

網際網路中瘦身網站之品質評估

簡曉靜;吳振龍;陳育慧;馬靄萱;莊?智;陳富莉;莊坤洋

Abstract

目標：本研究將以瘦身為主題，從訊息呈現的結構性、功能性與正確性等面向，評估瘦身網站的品質。方法：由兩位研究者利用雅虎奇摩及番薯藤兩個搜尋引擎，以「瘦身」、「減肥」為關鍵字進行搜尋，篩選出 120 個瘦身網站，並使用內容分析法，針對網站基本資料與特性、結構性品質、功能性品質與內容品質等面向，進行瘦身網站內容的譯碼工作。資料分析方面，利用皮爾森積差相關分析檢定雙變項間的相關性，以及利用ttest比較兩組間的差異性，並利用複迴歸分析網站內容品質的重要預測因子。結果：有 80%以上的網站未說明作者、來源與時效，有提供電子信箱的網站佔 72.5%，有線上提問或評論機制的比例則僅 30.0%，有 80%以上的網站內容沒有說明每日最低攝取熱量、運動強度、運動類型與熱量消耗，或減重目標等資訊。控制其他變項後，複迴歸分析結果指出，無商業行為、有提供作者資料的網站有比較好的內容品質，且皆達到統計上顯著相關。結論：大部分網站並未達到本研究所採用之結構性或功能性品質指標，且整體上內容品質不佳。有商業行為的網站，可能會為了推銷產品，因而迴避某些瘦身減重的資訊。民眾在檢視減重資訊時，可參考有與作者註記，當作一內容品質之指標。建議未來應定期進行橫斷式資料收集，以觀察網路上瘦身資訊的品質，且相關衛生單位應發展出健康減重的黃金標準，引導民眾以較有效率的方式獲得正確的資訊。