



DEPOSITPHOTOS.COM

VIIS NIPPI, KUIDAS TOITUMISEST PAREMINI KIRJUTADA



LIIS REITER, kommunikatsiooni magister

Kuidas toitumisest Eesti veebimeedias kirjutatakse ja kuidas saaks seda rahvatervise seisukohast paremini teha.

Kvaliteetse toitumisalase info kättesaadavus on vajalik, et elanikkond oskaks oma tervise suhtes paremaid otsuseid teha. Spetsiifiliste toitumisalaste veebilehtede kõrval avaldavad vastavat teavet ka Eesti veebimeedia väljaanded.

Internetiühenduse kättesaadavus, inimeste arenenud infotehnoloogilised oskused ja veebi kasutajasõbralikkus on viinud selleni, et internetist on saanud populaarseim tervise teabe saamise kanal Eestis. Kuigi ajakirjandusel ei ole kohustust elanikkonda toitumise kohta pealt harida, avaldatakse siiski järjepidevalt artikleid, mille ülesehitus ja käsitletavat teemat selisele eesmärgile viitavad. „Viis moodust, kuidas tervislikumalt toituda” või „Kolm nippi, kuidas kaalus kiiresti alla võtta” on

pealkirjad, mida näeme päevast päeva. Seega täidab veebimeedia infokeskkonda pidevalt toitumisteemaliste sõnumite ja teabega, kuigi tema tõeline eesmärk võib rahvastiku tervise edendamise eesmärgiga hoopis vastuolus olla (meelelahutus, kasumi teenimine, inimesi huvitava teabe pakumine jms). Kuigi tegemist on ajakirjanduslike allikatega, kasutavad paljud neid siiski, et toitumise kohta praktilist teavet saada.

Meedia on oluline tervisekäitumise mõjutaja

Toitumine on oluline tervist mõjutav tegur, see on üldteada fakt. Meedia info esitamise viis (NB! Mitte info kui selline) võib aga lugeja arusaamu ning eelistatud lahendusviisi ja käitumistoitumise suhtes tugevasti mõjutada. Seega peaks vastutustundlik meedia seisma hea selle eest, et avaldatavad uudislööd toetaksid inimeste tervislikke valikuid.

Paraku ei ole rahvatervise spetsialistid alati rahul sellega, kuidas meedia tervise- ja toitumisteemalist infot esitab. Olgu siin rõhutatud sõna *kuidas*, sest eeskätt teema-

de käsitlemise viis on tervisekäitumise mõjutamise seisukohast oluline. Selleks, et toitumisteemalistel uudistel oleks lugejatele potentsiaalselt hea mõju, tuleks nende kirjutamisel jälgida hulka nüansse.

1. Artikkel peaks sisaldama põhjalikku selgitust, miks käsitletav teema oluline on

Uudislugudes tuleks avada probleemi laiem kontekst ja põhjus, miks sel teemal kirjutatakse. Sealjuures ei tohiks piirduda vaid selgitusega, et tuleb teha nii, sest see on tervislik, vaid näidata probleemi tõsidust ja selle lahendamise tähtsust (nt kirjeldada ülekaalulisuse süvenevat trendi maailmas, selgitada tervislike toitumisharjumuste vajalikkust lapseas).

2. Artikkel peaks andma konkreetseid käitumissoovitusi

On leitud, et inimesed on suurema tõenäosusega valmis oma käitumist muutma, kui nad loevad tervise teemalisi artikleid, mis kirjeldavad haigusi kui ärahoitavaid probleeme ja kajastavad näpunäiteid nende ennetamiseks. Seega võivad artiklid, mil-