan ohikulkiessani, kun tulen ruokatunnilta. Jos kauppa ei olisi näkyvässä, en varmaankaan söisi näin paljon. Mulla on niin, että jos olen iloinen, täytyy saada karkkia. Äsken kun mulla oli traaginen suru, en voinut syödä."

Kotirouva, s. 1954:

"Oon suolapähkinähirmu, himo iskee aika usein. Samanlainen on suklaakierre. Yhteen aikaan söin suklaapatukoita lähes joka päivä. Kun ei juo kahvia eikä polta tupakkaa, niin täytyy sitä jokin kiusa olla. On hirveitä, kun tällaisia (kauppoja) on, niihin sortuu aina."

Suhtautumistavat makeisten syönnin ja terveyden välisiin yhteyksiin

Asiakaskunta oli hyvin perillä makeisten terveydellisistä haitoista, sillä 23 henkilöä ilmaisi haastattelun kuluessa pitävänsä liiallista makeisten syöntiä jossain mielessä epäterveellisenä. Vain kaksi osti makeisia edistääkseen terveyttä ("lääkkeeksi") ja viisi ei nähnyt makeisten syönnin ja terveyden välillä olevan mitään yhteyksiä. (Taulukko 3).

Makeisten aiheuttamina haittoina pidettiin hampaiden reikiintymistä, lihomista ja veren sokeritasapainon häiriöitä. Haastatteluissa arvosteltiin myös makeisten olematonta kivennäisaine- ja vitamiinipitoisuutta. Yksi haastateltava piti runsasta sokerin syöntiä paitsi uhkana terveydelle myös jonkinlaisena

Taulukko 3. Makeiskaupan asiakkaiden suhtautumistavat makeisten syönnin ja terveyden väliin yhteyksiin (N=30).

Suhtautumistapa	Esiintymiskerrat
Ostan makeisia edistääkseni terveyttä	2
En ajattele terveyttä	5
Tiedän terveydellisistä haitoista, mutta asia ei koske minua	9
Minun pitäisi ottaa huomioon terveydelliset haitat	8
Otan huomioon terveydelliset haitat	6
Yht.	30

nyky-yhteiskunnan turmeltuneisuuden ilmaisijana. Asiakkaiden tiedot makeisten terveysvaikutuksista eivät kuitenkaan olleet tarkkoja eikä vastauksissa juuri eritelty, miten ja miksi makeiset vaikuttavat terveyteen. Esimerkiksi hammaskariuksen ja makeisten käyttöiheyden välinen yhteys ei esiintynyt yhdessäkään haastattelussa, vaikka useimmat 'tiesivätkin', että 'hampaat niistä menee' ja vaikka haastattelussa tiedusteltiin makeistenkäytön useutta. Tosin haastatteluajan lyhyys lienee antanut todellista pinnallisemmän kuvan asiakkaiden tiedoista.

Makeisten terveydellisistä haitoista tietävien oli jollakin tavoin ratkaistava tämän tiedon ja oman käyttäytymisen välinen ristiriita ja selitettävä sekä itselleen että haastattelijalle tiedossa olevan suosituksen rikkominen. Halu puolustella omaa suositusten vastaista käyttäytymistä ei ollut yhteydessä asiakkaan ilmoittamaan makeisostoksen perusteluun: puolustelijoita ja selittelijöitä oli makeisten välipalikäyttäjissä, makeislahjan ostajissa sekä niissä, joiden ostoksille ei osattu esittää syitä.

Tyypillinen tapa ratkaista tiedon ja käyttäytymisen välinen ristiriita oli todeta, että "toisten täytyy rajoittaa makeisten syöntiä, mutta asia ei koske minua" (Taulukko 3). Oma makeisten syöntiä pidettiin niin vähäisenä, ettei siitä katsottu olevan terveydellistä haittaa. Selitykseen lisättiin vielä, ettei terveydestä tarvinnut välittää, kun ei ollut paino-ongelmia ja hampaatkin harjattiin säännöllisesti. Makeisten syönti oli sallittua, koska

ei harjoitettu muita "paheita" eli ei tupakoitu tai käytetty alkoholia ja elettiin muutenkin "terveesti". Tähän ryhmään kuuluvien vastauksissa ilmeni selvimmin haastateltavan halu kääntää koko terveystarkastus leikkiksi.

Mainossihteeri, nainen, s. 1949:

"Kyllä mä ajattelin tämän vastapainoksi mennä illalla lenkille, mutta täytyy sitä jotain iloakin olla. On siinä vielä sekin, että en syö mitään pullia. Enkä polta tupakkaakaan."

Sorvari, mies, s. 1960:

"Emmä mitään terveyttä ajattele. Tää nyt on niin vähäistä mitä mä ostan. Kun ei juo eikä polta." Koulutussihteeri, nainen, s. 1943:

"En minä ostaessani ajattele terveyttä. Pojat harjaavat hampaansa säännöllisesti eikä heillä ole paino-ongelmia."

Ent. sairaala-apulainen, nainen, s. 1921 (tulossa terveystarkastuksesta):

"No ei tässä enää juuri terveyttä ajatella. Tämä nyt on niin vähäistä. Mielenterveys on tärkeämpi. Ei sitä enää tällä iällä kannata paljon huolehtia." Ent. kylvetäjä, nainen, s. 1905 (edellisen seurassa): "No sitä varten sitä pittää terveystarkastuksella käyväkin, jotta voip sitte kotona karkkia syövä."

Henkilöt, jotka myönsivät, että heidän tulisi ottaa huomioon terveydelliset seikat (Taulukko 3), eivät olleet ratkaisseet tiedon ja käyttäytymisen välistä ristiriitaa. Nämä ihmiset eivät puhuneet makeisten syönnistä yhtä vapaasti kuin muut eivätkä he juuri osanneet laskea siitä leikkiäkään. Todellinen tai koettu ylipaino oli useille tähän ryhmään kuuluville se syy, joka esti heitä turvautumasta selitykseen "asia ei koske minua". Makeiset "tiedettiin" niin yleisesti lihottaviksi, että makeispussi kädessä oli mahdotonta puhua luontevasti omista laihdutuspyrkimyksistä.

Kotirouva, s. 1920:

"Kyllä se tuo omatunto kolkuttaa. Kun on tuota ylipainoakin. Aina välillä jaksan laihduttaa, puutoa 10 kiloa, mutta sitten ne tulevat taas takaisin. Kun ei osaa kieltäytyä. Olen kyllä ihan tietoinen siitä, että makeiset ja kahvileivät lihottavat. Se edestakainen lihominen ja laihduminen on terveydelle haitaksikin. Tänään tuli niin hyvä ohjelma radiosta laihdutuksesta. Olisitte kuunnellut sitä, niin olisitte saanut vastauksia kysymyksiinne."

Kassanhoitaja, nainen, s. 1959:

"Kyllä se terveys tulee mieleen, varsinkin hampaat. Liikakiloja ajattelen lähinnä vaatekaupassa, siellä ne selvimmin huomaa. Yritän välillä laihduttaa, silloin yleensä jätän karkit syömättä."

Keittiöapulainen, nainen, s. 1951:

"Kyllä ajattelen terveyttä. On linjoille pahaksi (Poikaystävän kommentti: ja sit pursuu ihosta). Aina kun olen syönyt enemmän menee iho huonoksi. Kun se näkyy naamasta, yritän vähäksi aikaa rajoittaa. Liikun ihan hirveästi. Kai mä muuten olisin ihan kamalan lihava. Näissähän on kamalasti kaloreita, eiks olekin?"

Terveydelliset seikat huomioon ottaneet (Taulukko 3) olivat menetelleet ravitsemuskasvattajien toivomalla tavalla eli olivat ryh-

tyneet säännöstelemään omaa makeisten käyttöään. Säännöstelypäätöksen syiksi mainittiin lihominen, hampaat tai todettu sairaus. Makeisten käytön rajoittamisesta käytettiin ilmaisuja ”pakko” ja ”on kertakaikkiaan otettava huomioon”. Kun rajoituspäätös oli tehty, ei mieltymys makeisiin enää tuntunut voittamattomalta ja kieltäytymistä saatettiin pitää jopa helppona.

Kustannustoimittaja, nainen, s. 1942:

”Yleensä mä pyrin rajoittamaan makeisten käyttöä, hampaiden takia. Hammaslääkärissä käynti on sellainen realiteetti, joka on kertakaikkiaan otettava huomioon. Pelkään sitä todella. Siitä syystä esimerkiksi pastilleja ostaessani ostan aina ksyliitolipastilleja. Varmaan söisin paljon enemmänkin makeisia, jos ei pitäisi ajatella hampaita, kun en tunnu lihoavankaan.”

Toimistoapulainen, nainen, s. 1954:

”Kyllä joskus ajattelen terveyttä ja sitä, että ne ovat lihottavia. Kyllä yritän rajoittaa. Yhteen aikaan söin ihan hirveästi, en koskaan päässyt kaupasta ulos ilman suklaapatukoita. Rupesin sitten lihoamaan ja päätin rajoittaa. Se auttoi. Ei se rajoitus kovin vaikeaa ollut, kun vaan päätti, ettei syö, niin ei sitten syönyt.”

Ruumiillisen työn tekijä, mies, s. 1949:

”Hän (tyttöystävä) sai minut poikkeamaan. Itse en olisi missään nimessä tullut. Mulle kyllä tulee terveys mieleen. Mua suorastaan ällöttää nuo ikkunat. Näen niissä valtavat määrät sokeria. Sokeri ei ole mitään ruokaa, vaan skeidaa, jota meille yritetään ylenmäärin markkinoida. Mausteeksi se sopii, mutta kyllä sitä nykyään syödään ihan liikaa. Se on kai ilmiö, joka liittyy sotien jälkeiseen aikaan ja hyvinvointivaltioon. Kai siitä liikakäytöstä on vaaraa. Ainakin tietyille riskiryhmille. Sellaisille, joiden veren sokeritasapainossa on häiriöitä. Sokeritaudin sairastumisriski lisääntyy. En minä oikein osaa näin maallikkona selittää.”

POHDINTA

Myös tämän tutkimuksen perusteella todettiin, että ihmiset voivat melko helposti käyttäytyä tavalla, joka on ristiriidassa heidän tietojensa kanssa. Haastatelluista 30:sta makeiskaupan asiakkaasta 23 ilmaisi tietävänsä liiallisen makeisten syönnin haitoista. Tosin tiedot eivät olleet kovin täsmällisiä. Makeisia pidettiin yleensä vain epäterveellisinä ja ”pahoina” ja runsas sokerin syönti yhdistettiin sellaisiinkin sairauksiin, joihin sitä ei tutkimusten perusteella voida liittää. Asiakkaat eivät myöskään osanneet erottaa toisistaan makeisten liian suuren käyttömäärän ja käyttöiheyden aiheuttamia erilaisia terveyshaittoja.

Sellberg (1976) on Ruotsissa tekemässään tutkimuksessa todennut olevan ns. konfliktielintarvikkeita, joiden käyttöön liittyy uusien ravintoarvoa koskevien ja traditionaalisten tietojen välinen ristiriita. Tyypillisinä esimerkkeinä konfliktielintarvikkeista Sellerberg mainitsi makeiset, makeat leivonnaiset, alkoholin ja virvoitusjuomat. Osa hänen tutkimuksessaan haastatelluista ryhtyi mainituista elintarvikkeista puhuttaessa puolustautumaan ja osa saattoi nauraa todeta: ”Vi slutar tala om godis”. Vastaava suhtautumistapa todettiin myös tässä tutkimuksessa.

Makeisten käytön rajoittamiseen tähtäävä ravitsemuskasvatus on yleensä ottanut huomioon vain makeisten terveydelliset vaikutukset. Makeisten käyttöön liittyy paljon muitakin kuin ravitsemuksellisia merkityksiä, joista tässä tutkimuksessa tulivat ilmi esimerkiksi makeisten käyttö lähestymiskeinona ja kanssakäymisen muotona. Makeisten mainonta ja markkinointi puolestaan hyödyntävät tehokkaasti makeisiin liittyviä myönteisiä mielleyhtymiä. On ymmärrettävää, että kuluttaja joutuu ravitsemuskasvatuksen ja mainonnan tarjoamia malleja vertaillessaan ristiriitatilanteeseen. Jos hän toimii ravitsemuskasvattajan toivomalla tavalla, hän kenties menettää erään mahdollisuuden lähestyä ystäviään ja omaisiaan. Jos hän taas jatkaa makeisten syöntiä, hän harjoittaa ”pahetta”, jota hän vertailee alkoholinkäyttöön ja tupakointiin. Tosin makeisten syönnin aiheuttama syyllisyydentunne ei liene kovin voimakas, koska ainakin tähän tutkimukseen osallistuneet pystyivät laskemaan leikkiäkin ”paheestaan.”

Ravitsemuskasvatuksen tavoitteita määriteltäessä tulisi nykyistä huolellisemmin pohdita sitä, kuinka paljon ihmisten käyttäytymistä voidaan muuttaa vetoamalla yksilön kykyyn ja haluun muuttaa ruokatottumuksiaan. Tulisiko pikemminkin puuttua niihin rakenteellisiin tekijöihin, jotka ylläpitävät yhteiskunnassamme makeistensyöntitottumuksia?

Ravitsemustutkimuksen tulisi puolestaan selvittää, kuinka ihmiset kokevat ravitsemuskasvatuksen pyrkimykset muuttaa heidän ruokatottumuksiaan. Samoin on tutkittava, mikä yhteys ruokatottumuksilla on ihmisten elinolosuhteisiin ja elämäntapaan. Tämän tyyppistä tutkimusta ei luonnollisestikaan saisi rajoittaa sokeriin ja makeisiin, vaan tarkastelun kohteeksi tulisi ottaa ainakin kaikki ne elintarvikkeet, joiden kulutusta on ravitsemuskasvatuksen avulla yritetty muuttaa.

KIRJALLISUUS

- Anon:* Lääketieteellisiä näkökohtia kansanravinnosta Pohjoismaissa. *Kotitalous* 1968:32:175—177.
- Hoving V:* Karl Fazer 1891—1951. Oy Tilgman Ab, Helsinki 1951.
- Korhonen L:* Makeisetko meitä lohduttavat? *Me Naiset* 1980:5.6.:40—48.
- Koskinen E:* Sokerit elintarvikkeissa ja ravinnossa. Valtion ravitsemusneuvottelukunnan julkaisuja 1975:4: 22—35.
- Laitinen P:* Siipipyörälle uutta vauhtia Karkkipusseista. *Talouselämä* 1979:32:68—72.
- Oy Karl Fazer Ab:* Vuosikertomukset 1969—1979.
- Salomaa J:* Suomen elintarviketeollisuus. Kulutuksen kehitys vuosina 1964—1978 ja ennuste vuoteen 1980. Osa 1. Teollistamisrahasto Oy, Mänttä 1979.
- Sellerberg A-M:* Om olika synsätt på maten. *Näringsforskning* 1976:20:250—262.
- Sokerityöryhmän muistio.* Työryhmämuistio STM 4, Helsinki 1976.
- Tala H:* Ravitsemuksellisia näkökohtia ehkäisevässä hammashoidossa. *Suomen Hammaslääkärilehti* 1978: 26:979—983.

Ritva Prättälä
Helsingin yliopisto
Ravitsemustieteen laitos
Viikki, B-talo
00710 Helsinki 71

SUMMARY

Prättälä R. A descriptive study of a sweet-shop and its customers.

*Sosiaalilääketieteellinen Aikakauslehti •
Journal of Social Medicine 1981:18:11—17.*

The study was carried out in a sweet-shop in the center of the city of Helsinki. The purpose of the study was, by use of descriptive interviews and observation, to examine the behaviour and opinions of the customers who were acting in contradiction to nutrition recommendations.

Although the customers of the sweet-shop were well aware of the recommendations to reduce the use of sweets, they were able to explain the inconsistency between their knowledge and behaviour to the interviewer. The customers associated several positive social meanings with sweets, and these became more emphasized than the health hazards in the situation of purchasing. The social meanings of sweets and also other foods should be regarded more seriously than they are today in nutrition research and in the planning of nutrition education.