

Hyvän ja pahan taistelu – ravinnon rasvojen mediajulkisuus Helsingin Sanomissa 2010–2011

Tässä artikkelissa tarkastellaan diskurssianalyttisestä näkökulmasta ravinnon rasvoihin liitettyjä ja kulttuurisesti määräytyviä merkityksiä. Tutkimusaineiston 121 artikkelia kerättiin Helsingin Sanomista vuosilta 2010–2011. Mediassa käyty rasvakeskustelu jäsentyy tehdyn tulkinnan perusteella kolmeen puhetapaan. Tutkimusten ja asiantuntijoiden vakiinnuttama käsitys terveellisestä syömisestä korostuu ravitsemustieteeseen pohjautuvassa puhetavassa, jossa ravinnon rasvat jaotellaan terveellinen-haitallinen -vastakkainasettelulla. Ravitsemustieteeseen pohjautuva näkökulma kyseenalaistetaan kriittisessä puhetavassa, jossa rasvat luokitellaan luonnollinen-keinotekoinen vastakkainasettelun avulla. Makuun ja nautintoon liittyvässä puhetavassa vastakkain asettuvat nautintoon ja haluun perustuva kulttuurisesti ”oikeanlainen” maku sekä moralisoivia sävyjä sisältävä kehon fysiologinen ravinnon tarve. Puhetavoista esitetty tulkinta tuo esiin ravinnon rasvojen monenlaiset merkitykset, jotka eivät palaudu niiden ravintoarvoon. Merkitykset tehdään näkyviksi mediassa tarkoituksenmukaisten vastakkainasetteluiden ja kulttuuristen rajanvetojen avulla.

PASI SYRJÄLÄINEN, TONI RYYNÄNEN, VISA HEINONEN, MIKKO JAUHO, PIIA JALLINOJA

JOHDANTO

Ravinnon rasvoista on 2010-luvulla puhuttu kii-vaasti julkisuudessa. Etenkin niiden terveysvaikutukset ovat olleet kiistelyn kohteena. Ennen toista maailmansotaa keskustelua käytiin paljolti maatalous- ja kauppapoliittisten intressien ohjaamina (1). 1950-luvun jälkeen keskustelun painopiste on siirtynyt rasvojen terveysvaikutuksiin. Luonnonmukaisuuden ja terveyden symbolina on aika ajoin toiminut niin margariini kuin voikin. Symbolit ovat näkyneet mainoksissa, joilla näitä mielikuvia pyrittiin tietoisesti tuottamaan. (2.)

Suomessa Valtion ravitsemusneuvottelukunta laatii ravitsemussuositukset, ja ne perustuvat pohjoismaisiin ravitsemussuosituksiin. Näissä suosituksissa on pitkään ohjeistettu suosimaan tyydyttymättömiä rasvalähteitä ja karsimaan tyydyttyneitä rasvoja ruokavaliosta. Ravitsemussuositukset on tarkoitettu ohjeiksi väestötasolle. Nii-

den tehtävänä on toimia ohjenuorana julkisille ja yksityisille toimijoille kuten terveydenhuollolle, ruokapalveluille ja elintarviketeollisuudelle. Suosituksilla pyritään myös ohjaamaan ihmisiä syömään terveellisesti sekä parantamaan kansanterveyttä. Suositukset perustuvat asiantuntijoiden arvioimaan tutkimusnäyttöön. (3–5.)

Tieteellinen keskustelu rasvojen terveysvaikutuksista käynnistyi länsimaissa 1950-luvulla, kun havaittiin sydän- ja verisuonitautien lisääntymisen. Yhdysvaltalainen Ancel Keys käynnisti kuuluisan Seitsemän maan tutkimuksen, jossa tyydyttyneiden rasvojen todettiin olevan yhteydessä sydän- ja verisuonitautikuolleisuuteen (6). Myös 1950-luvulla alkunsa saanut Framingham-tutkimus puolestaan määrittäi sydän- ja verisuonitautien keskeiset riskitekijät, joista yksi on korkea kolesteroli. 1970-luvulla vahvistuivat vaatimukset johtaa tutkimuksien pohjalta konkreettisia

ravitsemusohjeita rasvankulutukseen niin kansainvälisesti kuin kotimaassakin (7). Suomi oli yksi Keysein tutkimukseen osallistuneista maista. Varsinainen kampanjointi ja tiedottaminen rasvojen terveystarpeista alkoivat 1970-luvun alussa Pohjois-Karjalassa toteutetun interventiotutkimuksen myötä (8, 9). 1980-luvun alussa käsitys rasvojen terveystarpeista kirjattiin kansallisiin ravitsemussuosituksiin (10).

Suomessa on viime vuosikymmeninä käyty julkista keskustelua terveystarpeiden kasvusta valtion budjetissa. Ravinnon rasvoista käytävä keskustelu voidaan nähdä osana tätä laajempaa terveystarpeiden keskustelua. Aarvan ja Lääperin (11) mukaan julkisuudessa terveyden edistämistä perustellaan usein vetoamalla taloudellisiin seikkoihin. Keskustelu liittyy myös kehitykseen, jossa lääketiede ja lääkärintoimi ovat saaneet entistä suuremman merkityksen yhteiskunnassa. Tätä medikalisaatiokehitystä kritisoidaan muun muassa kansalaisten ylenmääräisestä holhouksesta (12).

Suomessa julkinen rasvakeskustelu sai entistä kärkevämpiä piirteitä vuonna 1988, jolloin Valio ja Maidontuottajat ry julkaisivat kiistaa herättäneen maksetun puheenvuoron useissa päivälehdissä eri puolella Suomea. Kirjoituksessa kyseenalaistettiin tyydyttyneiden rasvojen kielteiset vaikutukset terveyteen. Tästä syntyi rasvasodaksi kutsuttu julkinen keskustelu, jossa mielipiteitä vaihdettiin niin sanomalehtien palstoilla kuin tie-teillisilläkin foorumeilla. (13.)

Tutkimustiedon kehittyessä keskustelu rasvoista on saanut uusia suuntia. Erityisesti ylipaino sekä elintason sairaudet ovat saaneet siinä määrin kielteistä huomiota mediassa, että sitä on kutsuttu jopa pelotteluksi (14). 2010-luvulla myös kuluttajat ovat ottaneet osaa kiivaana käyvästä keskustelusta. Rasvoista käytävässä julkisessa keskustelussa on usein ollut tunnistettavissa kaksi osapuolta. Toista osapuolta edustaa terveystarpeiden, joka Valtion ravitsemusneuvottelukunnan linjaa noudattaen on ohjeistanut kuluttajia jo vuosikymmeniä vähentämään tyydyttyneiden rasvojen kulutusta.

Terveystarpeiden vastaan ovat asettuneet kriitikot, jotka väittävät tyydyttyneiden rasvojen joutuneen syntipukiksi keskustelussa länsimaissa kasvavista elintason sairauksista. Nämä kriitikot kohdistavat usein huomion rasvojen sijaan niin sanottuihin nopeisiin hiilihydraatteihin. Vähähiilihydraattista ruokavaliota ja siihen liittyvää rasvakeskustelua on tutkittu tiede- sekä mediakriitii-

kin näkökulmista (15–17). Samanlaista kiistelyä on esiintynyt myös Ruotsissa (18).

Tässä artikkelissa huomio kiinnitetään rasvakeskustelun kulttuurisesti jäsenyviin merkityksiin suomalaisessa mediassa. Artikkelin tavoitteena on tunnistaa ravinnon rasvoja ja terveyttä koskevasta lehtikirjoittelusta diskursseja eli kulttuurisia puhetapoja. Näiden puhetapojen avulla tarkastellaan rasvojen kulutukselle mediassa tuotettuja merkityksiä. Artikkelissa muodostetaan mediajulkisuudessa käydyin rasvakeskustelun sosiaalista rakentumista kuvaava tulkinta, joka vastaa kysymyksiin:

- a) Millaisia rasvoja koskevia kulttuurisia puhetapoja eli diskursseja lehtikirjoituksissa esiintyy? Minkälaisia merkityksiä rasvoille annetaan?
- b) Miten puhetapojen väliset suhteet määrittävät rasvakeskustelussa?

Seuraavaksi luomme katsauksen tutkimuksen aineistoon ja käytettyyn tutkimusmenetelmään. Toiseksi käymme läpi tulkintamme tuloksena tuotetut kolme puhetapaa: ravitsemustieteeseen pohjautuvan, kriittisen sekä makuun ja nautintoon liittyvän puhetavan. Artikkelin johtopäätöksissä pohdimme ravinnon rasvojen kulutukseen liittyviin puhetapoihin kytkeytyviä kulttuurisia rajanvetoja.

TUTKIMUKSEN AINEISTO JA MENETELMÄ

AINEISTON KERUU JA OMINAISPIIRTEET

Tarkasteltava media-aineisto on kerätty osana Kuluttajatutkimuskeskuksen Suomen Akatemian rahoittamaa FAT-hanketta (Fatty foods and fat bodies. Diversification of ideals and practices in healthy eating, päätösnumero 251845). Hankkeessa tutkitaan ravinnon ja ihmiskehon rasvoja yhteiskuntatieteellisestä näkökulmasta: terveellisen syömisestä käytäntöjä, painonhallinnan tekniikoita sekä rasvakeskustelua mediassa. Hankkeen keräämä aineisto kattaa kaikki rasvoja ja terveyttä käsittelevät artikkelit Helsingin Sanomista (myöhemmin HS) vuosilta 1978–2013. HS valittiin aineistoksi, koska se on Suomen laajalevikkisin sanomalehti ja sen digitaalinen arkisto on kattava (19).

Tarkastelun kohteena tässä artikkelissa ovat vuosina 2010–2011 HS:ssa julkaistut 121 artikkelia, joissa kirjoitetaan ravinnon rasvojen, terveyden ja sairauksien yhteyksistä. Artikkelit jakaantuivat eri vuosille niin, että vuonna 2010 julkaistuja artikkeleita on 73 ja vuonna 2011 julkaistuja 48 kappaletta. Kyseiset vuodet rajat-

tiin tarkastelun kohteeksi mediakeskustelun laajuuden, käsiteltyjen teemojen ajankohtaisuuden ja monipuolisuuden perusteella. Tuolloin käytiin laajamittaista väittelyä ravinnon rasvoista ja terveydestä sekä erilaisista ruokavaloista.

Aineisto kerättiin Esmerk Oy:n sähköisestä arkistosta, johon HS:n artikkelit toimittaa Sanoma Oy. Kyseessä on HS:n digitaalinen arkisto, johon on koottu kaikki lehdessä ilmestyneet artikkelit vuodesta 1990 eteenpäin. Aluksi pohdittiin myös HS:n digilehden käyttämistä, mutta teknisistä syistä siitä luovuttiin. Aineistoon ei sisälly HS:n kuukausiliitteen eikä NYT-liitteen artikkeleita, sillä niitä ei ollut saatavilla sähköisessä arkistossa. Arkistosta saaduissa artikkeleissa oli ilmoitettu julkaisupäivämäärä, mutta kirjoittajan ja lehden osaston tietoja ei aina ilmoitettu. Tämän vuoksi ne puuttuvat joistakin artikkeleista. Lisäksi artikkelit ovat tekstimuodossa, eli niistä puuttuvat kuvat ja kuvaajan tiedot.

Aineistohaku toteutettiin lausekkeella: (ravint* or ravitseminen* or sairaus* or terveys* or kolesteroli*) and (rasva* or hiilihydraatti*). Hakulauseen tarkoituksena oli seuloa artikkelit, jotka kuvaavat suomalaista terveyden, terveyden riskitekijöihin tai sairauksiin liittyvää rasvakeskustelua. Termi ”hiilihydraatti” otettiin alun perin mukaan hakulauseeseen, koska viime vuosina rasvauutisointi on kietoutunut keskusteluun hiilihydraateista. Lopulta aineistoon sisällytettiin vain artikkelit, joissa käsiteltiin ravinnon rasvoja. Näin jäivät pois kirjoitukset, joissa kohteena olivat yksinomaan hiilihydraatit. Mukaan ei otettu syömiseen ja ravitsemukseen liittyviä muita asioita kuten keskustelua kolesterolilääkityksestä, ravintokuiduista ja ylipainosta, ellei artikkelissa viitattu myös rasvojen käyttöön. Myöskään pakinanomaisia kirjoituksia ei otettu mukaan.

Aineisto on kerätty niin, että rasvoja käsitellään terveystieteiden ja sairauksien yhteydessä. Tämän vuoksi aineistossa ei ole esimerkiksi ruokaohjeita, joissa rasvoista puhutaan vain ruoanlaitto-ominaisuuksien yhteydessä. Aineistoon päätyi muutama ruokasivun artikkeli, sillä niissä mainittiin rasvojen terveysvaikutukset. Artikkeleiden pituudelle ei asetettu kriteereitä. Näin ollen useissa aineistoon päätyneissä artikkeleissa kirjoitetaan myös muista aiheista kuin rasvoista, mikä kuvastaa aineiston ominaispiirteitä ja rasvakeskustelun kulttuurista jäsentymistä.

TUTKIMUSMENETELMÄT: RASVAKESKUSTELUN PUHETAVAT

Tarkastelimme ravinnon rasvoista käytyä lehdistökeskustelua laadullisesti hyödyntämällä tekstiaineiston tulkinnassa diskurssianalyysiä. Diskurssianalyysiin liittyy ajatus siitä, että keskustelussa esiintyvät käsitykset rasvoista rakentuvat sosiaalisesti. Diskurssianalyysiä on karkeasti ottaen neljän tyyppistä: vallan analyysi (Michel Foucault), identiteettien rakentumista tarkasteleva sosiaalipsykologinen diskurssianalyysi (esim. Kenneth Gergen, Jonathan Potter ja Margaret Wetherell), mediatutkijoiden soveltama kriittinen diskurssianalyysi (Norman Fairclough, Teun van Dijk) ja kielitieteelliset diskurssianalyysin suuntauksukset. (Vrt. 20.) Tässä tutkimuksessa hyödynnetään Fairclough'n kriittistä diskurssianalyysiä.

Aineiston analyysissä keskityttiin kuvauksiin ravinnon rasvoista. Huomio kiinnitettiin erityisesti siihen, miten rasvoihin liitettiin ominaisuuksia: millaisiin asioihin kirjoittajat vetoavat? Tarkoituksena oli erotella tapoja esittää rasvoja koskevia väitteitä, joiden kautta merkitykset teksteissä syntyvät.

Merkitysten tutkiminen painottaa retoriikkaa ja sosiaalisen todellisuuden tuottamisen tapoja (21). Tulkinta eteni yksittäisissä kirjoituksissa tuotettavien merkitysten kautta kohti yleisiä rasvoja koskevia puhetapoja. Ilmonen (22) ilmaisee asian niin, että puhetapojen analyysissa puhe tai teksti on pyrittävä ensin ymmärtämään merkitysten välittämisenä, sitten jäseneltävä valittujen teoreettisten käsitteiden avulla yleiseksi merkitysrakenteiksi ja lopulta niitä ilmentäviksi diskurssiksi eli puhetavoiksi. Näin ymmärrettynä ravinnon rasvoja käsittelevät HS:n artikkelit välittävät rasvojen kulttuurisia merkityksiä, joita jäsenimme aineistolähtöisesti tulkittujen merkitysrakenteiden (ravitsemistiede, kriittinen sekä maku ja nautinto) avulla.

Jokinen ym. (23) esittävät puhetapojen rakentuvan sosiaalisissa käytännöissä. Lausumilla ravinnon rasvoista ei esitetä vain väitteitä todellisuuden luonteesta, vaan ne myös muokkaavat todellisuutta. Kielen käyttö ei rajoitu pelkästään asioiden kuvaamiseen ja esittämiseen, vaan sillä on myös seurauksia tuottava luonne (23). Rasvakeskustelun osanottajat tuottavat kuvauksia rasvoista ja terveydestä, jolloin he muodostavat median välityksellä erilaisia merkityksiä ravinnon rasvoille.

Artikkelin näkökulma liittyy edellä esitettyjen lähtökohtaoletusten lisäksi puhetapojen kriittiseen tarkasteluun (24). Fairclough'n (25) mukaan

diskurssissa on kyse tekstistä, diskurssikäytännöstä ja sosiokulttuurisesta käytännöstä. HS:n artikkelit ovat ravinnon rasvoja kuvaavia kielellisiä muodostelmia, diskurssikäytännöt ovat artikkeleiden tuottamisen ja vastaanottamisen prosesseja ja sosiokulttuurinen käytäntö rasvoihin liittyvien puhetapojen kiinnittämistä kulttuuriin yhteyteen. Käytännössä nämä kolme ovat tekstissä samanaikaisesti läsnä (25).

Puhetavoissa on tunnistettavissa tieto- ja uskomusjärjestelmiä rakentava taso sekä puhetapojen identiteettejä ja suhteita rakentava taso (26). Rasvoihin liittyvien puhetapojen merkityksiä tutkittiin tässä artikkelissa tieto- ja uskomusjärjestelmien tasolla. Keskeistä merkitysten tutkimuksessa ovat rasvoihin liittyvistä kuvauksista tehdyt tulkinnat. Tarkastelun kohteena olivat sekä erilaisten ilmauksien muodostamat sosiaaliset käytännöt että merkityssystemit.

Käytännössä tulkinta eteni niin, että aluksi aineistoa luettiin useaan otteeseen läpi, jotta mediassa käsitellyt ilmiöt tulivat tutuiksi. Tämän vaiheen tarkoituksena oli tehdä raakahavaintoja ja pelkistää aineisto helposti tarkasteltavaan muotoon. Kirjoituksista pyrittiin löytämään yhteneväisyyksiä. Huomio kiinnitettiin käytettyihin sanamuotoihin ja asioihin, joiden yhteydessä rasvoista keskusteltiin.

Ensimmäisten aineiston läpikäymisen jälkeen kirjoituksissa toistuvia asioita jäsennettiin teemoittain. Tässä vaiheessa tarkastelu keskittyi artikkeleiden rasvoja koskeviin väitteisiin. Millaisia asioita artikkeleissa tuotiin lukijan tietoon ja millaisia asioita jätettiin pois? Toisen ja kolmannen aineiston lukemiskerran jälkeen puhetapojen teemoittelu vakiintui. Tämä tarkoittaa sitä, että kaikki aineistossa esiintyvät viittaukset rasvoihin jäsenyivät teemojen alle. Lopulta viidennen ja kuudennen aineiston läpikäymisen jälkeen rasvoihin liittyvät teemat eivät enää tarkentuneet.

Aineistosta tulkitut puhetavat olivat osin päällekkäisiä ja voivat ilmentyä myös samassa artikkelissa. Näin ollen analyysiyksikkö oli rasvoihin liittyvä puhetapa eikä yksittäinen artikkeli. Aineistolähtöisen tulkinnan avulla tunnistettiin kolme puhetapaa, jotka esiintyvät rasvoja koskevissa kirjoituksissa. Tunnistetut diskurssit ovat ravitsemustieteeseen pohjautuva, kriittinen sekä makuun ja nautintoon liittyvä puhetapa. Puhetapojen nimeäminen perustui siihen, kuinka aineistossa määritellään ja esitetään näkökulma ravinnon rasvoihin.

”RASVA EI OLE VAIN RASVAA, ON HYVIÄ JA HUONOJA RASVOJA!” – RAVITSEMUSTIETEeseen POHJAUTUVA PUHETAPA

Rasvakeskustelun asiantuntijankemystä edustavat Valtion ravitsemusneuvottelukunnan asettamat ravitsemussuosituksen. Ravitsemustieteeseen pohjautuva puhetapa muodostuu aineistossa kolmen usein toistuvan tekijän ympärille. Ensimmäiseksi puhetapaan liittyy tyydyttyneiden rasvojen epäterveellisten ominaisuuksien korostaminen. Rasvojen terveysriskinäkökulma tuodaan usein esille viittaamalla tyydyttyneiden rasvojen rooliin sydänsairauksien synnyssä. Riskien korostamisen lisäksi toinen usein esille nouseva tekijä on tyydyttymättömien rasvojen terveydelle edulliset ominaisuudet. Rasvojen jakaminen terveydelle edullisiin ja haitallisiin eli kärjistäen hyviin ja pahoihin määrittää mediassa puhettavan muodostavia kuvauksia rasvoista. Kolmas tekijä on rasvojen rooli lihavuuden synnyssä. Ravitsemustieteeseen pohjautuvaa puhetapaa käyttävät aineistossa useat ravitsemustieteen ja lääketieteen asiantuntijat sekä maallikot.

EPÄTERVEELLISET JA TERVEELLISET RASVAT

Ravitsemustieteeseen pohjautuvassa puhettavassa tyydyttyneet rasvat esitetään terveyttä uhkaavina vaaratekijöinä, joita tulisi välttää sairaurisriskin pienentämiseksi. Argumenteissa vedotaan usein asiantuntijuuteen ja tieteellisiin tutkimustuloksiin ravinnon rasvojen terveysvaikutuksista. Näin tyydyttyneistä rasvoista luodaan sairauden riskitekijä tuottamalla siitä uskottava tieteeseen ja tutkimusnäyttöön perustuva lausuma. Tämän tyyppisistä retorisisista keinoista voidaan puhua faktuaalistamisen strategiona (21). Vetoamalla asiantuntijatietoon väite saadaan lukijan näkökulmasta kuulostamaan uskottavammalta. Seuraavassa aineistokatkelmassa Valtion ravitsemusneuvottelukunnan pääsihteeri vastaa HS:n mielipideosastolla esitettyyn kysymykseen voim käytön lisäämisestä:

”Nykyiset ravitsemussuosituksen eivät ole muuttuneet, eikä tällä hetkellä ole perusteita niiden muuttamiseen rasvojen osalta. Itse asiassa viimeaikaiset tutkimukset ja kannanotot vahvistavat voimassa olevia ravitsemussuosituksia. Vastikään ilmestynyt FAO/WHO:n asiantuntijayhteenveto listaa näytöt rasvojen ja terveyden yhteyksistä. Se osoittaa

1 ”Valtion terveystieteiden tutkimuskeskus haluaa selvittää rasvaveron” HS 13.3.2010

vakuuttavasti, että tyydyttyneiden rasvojen korvaaminen monitydyttymättömällä rasvalla vähentää sepelvaltimotaudin riskiä. Viime vuonna on myös julkaistu 11 tutkimuksen yhteenveto, joka todistaa pitävästi samaa. Myös Suomessa tapahtunut huomattava sydänkuolleisuuden lasku tukee suosituksia ja näyttäisi osin johtuvan siirtymisestä kovista rasvoista pehmeisiin. Voin puolustajien vetoamiset yksittäisiin tutkimustuloksiin eivät kumo edellä mainittua kehitystä. Voissa on runsaasti tyydytynyttä eli kovaa rasvaa, joka kiistatta suurentaa haitallisen LDL-kolesterolin pitoisuutta veressä. Voita ei voida suositella päivittäiseen käyttöön. Sen sijaan suositeltavaa on käyttää kasviöljypohjaisia tuotteita”. (“Voita ei voi suositella päivittäiseen käyttöön” HS 3.4.2010)

Mediassa käydyssä rasvakeskustelussa korostetaan usein tutkimuksissa havaittua rasvojen terveellinen-haitallinen -jaottelua. Ruokaa koskevat kulttuuriset jäsennykset pohjautuvat ruoka-ainesten ja elintarvikkeiden luokitteluihin. Ruokien jakaminen terveyden kannalta hyviin ja pahoihin on perustavaa laatua oleva luokittelu ravinnon kulttuurisessa jäsentämisessä (27, 28).

Ravitsemustieteeseen pohjautuvassa puhetavassa korostuvat usein asiantuntijuus ja tutkimukset sekä erilaiset instituutiot. Näihin vetoamalla tuotetaan auktoriteettiin ja valtaan liittyviä mielikuvia. Edellä olevassa katkelmassa viitataan FAO:n ja WHO:n asiantuntijayhteenvetoihin sekä tieteellisiin tutkimuksiin. Sanavalinnat korostavat näkökulmaa tyydyttyneiden rasvojen haitallisista vaikutuksista. Esimerkiksi lausumat ”kiistatta suurentaa”, ”osoittaa vakuuttavasti” ja ”todistaa pitävästi” esiintyvät sairausriskin yhteydessä, kun kuvataan tyydyttyneiden rasvojen vaikutuksia sydänsairauksille. Sen sijaan kirjoittaessaan pehmeiden rasvojen myönteisistä vaikutuksista sydänkuolleisuuden laskuun, kirjoittaja esittää väitteen lausumalla ”näyttäisi osin johtuvan”. Kirjoittajan valinta korostaa tällöin tyydyttyneiden rasvojen sairausriskiä. Nämä riskit liitetään usein yksittäisiin elintarvikkeisiin kuten voihin tai muihin eläinrasvoihin.

Sairausriskin korostaminen esiintyy usein asiantuntijapuheessa, mutta myös maallikot liittävät tyydyttyneet rasvat sairausriskiin muodostaessaan kuvauksia ravinnon rasvoista. Niva ja Piironen (29) vertailivat maallikoiden ja asiantuntijoiden puhetta terveellisestä ruokavaliosta ja havaitsivat myös maallikoiden kuvailevan terveellistä ruokavaliota ravitsemussuosittelun mukai-

sesti. Tällöin terveellinen ravitsemus näyttäytyi usein erilaisten elintarvikkeiden välttämisenä ja luokittelemisena pahoiksi. (29.) Ravitsemussuosittelun mukaisia määritelmiä terveellisestä ruoasta voidaan siten pitää hegemonisina eli vallalla olevina ja vakiintuneina käsityksinä terveellisestä yömisestä (30).

Ravitsemustieteeseen pohjautuvan puhetavan omaksumista maallikkopuheeseen oli havaittavissa myös tämän tutkimuksen aineistossa (esim. ”Pitääkö muka alkaa taas käyttää voita?” HS 29.3.2010). Ravinnon rasvoihin liittyvät puhetavat eivät siten liity yksittäisiin toimijoihin, vaan kulttuurista merkitysvarantoa voivat hyödyntää kaikki rasvasta keskustelevat parhaaksi katsomallaan tavalla.

Riskien lisäksi ravitsemustieteeseen pohjautuvassa puhetavassa korostuu usein tyydyttymättömien rasvojen kuten rypsiöljyn sairausriskiä pienentävä ja terveyttä edistävä vaikutus. HS:n yleisönosastolla julkaistussa mielipidekirjoituksessa kirjoitetaan tyydyttymättömien rasvojen terveydelle edullisista ominaisuuksista seuraavaa:

”... kaikki kasviöljyt sisältävät omega-6-rasvoja. Ne ovat osa kasviöljyjen pehmeää rasvaa, joka sydän- ja verisuonitautien riskitekijöitä tutkittaessa on todettu terveydelle edulliseksi. Rypsiöljyn tekee erityisen terveelliseksi sen sisältämä omega-3-rasva (alfalinoleeni-happo), jota öljyssä on noin kymmenen prosenttia. Määrä on yli kaksikymmentä kertaa enemmän kuin voissa, laardissa tai oliiviöljyssä. ... Myös margariini, joka valmistetaan rypsiöljystä sisältää omega-3-rasvaa ja E-vitamiinia. ... Voi, luomutäysmaito tai tavallinen maito, laardi ja ihra eivät ole sen lähteitä ruuassa.” (“Rypsiöljy on terveydelle edullista” HS 18.3.2011)

Kirjoituksessa tyydyttymättömille rasvoille muodostuu merkitys terveyden lähteenä, muun muassa korostamalla rypsiöljyn sisältämiä terveydelle edullisia rasvahappoja ja antioksidantteja. Aineistokatkelman lopussa luodaan lisäksi jännite tai rajanveto hyvän ja pahan rasvan välille. Artikkelin vastaus kolumniin, jossa parjattiin rypsiöljyä väittäen sitä epäterveelliseksi verrattuna voihin ja laardiin (“Rasvamörkö pelottaa” HS 17.3.2011).

Terveystieteiden tuottaman tiedon taustalla vaikuttavat useat eri toimijat. Terveystiedotteita tutkinut Järvi (31) jakaa terveystiedontuottajat neljään ryhmään: yksityinen sektori, tutkimus, järjestöt ja julkinen terveydenhuolto. Näillä ryhmillä on usein erilaiset intressit tiedon tuotta-

misessa ja yhteiskunnallisessa vaikuttamisessa, jolloin mediassa esiintyvissä terveyttä käsittelevissä artikkeleissa esiintyy erilaisia taustaoletuksia (31). Toimijoista erityisesti tutkimus-, järjestö- ja julkisen terveydenhuollon tuottama tieto välittyy usein myös ravitsemustieteeseen pohjautuvassa puhettavassa rasvakeskustelun yhteydessä.

RAVINNON RASVAT JA YLIPAINO

2000-luvulla julkisuudessa käyty laajamittainen keskustelu ylipainosta ja lihavuudesta on kolmas asia, joka nousee esiin tarkasteltaessa rasvakeskustelussa esiintyvää ravitsemustieteeseen pohjautuvaa puhettavaa. Mediassa ylipainon ja lihavuuden välille ei usein tehdä selvää eroa. WHO:n luokituksen mukaan ylipaino on määritelty kehon painoindeksin mukaisesti BMI 25–29 ja lihavuuden rajaksi on asetettu BMI 30. Tautiluokituksessa lihavuus määritellään sairaudeksi ja ylipaino sairauden riskitekijäksi. Määrittelyssä käytetään painoindeksin lisäksi myös muita tekijöitä kuten vyötärön ympärysmittaa. (32, 33.)

Ravitsemustieteeseen pohjautuvassa puhettavassa rasvat kuvataan yleisesti lihottavina ravintoaineina. Seuraavan aineistokatkelman lopussa HS:n artikkeliin haastateltu lääkäri puhuu lasten ylipainosta ja ravitsemuksen epäkohdista. Artikkelin käsittelee Kuopiossa toteutetun terveellisiä elämäntapoja tarkastelevan tutkimuksen tuloksia:

”Tulokset viittaavat siihen, että osalla ylipainoisista lapsista on jo metabolinen oireyhtymä. Heillä on kohonnut riski sairastua kaksoitetyypin diabetekseen ja sydän- ja verisuonitauteihin. ... Lasten ravinnossa todettiin epäkohtia, myös normaalipainoisten. Keskimäärin lapset saavat liikaa kovaa rasvaa, liian vähän pehmeää rasvaa. Liian paljon suolaa ja sokeria, liian vähän kuitua ja D-vitamiinia...” (”Kuopiolaistutkimus: Lähes viidesosa ekaluokkalaisista on ylipainoisia” HS 26.4.2010)

Kirjoituksessa ravitsemuksen roolia pohditaan sairausriskin näkökulmasta. Kovat rasvat liitetään näihin riskeihin. Ylipaino ei itsessään ole sairaus, mutta ravitsemustieteeseen pohjautuvassa puhettavassa se yhdistetään sairauksien syntyyn. Deborah Lupton ja Simon Chapman (34) ovat osoittaneet, että myös maallikoiden puheissa ylipaino voidaan nähdä merkinä korkeasta kolesterolista ja näin ollen kohonneesta sairausriskistä. Johanna Mäkelä ja Mari Niva (35) puolestaan esittävät, että yhteiskunnan näkökulmasta

ihannekansalainen on hoikka, jolloin ylipainoon liitetyt riskit tuottavat mielikuvaa sairaudesta, vaikka henkilö olisi terve.

”ANTAKAA MEIDÄN SYÖDÄ TERVEELLISESTI ÄLKÄÄKÄ SYYLLISTÄKÖ MEITÄ SIITÄ?” – KRIITTINEN PUHETAPA

Edellä esiteltyä ravitsemustieteeseen pohjautuvaa puhettavaa vastaan rasvakeskustelussa asettuu kriittinen diskurssi, jossa tyydyttyneet rasvat luokitellaan terveelliseksi ravinnoksi. Kriittinen puhetapa järjestyy rasvojen terveystieteiden ja ravitsemusvalistuksen kriittisen tarkastelun ympärille. Se esiintyy usein puhuttaessa vähähiilihydraattisesta ruokavaliosta, mutta ei rajoitu tähän hiilihydraattikeskusteluun. Kriittistä puhettavaa edustavissa kirjoituksissa rasvojen merkitykset rakentuvat tyyppillisesti luonnollinen-keinotekoinen -vastinparin kautta.

RISKI- JA TIEDEKRIITTISYYS RASVAKESKUSTELUSSA

Rasvakeskustelussa kriittinen puhetapa näyttää tyydyttymissuosituksen kyseenalaistamisena ja yleisenä kriittisenä suhtautumisena väitteisiin rasvojen terveystieteistä. Seuraavassa katkelmassa vaaditaan tieteellistä näyttöä tyydyttyneiden rasvojen haitallisuudesta ja kritisoidaan samalla ravitsemus- ja terveystiedettä:

”... Yhdysvalloissa rahoitettiin sadoilla miljoonilla dollareilla viittä tutkimusta. Niissä pyrittiin osoittamaan, että rasva, lähinnä tyydyttynyt eläinrasva, aiheuttaisi sydäntautia ja kuolleisuutta. Tulokset. Mutta sitten ”ratkaisevaksi muodostui kuudes tutkimus, jossa havaittiin, että kolesterolin alentaminen lääkkeillä vähensi sydänsairauksia”. Kuudes tutkimus ei siis laisinkaan koskenut rasvan kulutusta ja sydäntauteja vaan kolesterolin alentamista lääkkeillä! Siitä kuitenkin pääteltiin: tyydyttynyt rasva pois ja sydän terveeksi. ... en vielä ole nähnyt peliä, jossa 5-1-tuloksella yhden maalin vippaskonstilla tehnyt joukkue voittaisi. Näin voikin edellä esitetyn esimerkin valossa tapahtua vain ravitsemus- ja terveystieteessä” ja ravitsemuspolitiikassa.” (”Ravitsemuspoliittisilta päätöksiltä pitää odottaa tieteellistä näyttöä” HS 1.10.2010)

Kriittisen puhettavan yhteydessä ravitsemustiede esitetään usein valinnan vapautta rajoittavana ja tutkimustietoa vääristelevänä toimijana. Tämä näkyy edellisessä katkelmassa: ravitsemus- ja terveystiede kuvataan muuttumattomaksi paradig-

2 ”Karpptaaminen ei ole ensi sijassa laihdutuskeino” HS 4.11.2011

maksi, missä ”vippaskonsteilla” saavutetaan ennalta päätettyjä ja haluttuja lopputuloksia.

Rasvojen terveysvaikutukset esitetään kriittisessä puhetavassa korostamalla ravitsemussuosituksista poikkeavia tutkimustuloksia. HS:n kolumnissa Rasvamörkö pelottaa kirjoitetaan seuraavasti:

”Amerikkalaisen rasvatutkijan Mary Enigin mukaan ravinnosta pitäisi saada omega-3- ja -6-rasvoja suhteessa yksi yhteen, jotta solut toimisivat oikein. Nyt suhde on yksi kahteenkymmeneen omegakutosen hyväksi! Epäsuhda aiheuttaa tulehduksia, allergioita ja suonten kovettumista. ... Omegakolmesta saa vilikalasta sekä riistasta. Luonnonravintoa syöneistä eläimistä siis. Laidunsyötetystä karjasta. Luomutäysmaidosta ja -voista. Liiallista omegakutosta saa rypsi- ja auringonkukkaöljystä ja soijasta, joita meitä kehoitetaan syömään yhä enemmän. Siis kehoitetaan altistumaan tulehduksille ja allergioille. ... ”Terveelliset” margariinit saattavat olla nykyikäisen sydäntautiepidemian syy. Muutaman vanhentuneen tutkimuksen vuoksi hyvistä eläinrasvoista on luovuttu ruokateollisuuden intressien vuoksi. Vai löytyykö lähikaupasta sydänterveen maatalousmaan sapskaa: laardia ja ihraa? Teollisena aikana sydänsairaudet, ylipaino ja masennus ovat kansantauteja. Turhasta pannasta nostettu voi joutuu kärvis-telemään hyllyssä ”terveysvaikutteisten” teollisten sotkujen vieressä.” (”Rasvamörkö pelottaa” HS 17.3.2011)

Aineistokatkelmassa rasvoja koskevat tieteelliset tutkimukset esitetään vanhentuneina, mikä edustaa tiedekriittistä näkemystä. Kirjoittaja uusintaa rasvojen hyvä-paha -jaottelun vihjaamalla margariinin olevan sydäntautiepidemian taustalla. Tämä tapahtuu kääntämällä rasvojen jaottelun merkitykset vastakkaisiksi ravitsemustieteeseen pohjautuvaan puhetapaan verrattuna.

Kriittisessä puhetavassa ruoan terveellisyys syntyy luonnonmukaisista ruoista, kuten edellisestä katkelmasta käy ilmi. Rasvojen merkitykset määrittävät tällöin puhtauden ja luonnollisuuden arvojen kautta, jolloin esimerkiksi voi ja oliiviöljy nähdään terveyden kannalta edullisina rasvoina. Aikaisemmissa tutkimuksissa on osoitettu, että myös maallikoiden puheessa terveellisyys määrittyy monesti luonnollisuus-keinotekoinen akselilla. Luonnolliseksi koettu voi määrittäyty terveelliseksi verrattuna keinotekoiseksi koettuun margariiniin (29, 36).

VÄHÄHIILIHIDRAATTINEN RUOKAVALIO JA RASVAT

Kriittinen puhetapa esiintyy usein karppaus-ruokavalion yhteydessä, jossa rasvaista lihaa ja voita pidetään terveydelle edullisimpina vaihtoehtoina. Vähähiilihydraattisen ruokavalion edustajien käyttäessä kriittistä puhetapaa eläinrasvoista luodaan kuvaa terveellisenä ravintona, jota tulisi syödä enemmän. Tällöin sairausriski liitetään hiilihydraatteihin ja erityisesti nopeisiin hiilihydraatteihin, kuten valkoinen vilja ja sokeri. HS:n artikkelissa Karppaus voi pienentää ruokalaskua toimittaja haastattelee karppaavaa perhettä:

”... ’Emme osta filettä tai muita vähärasvaisia ja kalliita ruhonosia, koska ne sisältävät pelkkää proteiinia. Mitä rasvaisempaa lihaa, sitä parempaa se on ruokavalion kannalta. Idea on korvata hiilihydraatteja rasvalla’, ... Maitopuolelta kelpuutetaan pakettillinen voita, joka on yksi hurjimmin kallistuneista elintarvikkeista. ... ’Voi on yhä hyvin edullista laatuunsa nähden’...” (”Karppaus voi pienentää ruokalaskua” HS 1.11.2011)

Kriittisessä puhetavassa rasvojen merkitykset muodostuvat vastakkaisiksi verrattuna ravitsemustieteeseen pohjautuvaan puhetapaan. Esimerkiksi edellisessä aineistokatkelmassa rasvaista lihaa pidetään ruokavalion kannalta parempana kuin vähärasvaista.

Erkki Karvosen (16) mukaan mediassa rasvojen merkitykset muodostuvat elämän ja kuoleman kautta, jolloin karppauksen ja ravitsemussuosittelun välisessä dialogissa rasvojen merkitykset vaihtavat paikkaa. Vähähiilihydraattista ruokavaliota (VHH) puolustavissa puheissa nämä merkitykset määrittävät siten, että margariini nähdään keinotekoisena symboloiden kuolemaa. Voi nähdään sen sijaan aitona luonnontuotteena, joka on terveellinen ja merkitsee elämää. (16, 36.) Luonnollisten rasvojen korostaminen terveyden kannalta edullisimpina esiintyy kriittisen puhetavan yhteydessä riippumatta kirjoittajan suhteesta VHH-ruokavalioon.

Internetin rasvakeskustelua tutkineen Mikko Jauhon (15, myös 17) mukaan VHH-ruokavaliota edustavien puheet voidaan jakaa kahteen tyyppiin. Ensimmäinen kritisoi ravitsemussuosittelun taustalla olevaa tutkimusnäyttöä sekä epäilee sitä esittäneiden ja suosituksia laatineiden tutkijoiden riippumattomuutta (ks. ed. alaluku). Toinen VHH-ruokavalioon liittyvä puhetapa taas vetoaa omiin myönteisiin kokemuksiin.

Seuraavassa mielipidekirjoituksessa tämä näkökulma tulee esille, kun kirjoittaja nostaa keskusteluun terveyden yksilölliset vaihtelut:

”Nyt kun karppaaminen on muodissa, voin vuosia sitten asiaan ”hurahtaneena” kommentoida asiaa. Karppaaminen ei ole useimmille asiaan vihkiytyneille ensisijaisesti laihdutuskeino, vaan keino voida paremmin kuin ennen. Laihtuminen tulee usein kaupan päälle. ... Keskusteluissa unohdetaan aina, että me olemme yksilöitä. Samat säännöt eivät päde kaikkien aineenvaihduntaan. Yhdellä kolesterolitaso nousee vaaralliselle tasolle voin syönnistä, toisella ei tapahdu mitään. Yksi lihoo samalla suhteellisella kalorimäärällä ja kulutuksella kaksi, toinen viisi kiloa. Antakaa meidän syödä terveellisesti älkääkää syyllistääkö meitä siitä. Nyt olisi aika aloittaa muutaman tuhannen ihmisen vertailevat tutkimukset pariaksi seuraavaksi vuosikymmeneksi. Lähteekö liha- vai viljateollisuus maksajaksi? Mieluummin molemmat.” (”Karppaaminen ei ole ensi sijassa laihdutuskeino” HS 4.11.2011)

Kirjoituksessa nostetaan huomion kohteeksi voi ja korostetaan, kuinka yksilöllisiä sen vaikutukset ovat kolesteroliarvoihin ja terveyteen. Kirjoittaja painottaa yksilöiden aineenvaihdunnan eroja ja toivoo lisää tutkimusta erilaisista ruokavaliosta.

Kriittisyys ravitsemusvalistusta kohtaan ja yksilön kokemusten korostaminen väestötasolla mitattua terveellisyyttä vastaan muodostavat kriittisen puhettavan yleisimmät tunnuspiirteet. Kriittisessä puhettavassa rasvojen merkitykset määrittävät päinvastoin kuin ravitsemustieteen pohjautuvassa puhettavassa, jolloin tyydyttyneet rasvat merkitsevät terveyttä ja tyydyttymättömät rasvat kategorisoidaan pahoiksi. Rajanveto ei kuitenkaan ole näin yksinkertainen vaan rasvojen merkitykset muodostuvat usein luonnollinen-keinotekoinen akselilla.

”TERVEELLISYYS TULEE KYLLÄ SIINÄ SIVUSSA?”

– MAKUUN JA NAUTINTOON LIITTYVÄ PUHETAPA

Ravitsemustieteen pohjautuvan ja kriittisen lisäksi aineistosta tunnistettiin kolmas rasvojen kulttuurista jäsentymistä kuvaava puhetapa. Tämä puhetapa keskittyy rasvojen makuun ja nautinnon tuomaan mielihyvään. Makuun ja nautintoon liittyvässä puhettavassa terveys liitetään henkiseen hyvinvointiin, kun riski- ja ter-

veyspuheessa huomio puolestaan kiinnittyy rasvojen fysiologisiin vaikutuksiin.

AITOUS JA LUONNOLLISUUS NAUTINNON LÄHTEENÄ

Nautintoon ja makuun keskittyvässä puhettavassa erityisesti tyydyttyneet rasvat nähdään nautinnon lähteenä. Sidos ruokaan ja ravinnon rasvoihin tulkitaan hedonistisesta eli mielihyvää tuottavasta näkökulmasta, jolloin rasvat järjestetään kulinaarisen kehyksen sisällä. Voi nähdään tällaisessa tulkinnassa margariinia parempana vaihtoehtona. Lisäksi makuun liittyvät merkitykset korostuvat ravinnon rasvojen ja terveyden dialogissa. HS:n kulttuuritoimittaja kirjoittaa ruokasivuilla julkaistussa artikkelissaan Syömisen taito seuraavasti:

”Katselen marketin levitehyllä. ... mietin ankarasti. Kasvi- vai eläinkuntaa? 30 vai 60 prosenttia? Entä maku? Viimeistään Hanna Leivonniemen Rasvakapina-kirjoituksen (Suomen Kuvalehti 10/2011) luettuani olen ymmälläni, ja niin tuntuvat olevan monet muutkin. Yksi tutkija kiroaa eläinrasvat. Toinen sanoo, ettei niiden ja sydänkuolleisuuden suhde olekaan selvä. ... Minä olen alkanut luottaa itseeni. Mietin, mikä tuntuu ja maistuu hyvältä ja mitä on syöty jo sukupolvina. Lisäksi luen tarkkaan, mitä kirjoittavat asian tuntijat, jotka pitävät hyvästä ruuasta. Yksi heistä on debattia kaihtamaton lääkäri Antti Heikkilä, jonka vähähiilihydraattisia keittokirjoja kannattaa kenen tahansa testata. ... Teen niin kuin isoäitini. Otan joka ilta nokareen huoneenlämpöön ja levitän sitten aamulla leivälleni - päivän ainoalle - ihan ohuen, maukkaan kerroksen.” (”Syömisen taito” HS 31.3.2011)

Kirjoittaja päätyy pohdinnoissaan nostamaan tärkeimmäksi kriteerikseen rasvojen maun. Edellä esitetystä aineistokatkelmassa korostetaan vain maun merkitystä, ja tuodaan esille perinteet viittaamalla isoäitiin. Tällaista nostalgista perinteiden korostamista on havaittu myös lähiruoan kuluttajien tulkinnoissa maistuvasta ja hyvästä ruoasta. Kuvauksissa ”oikeanlainen” maku liittyy mielikuviin entisajoista, jolloin ruoka oli aitoa ja maistui paremmalta. (37.)

Makuun ja nautintoon liittyvässä puhettavassa huomio kiinnittyy maun ja perinteikkyyden lisäksi usein myös ruoan aitouteen ja luonnollisuuteen. Kuten kriittisessä puhettavassa, rasvojen paremmuus määrittyy tällöin niiden luonnollisuuden perusteella. Usein tämä tarkoittaa vain ja tyydyttyneiden eläinrasvojen korostamista aitoi-

3 ”Suomalaisessa ruokakeskustelussa terveellisyys on makua tärkeämpää” Helsingin Sanomat 27.9.2010

na ja luonnollisina rasvoina. Poikkeuksen tekee kuitenkin tyydyttymättömiin kasvirasvoihin kuuluva oliiviöljy, joka nähdään luonnollisena ja maukkaana terveysrasvana. Toisin kuin kriittisessä puhetavassa, tässä puhetavassa rasvojen aitous ja luonnollisuus eivät määritä niiden terveellisyyttä, vaan niiden nähdään tuovan hyvää makua. Ruoan maun nähdään syntyvän aidoista raaka-aineista, joita pitää osata käyttää ”oikein”:

”...’Rasvakeskustelu on kuin sota - samantyyppistä kuin alkoholin suhteen. Henkilökohtaisesti ajattelen, että kohtuus kaikessa. Mikään ei ole ehdottomasti paha tai hyvää, täytyy löytää sopiva tasapaino.’ Kevyttuotteista hänellä ei ole hyvää sanottavaa. ’Käytännössä kevyttuotteet antavat luvan syödä enemmän. Oikeita kevyttuotteita ovat salaattit, hedelmät ja vihannekset.’ Hyvän ruoan ystävä käyttää voita ja sianrasvaa saadakseen tiettyihin ruokalajeihin oikean maun. ’Poronkäristykseen käytän ihraa, silakat ja muikut täytyy ehdottomasti paistaa voissa. Muuten käytän ruoanlaitossa kasviöljyjä.’...” (”Paistinkääntäjä nautiskelee kohtuudella” HS 23.9.2010)

Rasvojen rooli ”oikeanlaisen” maun tuojana esitetään tarkkaan valitulla perustelulla hyvän ruoan ystävänä. Muikut voidaan paistaa myös margariinissa, mutta ollakseen hyvän ruoan ystävä, tulee ruoanlaittorasva osata valita oikein (Vrt. 38). Perinteisiin ruokiin tulee saada autenttinen maku, joka syntyy oikeista raaka-aineista. Tällainen oikean maun saavuttaminen vaatii eräänlaista ”kulttuuristen merkitysten maistamista”.

Stiles, Özlem ja Bell (39) kirjoittavat ruoan aitouden yhteydessä maun haamuista, joilla he tarkoittavat symbolisten merkityssuhteiden tärkeyttä ruoan maun syntymisessä. He kuvailevat näitä haamuja erilaisiksi siteiksi ihmisten ja ruoan välillä. Ruokaan liitetään sosiaalisia merkitysrakenteita, jotka eivät pelkästään luo mielikuvia, vaan myös ”maistuvat” ruoassa (39). Tällöin esimerkiksi edellä esitetyssä aineistokatkelmassa kuvailtu oikeanlainen maku syntyy kulttuurisesti koetusta autenttisuudesta. Voin epäterveellisyyden tunnustavat ihmiset saattavat kokea joidenkin raaka-aineiden suorastaan ”vaativan” voissa paistamista (38).

Edellisissä aineistokatelmissa kirjoittajat korostivat maukkaiden rasvojen myönteisiä ominaisuuksia. Vastaavasti mauttomuus nähdään makua ja nautintoa korostavassa puhetavassa rasvojen kielteisenä ominaisuutena. Edellä kuvatussa artikkelissa haastateltava määritteli kevyttuotteet huonoina painonhallinnan näkökulmasta. Seu-

raavassa esimerkissä keskitytään kevyttuotteiden makuun:

”Juusto on nisäkkään tissistä puristetusta maidosta juoksuttimen avulla tehty täyteläisen pehmeä, rasvainen täysruoka. Vuosituhansien aikana se on kehittynyt loputtoman monimuotoiseksi herkuksi. Kevytjuusto on osin samoista raaka-aineista vedellä ja tärkkelyksellä jatkettu väritön, iloton, hajuton, pahantuulinen ja käyttökelvoton ’terveysruoka’.” (”Elä keveämmin, nopeammin, pitempään!” HS 21.1.2010)

Aineistokatkelmassa annetaan täystyrmäys ”pahantuulisille” kevytjuustoille. Kirjoituksessa terveysruoka ja herkullinen ruoka asetetaan vastakkain, jolloin täysrasvainen juusto nähdään nautintoa tuovana aitona ruokana. Perinteikkyyden koetaan monesti arvona, jota tulee suojella uutuuden edessä (27). Tällöin merkitykset syntyvät aitouden korostamisen kautta. Makuun ja nautintoon liittyvä puhetapa perustuu aidon, perinteisen ja luonnollisen ruoan tuottaman mielihyvän lähteille. Kevyt ja rasvaton nähdään epäaitona verrattuna rasvaiseen, täyteläiseen ja herkulliseen ruokaan.

RASVAT, MIELIHYVÄ JA HENKINEN HYVINVOINTI

Ravitsemustieteeseen pohjautuvassa ja kriittisessä puhetavassa rasvojen ja terveyden välinen dialogi yhdistyy fyysiseen terveyteen. Nautintoa ja makua korostavassa puhetavassa fyysisen terveyden rinnalle nostetaan psyykinen terveys, jolloin makunautinnosta aiheutuvan mielihyvän nähdään lisäävän henkistä hyvinvointia. Tällaisessa makunautintoa korostavassa puhetavassa psyykkisestä hyvinvoinnista seuraa myös fyysistä terveyttä:

”Keskitytäänpä makuun. Tarjotaan vieraillemme herkullista Suomi-ruokaa, opetetaan lapsemme nauttimaan ruoan mausta tekemällä sitä itse ja keskittymällä kouluissa myös makuun (ei pelkästään suolan, rasvan ja hinnan vähentämiseen), vaaditaan teollisuudeltakin aitoa makua E-viidakon sijaan ja kysytään, kumpi maistuu paremmalta: voi vai margariini. Terveellisyys tulee kyllä siinä sivussa, lupaan sen. Kun ruokailevalla seurueella on hymy herkässä makuelämysten ansiosta, on keskustelusta toistaiseksi unohtunut ruoan psyykevaikutuskin hallussa.” (”Suomalaisessa ruokakeskustelussa terveellisyys on makua tärkeämpää” HS 27.9.2010)

Edellä esitetyssä puheenvuorossa korostetaan psyykkistä hyvinvointia vetoamalla lukijaan mielikuvalla hymyilevästä seurueesta. Ravitsemustie-

teeseen pohjautuvassa ja kriittisessä puhetavassa vastakkain asetetaan rasvojen hyödylliset ja haitalliset vaikutukset terveyteen. Makua ja nautintoa korostavassa puhetavassa vertailu kohdistuu puolestaan ruoan makuun. Rasvat saavat uuden merkityksen nautinnon ja henkisen hyvinvoinnin lähteenä. Näin otetaan etäisyyttä perinteiseen ravinnon terveellisyyspuheeseen, jossa ruoan fysiologiset vaikutukset hallitsevat keskustelua.

Terveyden ja nautinnon välinen kulttuurinen jännite on syvään juurtunut vastakkainasettelu, joka esiintyy usein puhuttaessa ruoasta (27, 28). Tämä näkyy myös makuun ja nautintoon liittyvässä puhetavassa turhautumisena terveystalutuksesta aiheutuvaa ahdistusta kohtaan. Terveellisyyden ja nautinnon välinen jännite aiheuttaa syyllisyyden tunteen, joka seuraa terveystalutuksen näkökulmasta vääristä ruokavalinnoista:

”Kun lapselle tarjotaan hyvää ruokaa, voissa paistettuja muikkuja, kermalla terästettyä perunamuusia, karjalanpaistia, jäätelöä ja kermavaahtoa, hän hyppii ja pomppii, heiluttaa käsiään täynnä mielihyvää. Reaktio on aito ja rehellinen, ihmisyden syvimmästä sopukasta, vailla terveystalutuksen aiheuttamaa syyllisyyttä. ... Hiilihydraatti-rasvakeskustelu olettaa ihmisen olevan vain molekyyliä prosessoiva kone. Tällainen ajattelu on ihmisyden herjaamista. Sohvalla maattessasi ja pohtiessasi transrasvojen pahuutta ja pimeälle puolelle kääntyneitä kolesterolimolekyyliä kuolet aivan varmasti ennemmin tai myöhemmin. ... Koska ruokailu on psykofyysinen ja jopa hengellinen tapahtuma, on oman kehon raiskaaminen kevytjuustoilla varmasti syntiä mitä suurimmassa määrin. ... Kansallisen hyvinvoinnin, kulttuuriperintömme, ihmisyden kunnioittamisen ja lastemme takia toivoisin työryhmää pohtimaan kevytuotteiden täyskieltoa.” (”Lapsikin tietää, että hyvä ruoka tekee hyvää” HS 4.10.2010)

Aineistokatkelmassa korostuu halun ja tarpeen välinen vastakkainasettelu. Kirjoittaja tuo esille kuinka lapsi, joka ei ole vielä altistunut terveystalutukselle, voi estoitta nauttia hyvän ja maukkaan ruoan tuomasta mielihyvästä. Sen sijaan huonoista ruokailutottumuksista valistettu aikuinen ei voi nauttia maukkaasta ja rasvaisesta ruoasta. Tällöin moraalinen pohdinta hyvien ja huonojen valintojen välillä aiheuttaa syyllisyyden tunteen, joka estää nauttimasta makuun ja perinteisiin perustuvien ruokavalintojen tuomasta mielihyvästä. Kirjoittaja tulkitsee ruoan psykisen terveyden näkökulmasta nautinnon lähteenä, ja

rasvan vähentämiselle annetaan syntinen merkitys. Lisäksi terveystalutus tuodaan esille yksilöä syyllistävänä ja valinnanvapautta rajoittavana instituutiona. Tällaista puhetta yksilön vapauden rajoittamisesta ja turhautumista terveystalutusta kohtaan esiintyy usein maallikoiden puhuessa terveellisestä ruoasta (34).

Makuun ja nautintoon liittyvässä puhetavassa korostetaan halua ja valinnanvapautta, kun taas terveystalutusta korostava puhe ottaa lähtökohdakseen ihmisen fysiologiset tarpeet. Kulutuskulttuurissa esiintyy usein tällaista retorista vastakkainasettelua. Tarpeeseen perustuva kulutus on ollut yhteiskunnassa hyväksyttävää, ja tarvepohjaisia kulutusvalintoja pidetään muita useammin oikeutettuina (40). Sen sijaan haluun perustuvassa puheessa joudutaan usein esittämään jonkinlainen moraalista oikeutusta tai yleistä hyväksyttävyyttä tukeva perustelu. Ruoan makuun liittyvässä tapauksessa se on mielihyvän tuottama henkinen ja viime kädessä fyysinenkin hyvinvointi.

JOHTOPÄÄTÖKSET – RAVINNON RASVOIHIN LIITTYVÄT KULTTUURISUUS RAJANVEDOT HELSINGIN SANOMISSA

Terveyteen liittyvä keskustelu on saanut tilaa mediassa 2010-luvulla, ja erityisesti ruoka ja sen vaikutukset terveyteen herättävät tunteita. Keskustelut rasvoista ja vähähiilihydraattisesta ruokavaliosta saivat runsaasti tilaa tiedotusvälineissä (17). Näin ollen lähes kaikki suomalaiset olivat tietoisia karppauksesta keväällä 2012 (41). Rasvakeskustelu on ajoittain kiivasta ja keskustelussa korostuvat usein ääripäät. Tämän päivän riskiyhteiskunnassa monet asiat ovat riistäytyneet yksilön hallinnasta, minkä vuoksi yksilölliset valinnat korostuvat usein yksilön terveyden ja ravitsemuksen yhteydessä (42). Ravitsemus on läheinen asia kaikille, sillä jokaisella keskusteluun osallistuvalla on henkilökohtainen suhteensa ruokaan.

Tekemämme tulkinnan mukaan rasvakeskustelu HS:ssa jäsentyy ravitsemustieteeseen pohjautuvan, kriittisen sekä makuun ja nautintoon liittyvän puhettavan ympärille (Taulukko 1). Puhettavien tulkintaan sovellettiin Norman Fairclough'n kriittistä diskurssianalyysia (24–26) painottaen kulttuuristen merkitysten tuottamisen tapoja. Rasvakeskustelun osanottajat muodostavat ravinnon rasvojen merkityksiä erilaisten vastakkainasettelujen kautta. Nämä voidaan nähdä ritualistisina rajanvetoina, jotka ohjaavat ruokakäytäntöjä (43).

Ravitsemustieteeseen pohjautuvassa puheta-
vassa rasvat määritellään terveyttä edistäviin ja
terveydelle haitallisiin. Tämä puhetapa tiivistyy
kolmeen keskeiseen tekijään: tyydyttyneiden ras-
vojen terveysriskeihin, tyydyttymättömien rasvo-
jen terveyshyötyihin sekä rasvojen korkean ener-
giatiheyden aiheuttamaan lihomiseen. Lihavuus
esitetään yleisemminkin sanomalehdissä usein
terveyttä uhkaavana ja vaarallisena tekijänä (14,
44, 45). Suomalaisen median rasvapuhetta tutki-
nut Erkki Karvonen (16) on kärjistänyt asian
niin, että tyydyttymättömät rasvat symboloivat
tyypillisesti elämää ja tyydyttyneet rasvat kuole-
maa.

Ravitsemustieteeseen pohjautuva puhetapa
vetoaa tieteellisen tutkimuksen ja asiantuntijuu-
den kautta muodostuneeseen vakiintuneeseen
käsitukseen terveellisestä ravitsemuksesta. Tätä
puhetapaa käyttävät usein asiantuntijat, mutta
myös maallikot ovat omaksuneet sen.

Ravitsemustieteeseen pohjautuvaa puhetapaa
vastaan rasvakeskustelussa asettuu kriittinen pu-
hetapa, jossa edellä esitetyt merkitykset muodos-
tuvat päinvastaisiksi. Kriittisessä puhetavassa
hyvien ja huonojen rasvojen luokittelu tapahtuu
usein luonnollisen ja keinotekoisien välillä. Täl-
löin voi ja eläinrasvat määrittyvät terveellisiksi
rasvoiksi, joita tulee suosia ruokavaliossa. Luon-
nollisen vastakohtaksi määrittyvät keinotekoiset
pitkälle prosessoidut rasvat kuten margariini.

Kriittinen puhetapa esiintyy usein vähähiilihyd-
raattisen ruokavalion yhteydessä, mutta se ei ra-
joitu pelkästään tätä ruokavaliota edustavien
puheisiin. Kriittisessä puhetavassa korostetaan
luonnollisen ravinnon lisäksi yksilöllistä terveyttä
ja oman kehon kuuntelemista (Vrt. 15).

Aineistosta tunnistettiin lisäksi makuun ja
nautintoon liittyvä puhetapa, jossa korostetaan
rasvojen makua ja siitä syntyvää mielihyvää. Täl-
löin rasvakeskustelua usein hallitseva puhe fyysi-
sistä terveydestä saa rinnalleen ruoan tuottaman
”psykyvaikutuksen”. Nautinnosta nähdään syn-
tyvän henkistä hyvinvointia, jolloin myös keho
voi paremmin. Makuun ja nautintoon liittyvässä
puhetavassa merkitykset muodostuvat aitojen ja
luonnollisten rasvojen tuottaman mielihyvän
kautta. Kuvauksissa korostuvat nostalgia ja pe-
rinteikkyyt, jotka liitetään maukkaaseen ruo-
kaan. Erityisesti voita pidetään aitona ja luonnol-
lisena makunautinnon tuojana.

Artikkelin tulokset avaavat jatkokysymyksiä
esitettyjen puhetapojen yleisestä esiintyvyydestä.
On syytä kysyä, kuvaavatko analyysissä esitetyt
merkitysten tuottamisen tavat rasvakeskustelua
myös muissa medioissa tai yleisestikin ihmisten
tavoissa antaa merkityksiä ravinnon rasvoille?

Artikkelissa muodostettu tulkinta rasvakes-
kustelun puhetavoista osoittaa ravinnon rasvojen
kytkeytyvän voimakkaasti keskusteluihin ravitse-
muksesta ja terveydestä. Rasvoilla on myös muita

Taulukko 1.

Ravinnon rasvoihin liittyvät puhetavat Helsingin Sanomissa 2010–2011.

Puhetapa	Ravitsemustieteeseen pohjautuva puhetapa	Kriittinen puhetapa	Makuun ja nautintoon liittyvä puhetapa
Mihin vedotaan	Väestötutkimukset	Yksilöiden kokemukset	Ruokakulttuuri
Vastinparit	Terveelliset rasvat vs. epäterveelliset rasvat	Luonnolliset rasvat vs. keinotekoiset ja prosessoidut rasvat	Aidot rasvat vs. epäaidot rasvat
Keskeisiä piirteitä	Tutkijat ja asiantuntijat auktoriteettiasemassa Tyydyttymättömät rasvat terveellisiä Terveyden riskitekijöitä ovat tyydyttyneet rasvat ja lihavuus	Painotus yksilöllisyydessä ja kokemuksissa Valtavirtatutkimuksia kritisoidaan ja poikkeavia tutkimustuloksia nostetaan esille Väestötason suosituksia epäillään	Painotus psyykkisessä hyvinvoinnissa ja terveydessä Mielihyvän ja halun arvostus Ruoanlaittoon liittyvien perinteiden arvostus, nostalgia

merkityksiä. Ne liitetään terveyden lisäksi nostalgiaan, muistoihin, makuun ja nautintoon sekä henkiseen hyvinvointiin. Osittain tästä syystä terveyden edistäjät kohtaavat työssään haasteita, kun monille pelkkä terveys ei riitä ohjaamaan ruokavalintoja. Lisäksi erilaiset luokittelut, vastakkainasettelut ja kulttuuriset rajanvedot ovat

tärkeässä asemassa. Rasvat ja niiden terveysvaikutukset ovat säännöllisesti mediassa esiintyvä teema. Rasvakeskustelun kulttuuriset rajanvedot ja niiden asetelmat muuntunevat tulevaisuudessa niin mediassa kuin akateemisissa keskusteluissa.

Syrjäläinen P, Ryyänen T, Heinonen V, Jauho M, Jallinoja P. Good vs. Bad – The media discourses of dietary fats in the Helsingin Sanomat newspaper 2010–2011

Sosiaalilääketieteellinen aikakauslehti – Journal of Social Medicine 2016;53: 44–57

In this article the public debate of dietary fats is examined from a discourse analytical point of view. The research materials contain altogether 121 articles collected from the Finnish newspaper Helsingin Sanomat published in 2010–2011. The aim of the study is to interpret how culturally constructed meanings of fat are reproduced in the media. The debate of dietary fats is based on three key discourses. The discourse based on nutrition science represents dietary fats by classifying them either good or bad according to the healthiness of the fat. The discourse based on nutrition science rests on the well-established concept of healthy eating defined by expertise and nutrition science. A critical discourse is set against the dis-

course based on nutrition science in the public debate. In the critical discourse the point of view based on nutrition science is turned around by contrasting dietary fats as being either genuine or artificial. The third discourse interpreted from the materials emphasizes consumers' wants and mental well-being over physical health and bodily needs. The discourse of taste and pleasure represents fats as a source of pleasure and culturally "approved" taste. Based on the interpretation, meanings of dietary fats are ambiguous. The meanings of dietary fat are constructed with appropriate juxtapositions and culturally determined boundaries in the media.

KIRJALLISUUS

- (1) Viinisalo M. Ravintorasvoihin liittyvät intressit - rasvakeskustelu ennen II maailmansotaa. Kuluttajatutkimuskeskus keskustelualoitteita 5/93. Helsinki: Kuluttajatutkimuskeskus; 1993.
- (2) Pantzar M. Voin ja margariinin julkinen dialogi Suomessa 1923–1987. Sosiaalilääk Aikak 1992;29:146–55.
- (3) Valtion Ravitsemusneuvottelukunta. Suomalaiset ravitsemussuosituksset - ravinto ja liikunta tasapainoon. Helsinki: Edita Publishing Oy; 2005. Luettu 18.3.2015. <http://www.ravitsemusneuvottelukunta.fi/portal/fi/julkaisut/>
- (4) Valtion Ravitsemusneuvottelukunta. Terveyttä ruoasta - Suomalaiset ravitsemussuosituksset 2014. Helsinki: Juvenes Oy; 2014. Luettu 18.3.2015. <http://www.ravitsemusneuvottelukunta.fi/portal/fi/julkaisut/>
- (5) Nordic Council of Ministers. Nordic Nutrition Recommendations 2012: Integrating nutrition and physical activity. Copenhagen: Nordisk Ministerråd; 2014. Luettu 18.3.2015. <http://dx.doi.org/10.6027/Nord2014-002>
- (6) Keys A. Sepel suonien sairaudet terveydenhuoltokysymyksenä. Duodecim 1956;72:1–13.
- (7) Garrety K. Social worlds, actor-networks and controversy: The case of cholesterol, dietary fat and heart disease. Social Studies of Science 1997;27:727–773.
- (8) Puska P, Vartiainen E, Laatikainen T, Jousilahti P, Paavola M. The North Karelia Project: From North Karelia to National Action. Helsinki: National Institute for Health and Welfare; 2009.
- (9) Oppenheimer G M, Blackburn H, Puska P. From Framingham to North Karelia to U.S. Community-Based Prevention Programs: Negotiating Research Agenda for Coronary Heart Disease in the Second Half of the 20th Century. Public Health Rev 2011;33:450–483.
- (10) Suojanen, A. Suomalaista ravitsemuspolitiikkaa vuosina 1939–1999. Helsinki: Suomen Tiedeseura; 2003, 78–9.
- (11) Aarva P, Lääperi P. Terveystietoriikka pääkirjoituksissa. Helsingin Sanomien ja Aamulehden välittämä kuva terveyden edistämisestä vuosina 2002–2003. Duodecim 2005;121:71–78.
- (12) Niiniluoto I. Ihminen medikalisaation pihdeissä. Duodecim 2003;119:1857–1862.

- (13) Helenius R. Sydämen terveys ja ylituotannon varjo. Sepelvaltimotaudin ehkäisemisestä kansanterveystyön ja ravintorasvapolitiikan avulla. Espoo SVT-lääkärikonsultit; 1995.
- (14) Kyrölä K. Lihavuusvaara! Pelon politiikka ja lihava ruumiillisuus Helsingin Sanomissa. Kirjassa: Kyrölä K, Harjunen H. (toim.) Koolla on väliä. Helsinki: Like; 2007, 49–82.
- (15) Jauho M. Tiedevastaisuutta vai tiedekriittisyyttä? Vähähiilihydraattisen ruokavalion kannattajien käsityksiä asiantuntijuudesta ja tieteellisestä tiedosta. Yhteiskuntapolitiikka 2013;78:365–377.
- (16) Karvonen E. Rasva on elämän ja kuoleman asia. Kirjassa: Kurvinen H. (toim.) Journalismikritiikin vuosikirja 2013. Tampere: Tammerprint; 2013, 27–37.
- (17) Huovila J. ”Kansa ei enää tottele”: Karppaus individualistisen ja universalistisen ravitsemuspuheen ristiaallokossa Helsingin Sanomissa vuosina 2010–2012. Sosiaalilääk Aikak 2014;51:18–31.
- (18) Gunnarsson A, Elam M. Food Fight! The Swedish Low-Carb/High Fat (LCHF) Movement and the Turning of Science Popularisation Against the Scientists. *Science as Culture* 2012;21:315–334.
- (19) Levikkitalasto 2012. Luettu 18.3.2015. <http://mediaauditfinland.fi/wp-content/uploads/2014/05/Levikkitalasto2012.pdf>
- (20) Eriksson P, Kovalainen A. *Qualitative Methods in Business Research*. London: Sage; 2008, 227–37.
- (21) Jokinen A, Juhila K, Suoninen E. Diskurssianalyysi liikkeessä. Tampere: Vastapaino; 1999.
- (22) Ilmonen K. Eräs tie diskurssianalyysiin. Esimerkkinä Chydenius-Instituutin vaikuttavuustutkimus. Kirjassa: Aaltola J, Valli R. (toim.) Ikkunoita tutkimusmetodeihin II. Näkökulmia aloittelevalle tutkijalle tutkimuksen teoreettisiin lähtökohtiin ja analyysimenetelmiin. Jyväskylä: PS-kustannus; 2001, 100–115.
- (23) Jokinen A, Juhila K, Suoninen E. Diskurssianalyysin aakkoset. Tampere: Vastapaino; 1993.
- (24) Fairclough N. *Discourse and Social Change*. Cambridge: Polity; 1992.
- (25) Fairclough N. *Critical Discourse Analysis: The Critical Study of Language*. London: Longman; 1995.
- (26) Fairclough N. Miten media puhuu? Suomentanut Blom V, Hazard K. Tampere: Vastapaino; 1997.
- (27) Warde A. *Consumption, food & taste*. London: Sage; 1997, 55–61.
- (28) Mäkelä J. *Syömis rakenne ja kulttuurinen vaihtelu*. Helsinki: Kuluttajatutkimuskeskus; 2002.
- (29) Niva M, Piironen S. ”Kohtuudella kaikkea”. Maallikot ja asiantuntijat terveellisestä syömisestä. Kirjassa: Leskinen L, Hallman H, Isoniemi M. ym. (toim.) Kuluttajatutkimuskeskuksen vuosikirja 2005. *Vox consumptoris - Kuluttajan ääni*. Helsinki: Kuluttajatutkimuskeskus; 2005, 141–161.
- (30) Niva M. Kuluttajat ja terveysvaikutteiset elintarvikkeet. Ravitsemuksellinen vallankumous? Kirjassa: Mononen T, Silvasti T. (toim.) Hyvä ja paha ruoka. Ruoantuotannon ja kuluttamisen vaikutukset. Helsinki: Gaudeamus; 2012, 112–134.
- (31) Järvi U. Media terveyden lähteillä. Miten sairaus ja terveys rakentuvat 2000-luvun mediassa. *Jyväskylän Studies in Humanities* 150. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto; 2011, 63–4.
- (32) WHO. Obesity: preventing and managing the global epidemic. Report of a WHO consultation. *World Health Organ Tech Rep Ser*. 2000;894:1–253.
- (33) THL. Tautiluokitus ICD-10. Mikkeli: StMichel Print; 2011. Luettu 18.3.2015. <http://urn.fi/URN:NBN:fi-fe201205085423>
- (34) Lupton D, Chapman S. ”A healthy lifestyle might be the death of you”: discourses on diet, cholesterol control and heart disease in the press and among the lay public. *Sociology of Health & Illness* 1995;17:477–494.
- (35) Mäkelä J, Niva M. Muuttuva syöminen – yksilön vastuu ja yhteiskunnan etu. Kirjassa: Lammi M, Niva M, Varjonen J. (toim.) Kuluttuksen liikkeit. Kuluttajatutkimuskeskuksen vuosikirjoja 5. Helsinki: Kuluttajatutkimuskeskus; 2009, 40–65.
- (36) Knight C. “An alliance with mother nature”: Natural food, health and morality in low-carbohydrate diet books. *Food and Foodways* 2012;20:102–122.
- (37) Autio M, Collins R, Wahlen S, Anttila, M Consuming nostalgia? The appreciation of authenticity in local food production. *International Journal of Consumer Studies* 2013;37:564–568.
- (38) Jallinoja P, Pajari P, Absetz P. Negotiated pleasures in health-seeking lifestyles of participants of a health promoting intervention. *Health: An Interdisciplinary Journal for the Social Study of Health, Illness and Medicine* 2010;14:115–130.
- (39) Stiles K, Özlem A, Bell M.M. The ghosts of taste: food and the cultural politics of authenticity. *Agriculture and Human Values* 2011;28:225–236.
- (40) Campbell C. Consumption and the Rhetorics of Need and Want. *Journal of Design History* 1998;11:235–246.
- (41) Jallinoja P, Niva M, Helakorpi S, Kahma N. Food choices, perceptions of healthiness and eating motives of self-identified followers of low-carbohydrate diet. *Food and Nutrition Research* 2014;58:1–9.

- (42) Beck U. Risk Society: Towards a New Modernity. London: Sage; 1992.
- (43) Douglas M. Puhtaus ja vaara. Ritualistisen rajanvedon analyysi. Suomentanut Blom V, Hazard K. Tampere: Vastapaino; 2000.
- (44) Harjunen H. Lihavuus ja moraalinen paniikki. Yhteiskuntapolitiikka 2004;69:412–418.
- (45) Setälä V, Väliverronen E. Fighting fat: the role of ‘field experts’ in mediating science in health communication. Science as Culture 2014;23:517–536.

PASI SYRJÄLÄINEN

MMM

Helsingin yliopisto

Taloustieteen laitos, kuluttajaekonomia,

TONI RYYNÄNEN

MMT, dos., tutkijatohtori

Helsingin yliopisto

Taloustieteen laitos, kuluttajaekonomia,

VISA HEINONEN

VTT, professori

Helsingin yliopisto

Taloustieteen laitos, kuluttajaekonomia,

MIKKO JAUHO

VTT, yliopistotutkija

Helsingin yliopisto

Kuluttajatutkimuskeskus

PIIA JALLINOJA

VTT, dos.

Helsingin yliopisto

Kuluttajatutkimuskeskus