

# Kuinka luotettavana pidät viestiä?



## Helmi Kotka

Lääketieteen professori  
Juoksu, pyöräily, vaellus

Punainen prosessoitu liha on merkittävä terveyshaitta. Tutkimuskatsauksessa todettiin, että punainen prosessoitu liha oli yhteydessä suurempaan valtimotaudin esiintymiseen ja kuolleisuuteen.

Epäluotettava

1

2

3

Luotettava

4

5

Perustele arviosi

---



## Mika Sorsa

Kahden tytön isä  
Elinikäinen oppija

Punainen prosessoitu liha ei ole merkittävä terveyshaitta. Syön punaista lihaa säännöllisesti ja terveystarkastuksessa kaikki arvot ovat loistavia.

Epäluotettava

1

2

3

4

5

Perustele arviosi

---



## Sanni Haukka

Lifestylebloggaaja  
Intohimona jazz

Punainen prosessoitu liha ei ole merkittävä terveyshaitta. Ihminen on lihansyöjä ja näin pitkälle on selvitty.

Epäluotettava

1

2

3

Luotettava

4

5

Perustele arviosi

---



## Wilhem Kurki

Terveystiedon opettaja  
Museofriikki

Punainen prosessoitu liha on merkittävä terveyshaitta. Maailman terveysjärjestö WHO on linjannut, että punainen liha kuuluu syöpää aiheuttavien aineiden korkeimpaan riskiluokkaan.

Epäluotettava

1

2

3

Luotettava

4

5

Perustele arviosi

---

# Kuinka luotettavana pidät viestiä?



Perustele arviosi

## Satu Kuusi

Yrittäjä, kouluttaja, bloggaaja  
Aiheena terveys ja hyvinvointi

C-vitamiinilisät vähentävät flunssaa. Syön säännöllisesti C-vitamiinivalmisteita enkä ole kärsinyt flunssasta sen koommin.

Epäluotettava

1

2

3

Luotettava

4

5

## Henri Jalava

Hoitotyön yliopettaja,  
Erikoisalana lääkehoito, vapaa-ajallani mökkeilen ja liikun luonnossa.

C-vitamiinilisä ei vähennä flunssan esiintymistä. Apteekkarini mukaan C-vitamiinista ei ole hyötyä flunssan hoidossa.

Epäluotettava

1

2

3

Luotettava

4

5



Perustele arviosi

## Elina Vaahtera

Ylilääkäri  
Joogaan ja maalaan vapaa-ajallani.

C-vitamiinilisä ei vähennä flunssan esiintymistä. Näin todettiin tutkimuskatsauksessa, jossa tarkasteltiin yhdeksää satunnaistettua tutkimusta.

Epäluotettava

1

2

3

Luotettava

4

5



Perustele arviosi

## Matti Tammi

Kirjanpitäjä  
Harrastuksena elokuvat

C-vitamiinilisät vähentävät flunssaa. Flunssakauden lähestyessä moni turvautuu C-vitamiiniin ja on kokenut sen toimivan.

Epäluotettava

1

2

3

Luotettava

4

5



Perustele arviosi