



随着健身爱好者越来越多,各种健身补剂产品也是层出不穷。但这个热闹的市场背后,存在着商家偷工减料、山寨假货横行等不少问题——

健身补剂有些乱

本报记者 肖红凤

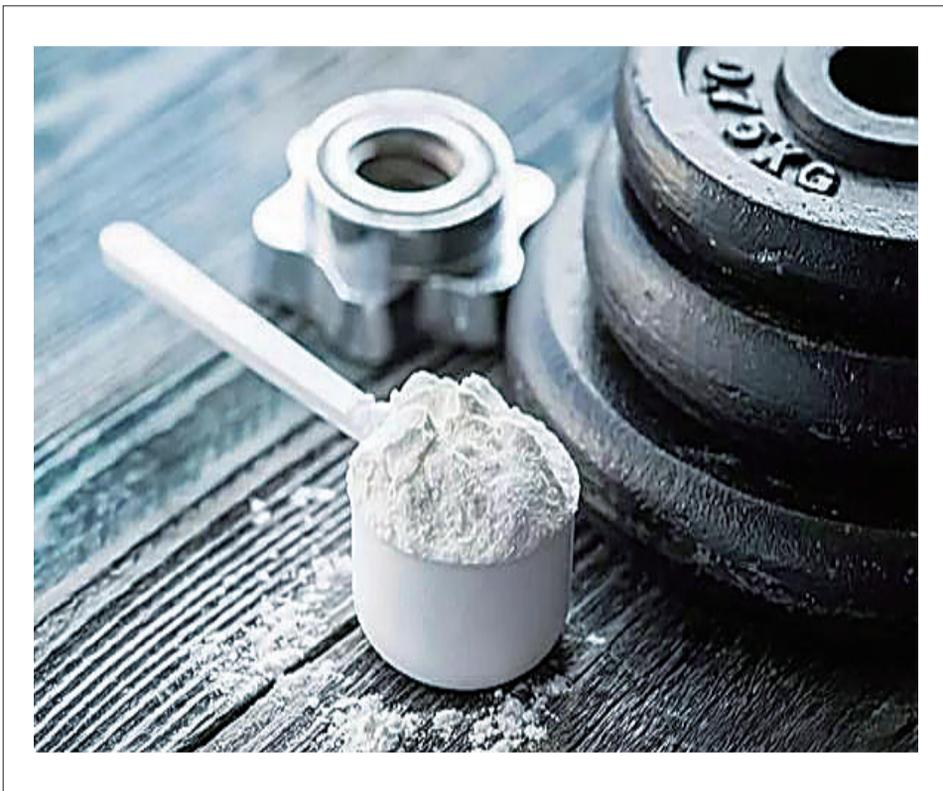
市民张彬健身时间不长,健身补剂产品可是准备了不少。“健身后慢慢了解了一下这方面的知识,买了一些蛋白粉、增肌粉等,也是希望能增强健身效果。”张彬说。

全民健身热潮带动了很多相关行业的发展,健身补剂产品就是其中之一。现在的健身补剂市场,产品数不胜数:想减脂,有左旋肉碱;想增肌,有增肌粉;想增长力量,有氮泵;想快速恢复,就有各种氨基酸……但这些令人眼花缭乱的产品,是否真如宣传中那样靠谱有效呢?

味。有的产品则投消费者所好,推出了便于携带和食用的小包装。

“提升肌肉围度”“加速肌肉恢复”“阻断碳水,快速减脂”……补剂产品极具煽动力的宣传语,总能激起健身爱好者的购买欲望。“感觉不吃一些补剂产品,就练不成我想要的身材。”张彬说。

从销量来看,这类产品很受一些消费者欢迎。在一家电商平台上,有不少专门销售健身补剂产品的店铺,有些店铺的关注人数达三四十万人,店内的畅销产品月销量常突破万单。



全民健身热起来 补剂产品受欢迎

“又是练腿的一天”“虐腹,希望早日练出马甲线”……市民周晓这两年爱上了健身,朋友圈里记录的多是她的日常健身情况。在她的周围,也有不少喜欢健身的朋友,大家组成了“健身圈子”。

除了健身本身的花费,周晓在健身补剂产品上也花了不少钱。“曾经有家网店做活动,我一口气买了2000多元的补剂产品。”周晓说,看那些产品的介绍说明,就觉得自己好像什么都需要。

其实不只周晓,很多健身人士都有过购买健身补剂的经历。健身补剂商家也为健身人群量身打造了不同产品,如蛋白粉、肌酸、谷氨酰胺、增肌粉、蛋白棒……从增肌到减脂,从补充蛋白质到帮助身体快速恢复,各种产品分类细致,功能不一。

为了吸引消费者,商家从口味到包装也是费尽心思。以前蛋白粉以原味为主,奶腥味让有些人接受不了。而现在,蛋白粉增加了咖啡、抹茶、香草等多种口味。

吃了作用未必大 买的多是新“玩家”

记者了解到,目前市面上健身补剂产品大致分为四类:第一类是蛋白类,主要是一些蛋白粉;第二类是增肌增重类,如肌酸、增肌粉等;第三类是减脂类,如左旋肉碱;第四类是促进恢复类,主要产品有支链氨基酸和谷氨酰胺。那么,这些健身补剂到底有没有作用呢?

“不能说完全没有作用,但有些产品作用被夸大了。”健身教练赵鹏说,很多补剂产品发挥的作用有限,服用后健身者身上看不出明显的变化。

比如,有的人觉得练肌肉就一定要吃增肌粉,其实增肌粉的增肌效果有限,而且热量很高,很有可能增加体脂。“平常人正常健身饮食增加肌肉就可以了,不是对肌肉有特别高的要求,就没有必要吃。”赵鹏说。

记者浏览一些补剂产品的购买记录发现,不少购买者是刚刚接触健身的。作为健身新人的张彬对此解释说:“又想快速出效果,又怕身体吃不消,觉得需要靠这些产品‘辅助’一下。”

健身未动,补剂先行。赵鹏说,很多健身新人刚开始健身时,定目标、有热情,便会盲目购买很多补剂产品。

“他们觉得吃些补剂产品,健身效果才能更好,认为这是条‘捷径’。其实,很多补剂对健身老手效果更好,对新手反而没什么作用。比如一些防止肌肉流失的补剂,健身新手开始都没什么肌肉,还谈什么流失?”



产品价格有点高 补剂市场有些乱

“每月健身补剂花费500

元—800元”“这个月买了1000多元的补剂产品”……在一个健身论坛上,一条“你为健身花了多少钱”的帖子下方,不少人留言称,如今健身补剂产品成了健身消费的大头,有的人甚至一个月为此花费上万元。

记者浏览发现,健身补剂产品价格不低,主要价位集中在二三百元左右,同类产品价差很大。以健身人群最常选择的蛋白粉为例,从几十元到六七百元不等,中间差了近10倍。增肌粉、左旋肉碱等产品也是如此,一些知名品牌的产品单价甚至要1000多元。消费者长期服用的话,的确是一笔不小的开销。

健身补剂市场的高利润,让不少企业争相涌入,由此也滋生不少乱象。

有报道称,一些不法商家偷

工减料,调整产品配比。比如把蛋白粉中的优质氨基酸换成一些不能完全吸收或者说质量不好的氨基酸,消费者根本无从辨别,而这种蛋白粉根本起不到补充蛋白质的作用。

另外,有些产品为提高健身者的状态,甚至会加入一些“刺激成分”,长期服用会对身体造成伤害。

赵鹏说,健身者没必要“迷信”补剂产品,有些补剂成分其实从平时的食物中就可以获取。而健身补剂的效果,也是因人而异的。

针对目前市场上各种补剂产品鱼龙混杂的现象,他提醒消费者,一定要选正规品牌,不要轻信一些所谓的高端、有神奇功效的产品,服用不当反而会对自己身体造成伤害。

分类广告

地址:浮阳南大道全媒体中心 (联通营业厅对面)
电话:0317-5590779

老酒收藏

沧州举办首届“老酒收藏交流大会”,30万元高价收购陈年老酒一瓶,希望广大藏友踊跃报名参加老酒鉴别、交易、收藏交流学习,到场嘉宾均有礼品相赠。
举办单位:沧州泉发酒业有限公司 地址:百合世嘉南门口东150米,茅台酒庄
联系电话:19903179819

设计院楼二层3室2厅1卫,双阳卧明中厅南北通透,82.84平,家电齐带小房,85万(可议)。13643289465,中介勿扰。

小艳家政婚介

为您提供并培训
月嫂、育儿嫂、保姆、护工、催乳、产修等。
电话:8912687 13231719087

专业空调维修
移机 加氟 回收
0317-8518890

出租

有240平库房一套和150平住房一套,水、电、天然气齐全。
电话:18231781670

出租

颐和医院西一千米银川路南楼房一套,一楼通着二楼办公,五百多平,水电齐全,出入方便,有污染的免谈。电话:18231781670

温馨提示

2020年城乡居民基本养老保险和2021年城乡居民基本医疗保险缴费期限提醒

城乡居民基本养老保险截止日期:2020年11月25日。城乡居民基本医疗保险截止日期是:2020年12月25日,外出务工春节返乡的农民工可以延长至2021年2月25日。集中缴费期过后,除新生儿和特殊参保人群外,不再受理城乡居民医保参保缴费。

公告

因沧州开发区收费站改扩建施工,2020年11月14日至11月30日仅允许7座以下(含7座)载客车辆通行,其他车辆请绕行沧州开发区收费站、沧州东收费站、姚官屯收费站。带来不便,敬请谅解。

沧廊(京沪)高速公路运营管理处
2020年11月12日

企业是船 广告是帆

沧州晚报广告部
助您一帆风顺

3155777

刊登广告须知

- 一、产品广告持营业执照副本、商标注册证、生产许可证、产品合格证;
- 二、专利、药品、农药、兽药、食品等广告须提供省级以上有关部门广告审批证明;
- 三、化妆品广告须出具卫生许可证和生产许可证;
- 四、招工、招干广告须到劳动人事部门所属的职业介绍机构办理登记手续;
- 五、社会力量办学招生广告以学历教育为主的到教委办理登记手续,以职业技能为主的到劳动部门办理手续;
- 六、广告内容须加盖单位公章;
- 七、凡限购特价商品,一律到物价、公证部门分别办理认证和公证手续。

沧州晚报广告部