

La lluita contra les notícies falses en el món de l'alimentació.

Alimenta't amb ciència

ORIOI COMAS-BASTÉ

Professor associat del Departament de Nutrició, Ciències de l'Alimentació i Gastronomia. Campus de l'Alimentació de Torribera. Universitat de Barcelona (UB).



CAROLINA RIPOLLES-AVILA

Professora lectora Serra Húnter del Departament de Ciència Animal i dels Aliments. Facultat de Veterinària. Universitat Autònoma de Barcelona (UAB).



La doctora Carolina Ripolles-Avila i el doctor Oriol Comas-Basté, coordinadors del projecte «Alimenta't amb ciència».

La UB i la UAB impulsen una plataforma de divulgació per combatre la desinformació en l'àmbit de la nutrició, la innocuïtat, la tecnologia i la sostenibilitat alimentàries.

Són tòxics els additius que es troben en els aliments? Menjar fruita al final dels àpats engreixa? S'han de desinfectar els vegetals abans de consumir-los? El suc de taronja perd la vitamina C si no es beu de seguida? És cert que l'oli de coco redueix el colesterol? En l'àmbit de les ciències de l'alimentació, esbrinar la veracitat d'una notícia potencialment enganyosa no és gens fàcil. La difusió generalitzada de notícies falses —les conegudes *fake news*— en el sector agroalimentari pot portar a confusió el consumidor compromès amb la salut i la sostenibilitat alimentària.

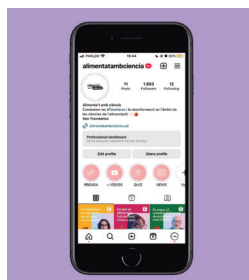


La doctora Marta Hugas, exdirectora científica de l'Autoritat Europea de Seguretat Alimentària (EFSA, de l'anglès European Food Safety Authority).

CIÈNCIA CONTRA LES NOTÍCIES FALSES EN ALIMENTACIÓ

Vivim en un món envoltat d'informació. Malauradament, la informació disponible no és sempre certa i molts usuaris no tenen el temps ni els recursos necessaris per verificar-la. La difusió generalitzada d'informació a través de plataformes digitals i xarxes socials condueix els consumidors a una exposició excessiva a notícies enganyoses. En aquest sentit, investigadors de l'Institut Tecnològic de Massachusetts (MIT, de l'anglès Massachusetts Institute of Technology) han indicat que aquest tipus de notícies posseeixen una velocitat de difusió sis vegades superior a una notícia real, fet que fa que s'estenguin ràpidament i generin un important impacte en la societat.

Perfil d'Instagram del projecte «Alimenta't amb ciència» (@alimentatambciencia).



Un dels sectors més afectats per la repercussió derivada de la difusió de notícies falses és l'agroalimentari, ja sigui per la quotidianitat que caracteritza el fet d'alimentar-se com per la seva estreta relació amb la salut. Organitzacions com el centre tecnològic AINIA assenyalen que **el 30 % de les notícies falses que circulen per Internet podrien estar relacionades amb l'alimentació**, el que provoca fenòmens de confusió entre els consumidors i la presa de decisions no contrastades, únicament motivades per la por a patir certes malalties o l'esperança davant de productes erròniament etiquetats com a «miraculosos». Paral·lelament, les dades de l'últim eurobaròmetre realitzat per l'Autoritat Europea de Seguretat Alimentària (EFSA) assenyalen que les principals fonts d'informació sobre els riscos alimentaris que utilitzen els consumidors són en un 61 % la televisió o Internet (xarxes socials), seguits de familiars, amics, veïns o companys (44 %) i cercadors d'Internet (37 %), amb importants diferències entre generacions. Per tant, l'exposició dels consumidors a aquest tipus de notícies resulta més que evident tenint en consideració els canals que s'utilitzen actualment per a la cerca d'informació.

En aquest context, resulta imprescindible que la comunitat científica de l'àmbit de les ciències de l'alimentació participi activament en la difusió d'informació actualitzada i basada en l'evidència científica per tal de fer front a aquest fenomen. De fet, segons les dades de l'eurobaròmetre citat anteriorment, el 82 % dels consumidors confien en els professionals científics vinculats als centres universitaris i de recerca com a fonts fiables de coneixement, fet que motiva i dona suport a l'aparició d'aquest tipus d'iniciatives de divulgació científica. **«Alimenta't amb ciència»** és un projecte innovador de creació i difusió de material audiovisual per ajudar a **combatre la propagació de notícies falses i la desinformació en l'àmbit de les ciències de l'alimentació**, que aborda, entre d'altres, aspectes clau de nutrició, innocuïtat, tecnologia i sostenibilitat alimentàries.

Aquesta iniciativa està coordinada per dos membres de l'Associació Catalana de Ciències de l'Alimentació (ACCA): el doctor Oriol Comas-Basté, professor associat del Departament de Nutrició, Ciències de l'Alimen-

tació i Gastronomia de la Universitat de Barcelona (UB) i investigador postdoctoral del Campus de l'Alimentació de Torribera, i la doctora Carolina Ripolles-Avila, professora lectora Serra Húnter del Departament de Ciència Animal i dels Aliments de la Facultat de Veterinària de la Universitat Autònoma de Barcelona (UAB).

El projecte, finançat per la Fundació Catalana per a la Recerca i la Innovació (FCRI) en la convocatòria Joan Oró de l'any 2022, ha comptat també amb el suport de l'Associació Catalana de Científics i Tecnòlegs dels Aliments i de l'Associació Catalana de Ciències de l'Alimentació (ACCA).

UN ALTAVEU PER A L'EVIDÈNCIA CIENTÍFICA

En aquesta iniciativa hi participen **professors i investigadors de les universitats i centres de recerca de Catalunya**, que es converteixen en líders clau d'opinió (*key opinion leaders*), per respondre, des de l'evidència científica, a algunes de les notícies enganyoses més comunes.

El projecte es va inaugurar el mes de gener de 2023 amb la participació de la doctora Marta Hugas, exdirectora científica de l'EFSA, qui amb la seva intervenció esclareix tots els dubtes sobre el popular mite que qüestiona la seguretat dels additius que s'inclouen en la formulació de molts aliments. Durant la càpsula audiovisual, la doctora Hugas explica les principals funcions dels additius alimentaris i detalla el significat del codi E que els identifica. Així mateix, la investigadora, que ha estat al capdavant de l'EFSA durant els darrers cinc anys, remarca el paper d'aquest organisme internacional en el procés d'avaluació de la seguretat dels additius alimentaris.

El projecte també compta amb la col·laboració de dos experts de la UAB, el doctor José Juan Rodríguez-Jerez, catedràtic de nutrició i bromatologia, i la doctora Montserrat Mor-Mur, catedràtica de tecnologia dels aliments. El doctor Rodríguez-Jerez aborda la idoneïtat d'utilitzar lleixiu per a la correcta desinfecció de fruites i verdures, i ofereix consells pràctics per tal que la població pugui dur a terme aquesta pràctica de forma segura en l'àmbit domèstic. D'altra banda, la doctora Mor-Mur se centra en els anàlegs carnis de base vegetal, productes la popularitat dels quals es troba en indubtable auge, i qüestiona l'adequació de considerar-los com a substituïts dels productes clàssics d'origen animal, atenent sobretot a la seva composició nutricional. Paral·lelament, la doctora Mor-Mur posa en relleu la importància de promoure una

«Vivim en un món envoltat d'informació. Malauradament, la informació disponible no és sempre certa.»

dieta saludable en el seu conjunt, que combini tota mena d'aliments.

Per part del Campus de l'Alimentació de la UB, la doctora Mariluz Latorre-Moratalla, professora titular de l'àrea de Tecnologia dels Aliments, desmunta els titulars que afirmen que els ous de producció ecològica són més segurs i més saludables que els de producció convencional, tot posant en valor les estrictes normes d'higiene i seguretat alimentària que han de complir totes les granges productores de la Unió Europea, independentment del sistema de producció que se segueixi. Així mateix, el projecte compta amb una experta en el camp dels olis de greixos alimentaris per fer front a una de les notícies més esteses durant els darrers temps sobre els suposats beneficis del consum d'oli de coco per a la salut cardiovascular. En aquest sentit, la doctora Alba Tres-Oliver, investigadora Ramón y Cajal del Departament de Nutrició, Ciències de l'Alimentació i Gastronomia, analitza el perfil lipídic de l'oli de coco, un dels denominats «superaliments» en màxim apogeu, i apunta el risc que pot suposar per a la salut dels consumidors el fet de substituir l'ús d'oli d'oliva, o altres olis característics de la dieta mediterrània, per oli de coco com a greix principal de la dieta.

Finalment, la primera fase del projecte «Alimenta't amb ciència» (gener-maig de 2023) es completa amb la participació de la doctora Isabel Odriozola-Serrano, professora agregada del Departament de Tecnologia, Enginyeria i Ciència d'Aliments de la Universitat de Lleida (UdL), i la doctora Eulàlia Vidal-Garcia, professora associada de la Facultat de Ciències de la Salut Blanquerna - Universitat Ramon Llull (URL). Amb l'ajuda de la doctora Odriozola-Serrano, es desmunta una de les notícies falses històricament més esteses sobre la possible pèrdua de la vitamina C en els suc de taronja acabats d'espremer; i de la mà de la doctora Vidal-Garcia es destaca la importància del consum de fruita fresca i es desmenteix la falsa creença sobre la relació entre el consum de fruita al final del àpat i l'augment de pes.

UN PROJECTE A L'ABAST DE TOT HOM

En el marc del projecte «Alimenta't amb ciència» s'han identificat algunes de les notícies falses més esteses a través de les xarxes socials i que preocupen els consumidors, cada vegada més conscients de la importància del vincle entre l'alimentació i la salut. Les notícies enganyoses seleccionades s'analitzen amb l'ajuda d'experts

«El 30 % de les notícies falses que circulen per Internet podrien estar relacionades amb l'alimentació.»

en la temàtica, que les desmenteixen amb rigor científic i dades contrastades. El projecte té una pàgina web (www.alimentatambciencia.cat) on es troben recollides i accessibles per als usuaris tant la informació general sobre la iniciativa com els vídeos que es publiquen periòdicament per tractar diverses temàtiques d'interès social sobre alimentació. Paral·lelament, el projecte també disposa de **perfils actius a diferents xarxes socials (Instagram, Twitter, TikTok i YouTube)**, on es fa la difusió de les càpsules audiovisuals mitjançant un format més breu, adaptat a les característiques i al públic potencial dels diferents canals digitals. Amb l'objectiu de potenciar la interacció amb el públic interessat pel contingut del projecte, a banda de compartir el material audiovisual que es genera, es comparteixen periòdicament una sèrie de notícies relacionades amb les temàtiques analitzades pels experts i qüestionaris interactius per reforçar els missatges clau que es desprenen de les intervencions dels experts.

La difusió del material audiovisual generat en el marc del projecte a través de les xarxes socials respon a un principal objectiu: **arribar i crear un impacte al públic més jove**, un col·lectiu completament nadiu de l'entorn digital i que fa servir les xarxes socials com a principal font d'informació i per al consum de notícies. En aquest sentit, l'ús massiu de les xarxes socials facilita enormement la transmissió de notícies falses, que resulten accessibles des de qualsevol part del món en qüestió de molt poc temps. Així, els consumidors s'exposen diàriament a una quantitat d'informació difícilment manejable, i es crea un excés d'informació que, en la major part dels casos, provoca que els usuaris se sentin desinformatos i confosos a l'hora de seguir un criteri per a distingir la informació real d'entre un gran volum d'informació potencialment enganyosa. A més, és important remarcar que la desinformació en matèria d'alimentació és especialment preocupant quan es dirigeix a població més vulnerable perquè té menys elements de judici o pensament crític, com són els adolescents. Per aquesta raó, iniciatives com «Alimenta't amb ciència» posen eines a l'abast de la població per transmetre, entre d'altres, missatges com ara que la tecnologia alimentària no és un enemic a témer sinó un aliat per a aconseguir aliments més segurs i saludables. En definitiva, el projecte

vol obrir ponts de diàleg amb totes les persones preocupades per l'alimentació, la detecció de notícies falses i la comprovació de notícies potencialment enganyoses en l'àmbit de les ciències de l'alimentació.

Fins al moment, les dades de seguiment i impacte del material audiovisual del projecte assenyalen l'èxit d'aquesta iniciativa, que després de només tres mesos des del seu llançament acumula més de 125.000 visites úniques als seus perfils a les diferents xarxes socials. Les càpsules audiovisuals publicades han aconseguit acumular més de 35.000 visualitzacions i ja són més de 3.000 els usuaris que s'han subscrit a les novetats del projecte en l'entorn digital. «Alimenta't amb ciència» ha despertat també l'interès dels mitjans de comunicació, en tots els seus formats, amb reportatges o entrevistes en directe amb els coordinadors del projecte al *Telenotícies migdia* de TV3, a *Els matins* de TV3, al programa *Bàsics* de be-tevé, a *La tarda de Catalunya Ràdio* i a *El Matí a Ràdio Estel*, entre d'altres.

Degut a l'impacte generat fins al moment, la intenció és poder donar continuïtat al projecte i crear més material audiovisual per combatre altres notícies falses que cor-

ren per les xarxes socials o que derivin de la inquietud de la població que segueix activament l'activitat d'aquesta iniciativa. A través del lloc web del projecte, els usuaris que ho desitgin poden fer arribar les seves consultes o potencials notícies enganyoses a través d'un formulari especialment creat per a aquesta finalitat.

Podeu consultar tots els detalls sobre el projecte «Alimenta't amb ciència» a través del lloc web www.alimentatambciencia.cat, així com a les diferents xarxes socials (Instagram, Twitter, TikTok i YouTube) amb l'usuari [@alimentatambciencia](https://www.instagram.com/alimentatambciencia).

