

ID : 1341

Catégorie : FLS

Nombre de mots : 784

### **La prochaine Remède de Charlatan - Comment les régimes chocs vont continuer de nous influencer**

Puisque l'existence des humains, nous étions en recherche de nourriture et de produits de santé alternatifs, et maintenant ce n'est pas un cas unique. Du caoutchouc dans nos oreilles, à l'usage de radium pour le traitement du cancer, nous sommes toujours en train de penser à des remèdes absurdes pour que nous pouvons briser les moules diététiques et de santé. Alors, quels sont les nouveaux pseudo-sciences et comment est-ce qu'ils vont changer avec le temps? Cette dissertation va expliquer comment les gourous de santé autoproclamés vont influencer les prochaines générations avec l'augmentation des médias sociaux.

Pour mieux disséquer le phénomène qui sont ses régimes bizarres, nous devons regarder ses origines et où il à commencé. Selon Colorado State University, les régimes à la mode ont commencé dans les 1900s, quand un homme par le nom de Horace Fletcher a popularisé le régime de mastication, ou on mâche la nourriture jusqu'à ce qu'il devienne liquide. Le mot anglais pour les régimes à la mode, ou "fad diets" vient de la terme Anglais "fiddle-faddle," qui voulait décrire quelque chose ridicule. Alors, pourquoi est-ce que ces vagues absurdes sont si détestables? Avec l'hausse en popularité des plates-formes comme MySpace et Tumblr, les communautés d'internet à promu des troubles d'alimentation et le concept de "thinspo." Ce mouvement à convaincu plusieurs ados que leurs corps n'est pas adéquat et que la seule chose qu'on peut faire pour changer cet avis est de perdre du poids, même si cela vous tue. Ceux qui n'étaient pas influencés par le cloaque qui était le "thinspo" ont été soumis à des modes dangereux comme le régime de boule du coton, qui est l'instance où tu mets les boules de coton dans du jus ou un smoothie. Tous ces régimes sont supposés te rendre plus mince, mais ils n'est pas sans risque.

Le péage que ces pratiques à sur la santé n'est pas souhaitable. La consommation des boules de coton peut mener à un pléthore de troubles comme les blocages digestifs, les os affaiblis, la malnutrition, déshydratation et tant d'autres. Ou peut-être ton corps n'a pas réussi sa propre nutrition? Quelques effets à long terme sont la chute de cheveux, des vertiges, l'infertilité et la fréquence cardiaque réduite. La taux de mortalité pour les individus qui souffrent d'anorexie nerveuse est entre 5-20%, alors c'est évident que ces idéaux ne sont pas du tout sains. Et quoi de les régimes d'aujourd'hui? On à maintenant le conscience de la cruauté animale, qui à son tour à influence la propagation de veganisme. Bien que le véganisme soit vénéré, il est juste une de plusieurs modes dans notre monde maintenant. Des régimes d'innombrables ont fait surface au cours des cinq dernières années. Par exemple, le régime des boissons de fusain est promu par même la vedette Gwyneth Paltrow. Mais méfiez-vous des endorsements sous-éduqués. La fusain est utilisée dans les hôpitaux pour absorber les toxines dans le cas des surdoses des drogues ou empoisonnements. L'idée fausse que la fusain va purifier vos organes peut-être dangereux. Au lieu de vous faire plus sain, il va te rendre mal nourri, ce qui nous ramène au sujet de comment nous comme société enfonce les idéaux et des pratiques potentiellement mortel dans la gorge des consommateurs impressionnables.

Jusqu'à maintenant, on a parlé des pratiques du passé, mais quoi des effets potential des gourous de santé autoproclamés sur la société en long-terme? Un groupe d'individus fameux pour promouvoir les

idées dangereuses sont la famille Kardashian/Jenner, qui sont tous connus pour être au sommet des standards de beauté d'aujourd'hui. Cette famille de stars de la télé-réalité est aussi infamante pour avoir nié avoir eu recours à la chirurgie esthétique, qui donne aux gens l'impression dangereuse que ses standards irréalisables ne sont pas si impossibles. Selon les scientifiques, les ados sont les plus vulnérables à la persuasion des influenceurs comme les Kar Jenners à cause que c'est un temps dans leurs vies où ils comparent leurs actions avec celles de leurs normes culturelles. Selon plusieurs recherches, les entreprises vont continuer de verser l'argent aux influenceurs, qui vont naturellement encourager les célébres d'accepter les endossements des entreprises qui promeuvent des idées pseudoscientifiques. Si on continue d'être complice à l'influence négative, les idéaux de la prochaine génération peuvent être même plus extrêmes.

Peut-être qu'on pense, "Que puis-je faire pour aider?" La réponse est simple; il y a les nombreux articles qui parlent du concept de "body neutrality" que tu peux lire gratuitement. Cette idée est la seule qui promeut l'acceptation de nos corps, ainsi que les jours où peut-être vous vous sentez moins que stellaire. Si on veut changer le cycle des normes irréalistes, nous devons nous éduquer pour qu'on ne répète pas nos habitudes toxiques.

Ta voix est importante - Utilise-la!