

Septiembre
2025



D2.3

La Lista de Green Tick

Proyecto Número: 101133365

Financiado por la Unión Europea. Las opiniones expresadas son responsabilidad exclusiva de los socios del proyecto Green Tick y no reflejan necesariamente las de la Unión Europea ni las de la Agencia Ejecutiva Europea de Educación y Cultura (EACEA). Ni la Unión Europea ni la EACEA se hacen responsables de ellas.



Co-funded by
the European Union

Contenido

Contenido	1
Figuras	1
Evaluación de las Cuentas de Redes Sociales y Aplicaciones	2
1. Introducción	2
2. Metodología	2
2.1. <i>Formulario de Evaluación Green Tick</i>	3
2.2. <i>Estrategia de Investigación</i>	5
2.3. <i>Informar a las cuentas y aplicaciones de redes sociales para su evaluación</i>	6
3. Hallazgos	8
3.1. <i>Análisis por Categorías (Redes Sociales y Apps)</i>	8
3.2. <i>Análisis de los Campos</i>	10
3.3. <i>Análisis de los Países</i>	12
3.4. <i>Análisis por Plataformas</i>	16
4. Interpretación del Feedback dado a Cuentas de RS y Aplicaciones	20
5. Mejoras Propuestas	22
5. Conclusión	23

Figuras

Figura 1. Formulario de Evaluación	5
Figura 2. Evaluación de Resultados por Categoría	9
Figura 3. Análisis de los campos	11
Figura 4. Distribución de países para la evaluación	13
Figura 5. Gráfico de burbujas para países	14
Figura 6. Evaluación de Plataformas (Aplicaciones y RS)	17
Figura 7. Gráfico de Burbujas para Plataformas	18



Financiado por la Unión Europea. Las opiniones expresadas son responsabilidad exclusiva de los socios del proyecto Green Tick y no reflejan necesariamente las de la Unión Europea ni las de la Agencia Ejecutiva Europea de Educación y Cultura (EACEA). Ni la Unión Europea ni la EACEA se hacen responsables de ellas.



Co-funded by
the European Union

Evaluación de las Cuentas de Redes Sociales y Aplicaciones

1. Introducción

El Proyecto Sello Verde es una iniciativa importante en un momento en que el acceso a la información es más fácil que nunca; sin embargo, la dispersión y la falta de fiabilidad de las fuentes plantean desafíos significativos, especialmente en lo que respecta al contenido que puede influir directamente en la salud y el bienestar de los jóvenes. El proyecto ofrece soluciones para mejorar la calidad de la información, fortalecer la alfabetización digital y promover la rendición de cuentas entre todos los actores involucrados. A partir del análisis realizado en el marco del Proyecto Sello Verde, nuestro objetivo es elaborar directrices y estándares concretos para el desarrollo y la supervisión continuos de este campo. En este contexto, este informe presenta los resultados del análisis realizado en el marco del Proyecto Sello Verde. Incluye tablas y gráficos, explicaciones de datos, análisis de comentarios, propuestas de mejora metodológica y capturas de pantalla que muestran la lista de verificación para la recopilación de datos.

2. Metodología

El consorcio Green Tick, integrado por siete socios de seis países (Turquía, Grecia, Italia, España, Eslovenia y Portugal), llevó a cabo una revisión sistemática de cuentas en redes sociales y aplicaciones para teléfonos inteligentes relacionadas con la alimentación, la salud y el deporte. Se revisaron exhaustivamente **un total de 1200 cuentas** en redes sociales y aplicaciones móviles; sin embargo, **solo 955 cumplieron los criterios para una evaluación completa**. Esta evaluación generó tres tipos de resultados distintos.



Green Tick – cumplen complementamente todos los criterios clave.



Necesita mejora – algunas áreas requieren mejoras.





Co-funded by
the European Union

✗ Rechazado – No cumple los requerimientos mínimos y presentan importantes deficiencias.

Las cuentas y aplicaciones de redes sociales se evaluaron utilizando el formulario desarrollado en colaboración que se describe a continuación, lo que permitió una evaluación crítica de su profesionalismo, calidad del contenido, confiabilidad, validez y seguridad.

2.1. Formulario de Evaluación Green Tick

Las capturas de pantalla que aparecen a continuación muestran los formularios de evaluación. El formulario está estructurado en tres secciones distintas, diseñadas específicamente para evaluar cuentas de redes sociales, aplicaciones y sostenibilidad.

Trener, atlet, športnik, Gašper Predanič26072025 ☆ 📁 ☁

File Edit View Insert Format Data Tools Extensions Help

100% | \$ % .0 .00 123 | Defaul... | - 10 + | B I A

A1 | CATEGORIE

	A	B	C	D	E	F	G
1	CATEGORIE	Social Media ...					
2	FIELD	Sport					
3	COUNTRY	SLOVENIA					
4							
5	NAME:	Trener, atlet, športnik, Gašper Predanič					
6	URL:	https://www.youtube.com/c/Ga%C5%A1perPredani%C4%8DGP					
7	Platform:	YouTube					
8	# Follower/ Subsc.	1k-5k					
9							
10		SOCIAL MEDIA	APP		Additional data:	Sustainability (max 35 points)	
11	SCORE RESULTS:	68.2	0		SCORE:	25	
12	GREEN TICK:	Approved	Rejected				
13							
14							
15							
16	Organization:	FZS					
17	Assigned Validator:	Andraž Teran					
18	Validation Date:	26.7.25					
19	Validation country:	Slovenia					
20							



Financiado por la Unión Europea. Las opiniones expresadas son responsabilidad exclusiva de los socios del proyecto Green Tick y no reflejan necesariamente las de la Unión Europea ni las de la Agencia Ejecutiva Europea de Educación y Cultura (EACEA). Ni la Unión Europea ni la EACEA se hacen responsables de ellas.



Co-funded by
the European Union

Trener, atlet, športnik, Gašper Predanič26072025 ☆ 📁 ☁

File Edit View Insert Format Data Tools Extensions Help

100% 123 Default... 10 B I A

A1	A	B	C	D	E	F
1						
2	#1					
3	URL / Title	https://www.youtube.com/watch?v=_AEIYWydQtQ				
4	Type of Content	Video				
5						
6	Statement				SCORE (1-5)	Comments
7	The influencer/account/apps shows awareness of environmental impact				4	
8	They actively promote sustainable habits (e.g., reducing waste, local food, conscious consumption)				5	
9	They mention that their information is based on science or expert knowledge				1	
10	Sources (e.g., studies, articles) are clearly provided in the video or description				1	
11	It's clear what is personal opinion and what is backed by research				4	
12	Promotions and advertisements are clearly labeled				5	
13	There is no guilt, shame, or pressure used in the messaging				5	
14				SCORE	25	
15						
16						
17						
18						

Trener, atlet, športnik, Gašper Predanič26072025 ☆ 📁 ☁

File Edit View Insert Format Data Tools Extensions Help

100% 123 Default... 10 B I A

A1	A	B	C	D	E	F
1						
2	NAME LASTNAME / Nickname	Gašper Predanič				
3						
4	Statement				SCORE (1-5)	
5	The person clearly states their educational background and area of expertise (e.g., nutrition, health, fitness)				5	
6	They clearly share what professional experience they have and what they do				5	
7	They do not create a false impression about their qualifications (e.g., they don't pretend to be a doctor if they're not)				5	
8	They collaborate with trusted or well-known professionals or institutions (e.g., universities, medical professionals)				4	
9	They are transparent about paid partnerships and mark sponsored content clearly				4	
10	Their content encourages healthy habits and a positive self-image				5	
11	They do not promote extreme diets, "miracle" solutions, or unsafe practices				5	
12					SCORE	33
13						
14						



Finanziado por la Unión Europea. Las opiniones expresadas son responsabilidad exclusiva de los socios del proyecto Green Tick y no reflejan necesariamente las de la Unión Europea ni las de la Agencia Ejecutiva Europea de Educación y Cultura (EACEA). Ni la Unión Europea ni la EACEA se hacen responsables de ellas.



Co-funded by
the European Union

Trener, atlet, športnik, Gašper Predanič26072025 ☆ 📁 ☁

File Edit View Insert Format Data Tools Extensions Help

100% 123 Defaul... 10 B I A

A1 #1

	A	B	C	D	E	F	G
1	#1						
2	LINK [video / post / infographic]	MOJA POT IN POSLANSTVO - PROJEKTNI VIDEO - YouTube					
3							
4	Statement					SCORE (1-5)	Comments
5	The accounts does not produce misleading, exaggerated, or false claims					5	
6	They mention that their information is based on science or expert knowledge					2	
7	Sources (e.g., studies, articles) are clearly provided in the video or description					1	
8	It's clear what is personal opinion and what is backed by research					5	
9	The content promotes a balanced and healthy lifestyle					5	
10	There is no guilt, shame, or pressure used in the messaging					5	
11	The accounts does not promote discrimination based on body, gender, age, race, etc.					5	
12	The accounts does not provoke social comparison					5	
13	Promotions and advertisements are clearly labeled					5	
14					SCORE:	38	
15							
16							
17	#2						
18	LINK [video / post / infographic]	https://www.youtube.com/watch?v=nd4yL9lqCpw					
19							
20	Statement					SCORE (1-5)	Comments
21	The accounts does not produce misleading, exaggerated, or false claims					5	
22	They mention that their information is based on science or expert knowledge					1	
23	Sources (e.g., studies, articles) are clearly provided in the video or description					1	
24	It's clear what is personal opinion and what is backed by research					3	
25	The content promotes a balanced and healthy lifestyle					5	
26	There is no guilt, shame, or pressure used in the messaging					5	

+ MAIN DATA 1. SOCIAL MEDIA ACCOUNT 1.1 INFLUENCER SCORING 2. APPLICATION 3. SUSTAINABILITY (extra)

Figura 1. Formulario de Evaluación

2.2. Estrategia de Investigación

Teniendo en cuenta consideraciones éticas, solo se incluyeron cuentas y aplicaciones de acceso público con contenido abierto. En el caso de las aplicaciones móviles, la selección se limitó a Google Play Store y Apple App Store, ya que ambas son totalmente accesibles en toda la UE y los países socios de Erasmus+. Para las redes sociales, se eligieron las plataformas más utilizadas: Instagram, YouTube, TikTok, Twitter y Facebook. El contenido se revisó en inglés y en los idiomas de los seis países socios, utilizando los términos de búsqueda que se indican a continuación.



Financiado por la Unión Europea. Las opiniones expresadas son responsabilidad exclusiva de los socios del proyecto Green Tick y no reflejan necesariamente las de la Unión Europea ni las de la Agencia Ejecutiva Europea de Educación y Cultura (EACEA). Ni la Unión Europea ni la EACEA se hacen responsables de ellas.



Co-funded by
the European Union

#fitness(Country name or International Country code) #nutrition #healthylifestyle
#fit(Country name or International Country code) #personaltrainer #homeworkout
#healthyfood #nutritionist #physicalactivity #motivation #fitness content creator #gym
influencer #workout coach Instagram #bodyweight training influencer #home fitness
trainer #strength training influencer #HIIT workout influencer #female fitness
influencer #male fitness influencer #fitness motivation #personal training coach
social media #fitness transformation influencer #sport performance coach #nutrition
influencer Instagram #healthy food blogger #vegan nutritionist influencer
#plant-based diet influencer #holistic health coach #meal prep influencer #dietitian
social media #weight loss coach #nutrition content creator #gut health influencer
#low carb lifestyle influencer #intuitive eating coach #wellness influencer #healthy
lifestyle blogger #mindfulness and wellness content creator #mental health and
fitness influencer #self-care coach #well-being advocate social media lifestyle coach
#recovery and injury prevention influencer #holistic wellness influencer #sleep and
recovery coach

2.3. Informar a las cuentas y aplicaciones de redes sociales para su evaluación

Como consorcio, decidimos informar a los propietarios y desarrolladores de cuentas y aplicaciones sobre la evolución de los cambios, aunque solo evaluamos su contenido de acceso abierto. En este contexto, se elaboró el siguiente mensaje y se les envió..

6



Financiado por la Unión Europea. Las opiniones expresadas son responsabilidad exclusiva de los socios del proyecto Green Tick y no reflejan necesariamente las de la Unión Europea ni las de la Agencia Ejecutiva Europea de Educación y Cultura (EACEA). Ni la Unión Europea ni la EACEA se hacen responsables de ellas.



Co-funded by
the European Union

Asunto: Notificación del Evaluación del Perfil – Oportunidad de Recibir la Etiqueta “Green Tick”

Nos gustaría informarle de que su perfil en redes sociales formará parte de una evaluación profesional en el marco de un proyecto Erasmus+ Sport (financiado por la UE), una iniciativa internacional destinada a promover contenido de alta calidad y fiable en los ámbitos del deporte, la salud y la nutrición.

El objetivo de esta evaluación es garantizar la transparencia, la profesionalidad y la integridad ética de los influencers, creadores de contenido y herramientas digitales que influyen en la opinión pública, especialmente entre las generaciones más jóvenes. Mediante esta iniciativa, pretendemos ofrecer una guía clara sobre qué se considera contenido apropiado y responsable en estos ámbitos..

La evaluación abarcará las siguientes áreas:

- **Tu rol como influencer:** incluyendo tus cualificaciones, afiliaciones con instituciones, cumplimiento legal y transparencia en tus colaboraciones.
- **Tu contenido en redes sociales:** su fiabilidad, precisión, inclusividad e impacto general.
- **Aplicaciones digitales que promocionas o utilizas (si corresponde):** con especial atención a la protección de datos, la seguridad, la precisión científica y el fomento de hábitos saludables.

Nota sobre el proceso de evaluación:

La evaluación se basará exclusivamente en el contenido público de tu perfil (como publicaciones, vídeos, descripciones e información pública sobre colaboraciones). Se trata de una revisión profesional y no intrusiva, realizada en el marco de un proyecto financiado por la UE, con el objetivo de reconocer y apoyar a los creadores que contribuyen a una comunicación digital fiable, inclusiva y que promueve la salud.

Tu participación en el proceso no es obligatoria, pero te animamos encarecidamente a que participes activamente: recibe comentarios, mejora tu contenido y únete a una creciente red de creadores reconocidos con la etiqueta Green Tick.

Following the evaluation, your profile will be assigned one of the following statuses:

✓ **Green Tick** – cumple completamente todos los criterios clave.

⚠ **Necesita mejora** – algunas áreas requieren mejoras.

✗ **Rechazado** – No cumple los requerimientos mínimos y presentan importantes deficiencias.

Si tu perfil no cumple inmediatamente con los requisitos para obtener la Insignia Verde, recibirás recomendaciones específicas sobre cómo mejorarlo y alcanzar los estándares exigidos. Así es como puedes llegar a formar parte de la lista de Insignias Verdes.



Financiado por la Unión Europea. Las opiniones expresadas son responsabilidad exclusiva de los socios del proyecto Green Tick y no reflejan necesariamente las de la Unión Europea ni las de la Agencia Ejecutiva Europea de Educación y Cultura (EACEA). Ni la Unión Europea ni la EACEA se hacen responsables de ellas.



Co-funded by
the European Union

3. Hallazgos

El consorcio Green Tick, integrado por siete socios de seis países (Turquía, Grecia, Italia, España, Eslovenia y Portugal), examinó sistemáticamente las cuentas de redes sociales y las aplicaciones para teléfonos inteligentes relacionadas con la dieta, la salud y el deporte.

3.1. Análisis por Categorías (Redes Sociales y Apps)

Dado que en el mundo digital abundan más las cuentas en redes sociales centradas en dieta, salud y deportes que en temas relacionados con aplicaciones, el número de evaluaciones reflejó esta diferencia. La proporción de resultados, como las tasas de aprobación de cuentas en redes sociales y aplicaciones, fue relativamente similar.

Categoría	n	Aprobadas (A)	Necesita modificaciones (NAM)	Rechazadas (R)	A %	NAM %	R %
Aplicación	263	109	94	60	45.7	49.4	4.9
Cuenta RS	692	345	278	69	49.8	40.2	10
Total	955	454	372	129			



Financiado por la Unión Europea. Las opiniones expresadas son responsabilidad exclusiva de los socios del proyecto Green Tick y no reflejan necesariamente las de la Unión Europea ni las de la Agencia Ejecutiva Europea de Educación y Cultura (EACEA). Ni la Unión Europea ni la EACEA se hacen responsables de ellas.



Co-funded by
the European Union

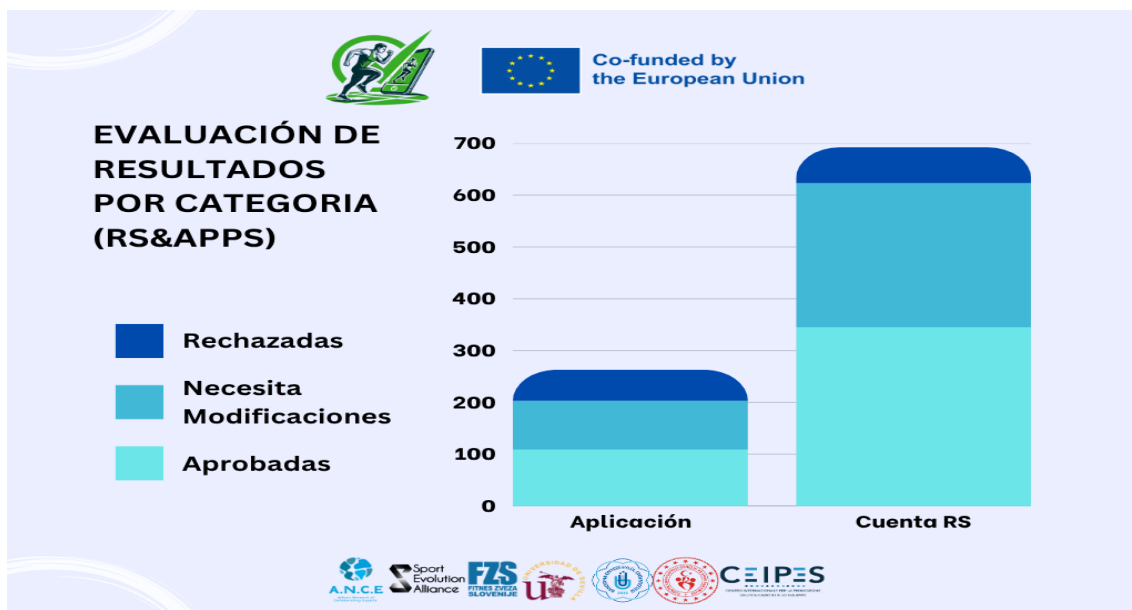


Figura 2. Evaluación de Resultados por Categoría

En el mundo digital actual, donde las redes sociales y las aplicaciones son la principal fuente de información para los jóvenes, es crucial brindarles un entorno seguro y confiable. Los resultados del análisis son bastante preocupantes: en las áreas de salud, deporte y nutrición, las redes sociales solo alcanzan un 52 % de aprobaciones, con aproximadamente un 6,5 % de contenido rechazado. Aún más alarmantes son las cifras para las aplicaciones, donde menos de la mitad (47,31 %) del contenido se aprueba, el 49,23 % requiere ajustes y el 3,46 % es totalmente inadecuado. En promedio, esto significa que solo la mitad del contenido, independientemente de las redes sociales y las aplicaciones digitales, en estos campos es apropiado, creíble y cuenta con respaldo profesional. La otra mitad es cuestionable o incluso engañosa. Dado que las investigaciones demuestran que casi la mitad de los jóvenes modifican directamente sus hábitos de salud debido a su interacción con el contenido de las redes sociales (Goodyear et al., 2018), la abundancia de contenido digital cuestionable o engañoso sobre dieta, salud y





Co-funded by
the European Union

deporte plantea riesgos sustanciales, como el desarrollo de problemas de salud, trastornos alimentarios y lesiones, además de otros desafíos psicológicos y de bienestar. Esto subraya aún más la urgencia de establecer un sistema para verificar y certificar el contenido, tal como lo plantea el proyecto Green Tick.



3.2. Análisis de los Campos

El proyecto Green Tick, y por consiguiente este informe, se centra en tres áreas interrelacionadas: alimentación, salud y deporte. Se hace especial hincapié en la sostenibilidad dentro de estos ámbitos.

Dominio	n	Approbadas (A)	Necesita modificaciones (NAM)	Rechazadas (R)	A %	NAM %	R %
Dieta	286	148	120	18	51.75	41.96	6.29
Salud	314	180	112	22	57.32	35.67	7.01
Deporte	298	115	168	15	38.59	56.38	5.03
Sostenibilidad	57	22	8	27	38.6	14.04	47.37
Total	955	465	408	82	48.69	42.72	8.59

10



Financiado por la Unión Europea. Las opiniones expresadas son responsabilidad exclusiva de los socios del proyecto Green Tick y no reflejan necesariamente las de la Unión Europea ni las de la Agencia Ejecutiva Europea de Educación y Cultura (EACEA). Ni la Unión Europea ni la EACEA se hacen responsables de ellas.



Co-funded by
the European Union

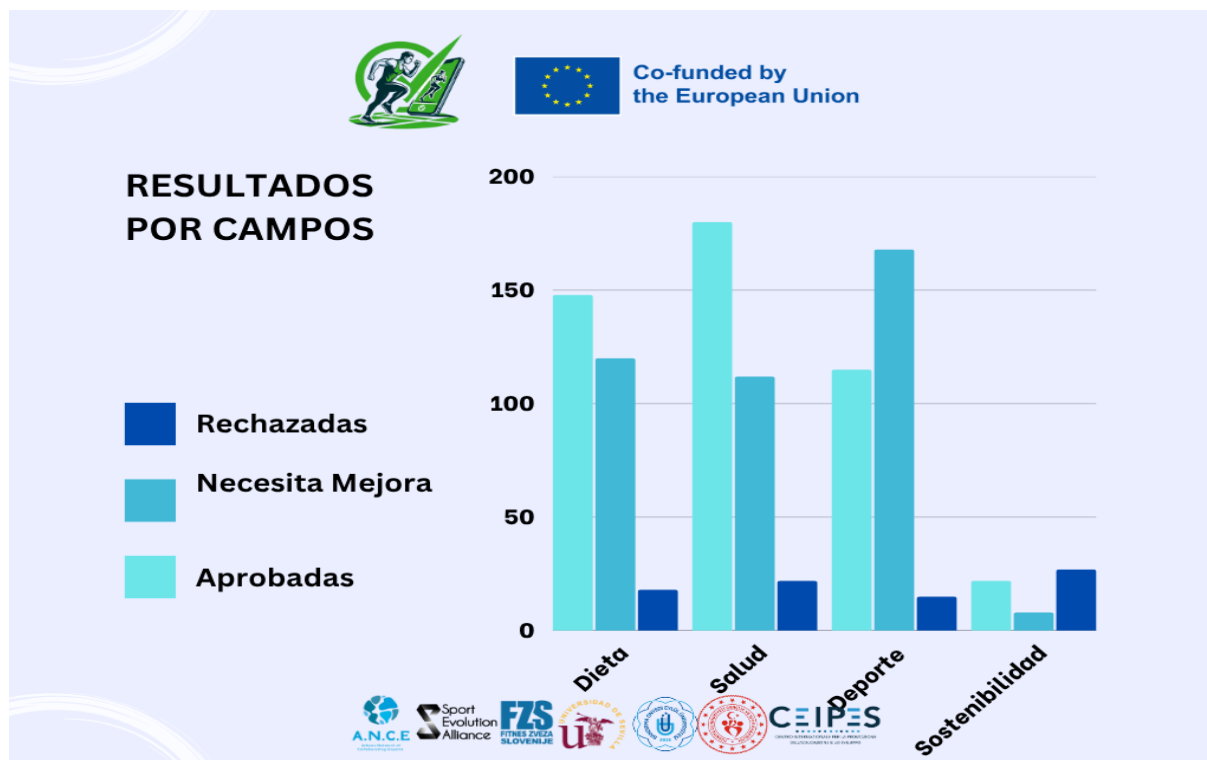


Figura 3. Análisis de los campos

El análisis del contenido en los distintos ámbitos muestra claramente que existen diferencias significativas en la calidad de la información que los jóvenes y usuarios reciben a diario a través de las redes sociales y las aplicaciones. Los ámbitos de salud y nutrición destacan por su fiabilidad, con los índices de aprobación más altos: 57,3 % para salud y 51,7 % para nutrición. Esto indica que estas áreas contienen relativamente más contenido con respaldo y verificación profesional, aunque la situación aún dista mucho de ser satisfactoria. En el ámbito deportivo, el análisis revela una mayor proporción de contenido que requiere ajustes (56,3 %), lo que sugiere un margen de mejora considerable, ya que el contenido a menudo no es lo suficientemente claro, completo ni está validado profesionalmente..





Co-funded by
the European Union

Lo que resulta particularmente preocupante es la situación del ámbito de la sostenibilidad que, a pesar de contar con algunos contenidos aprobados, registra con diferencia la tasa de rechazo más alta (47,3%). Esto sugiere que las prácticas de sostenibilidad y la responsabilidad ambiental suelen ir acompañadas de información inadecuada o incluso engañosa, lo que puede llevar a los usuarios a tomar malas decisiones. En resumen, estos resultados confirman la importancia de verificar sistemáticamente la calidad del contenido digital y establecer estándares claros para la concesión del sello Green Tick. Solo así podremos garantizar que los jóvenes tengan acceso a información fiable y evitar contenidos engañosos que podrían perjudicar su salud, el medio ambiente o su estilo de vida.



3.3. Análisis de los Países

El proyecto Green Tick se está implementando en seis países: Grecia, Italia, Portugal, Eslovenia, España y Turquía (coordinador). Este informe también incluye una evaluación de las cuentas internacionales en redes sociales y las aplicaciones móviles centradas en la alimentación, la salud, el deporte y la sostenibilidad en estas áreas.

12



Financiado por la Unión Europea. Las opiniones expresadas son responsabilidad exclusiva de los socios del proyecto Green Tick y no reflejan necesariamente las de la Unión Europea ni las de la Agencia Ejecutiva Europea de Educación y Cultura (EACEA). Ni la Unión Europea ni la EACEA se hacen responsables de ellas.



Co-funded by
the European Union

País	n	Aprobadas (A)	Necesita modificaciones (NAM)	Rechazadas (R)	A %	NAM %	R %
Grecia	93	27	62	4	29.03	66.67	4.3
Internacional	234	106	112	16	45.3	47.86	6.84
Italia	133	91	26	16	68.42	19.55	12.03
Portugal	106	76	19	11	71.7	17.92	10.38
Eslovenia	111	70	37	4	63.06	33.33	3.6
España	130	60	67	3	46.15	51.54	2.31
Turquía	148	35	85	28	23.65	57.43	18.92
Total	955	465	408	82			

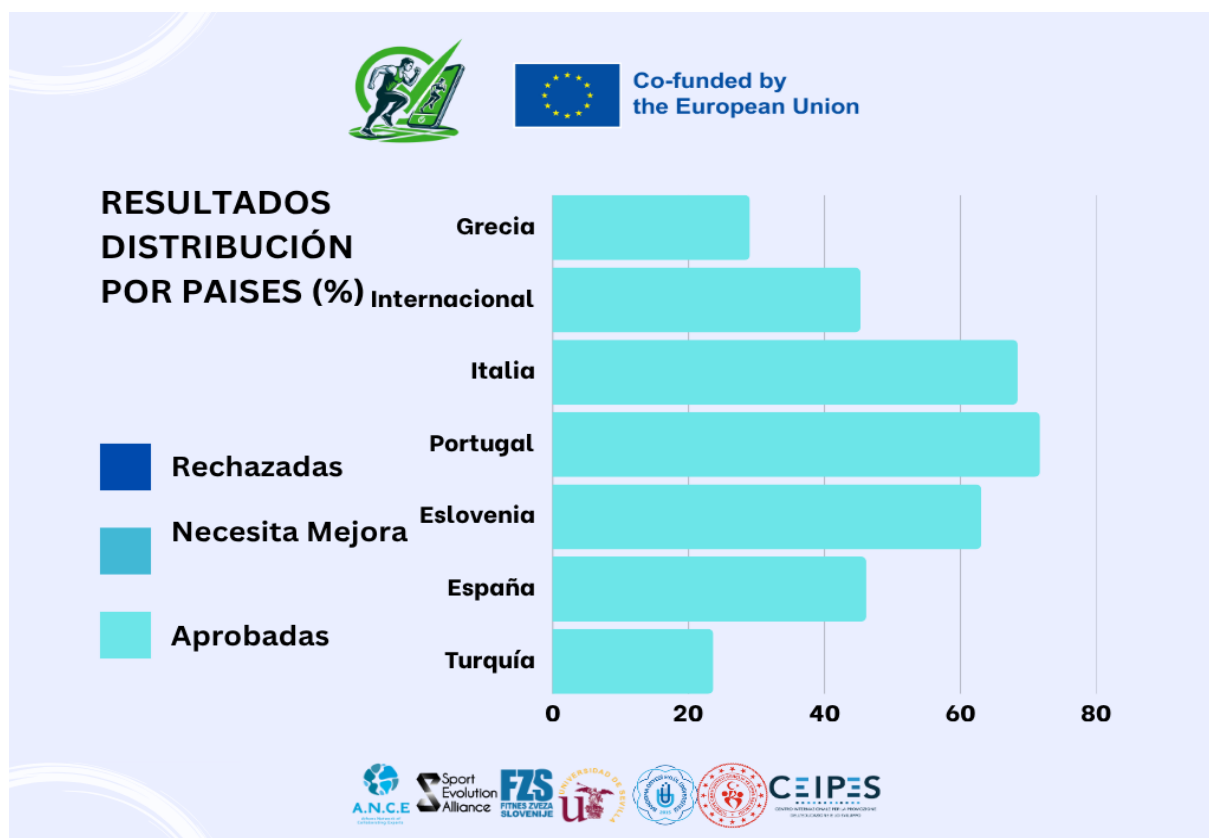


Figura 4. Distribución de países para la evaluación

El análisis del contenido relacionado con la salud, el deporte, la alimentación y la sostenibilidad en estos ámbitos revela grandes diferencias entre países. Estas



Financiado por la Unión Europea. Las opiniones expresadas son responsabilidad exclusiva de los socios del proyecto Green Tick y no reflejan necesariamente las de la Unión Europea ni las de la Agencia Ejecutiva Europea de Educación y Cultura (EACEA). Ni la Unión Europea ni la EACEA se hacen responsables de ellas.



Co-funded by
the European Union

diferencias probablemente se deban a la variación en los estándares de calidad, el acceso a fuentes especializadas y las prácticas locales en la creación de contenido digital. La siguiente figura ilustra la comparación entre los países en esta evaluación. Turquía y Grecia presentan patrones similares, mientras que Italia y Portugal muestran una gran similitud. Los resultados de España se acercan a la media internacional, mientras que Eslovenia supera el promedio internacional, pero aún se sitúa por debajo de los países con mejor desempeño.

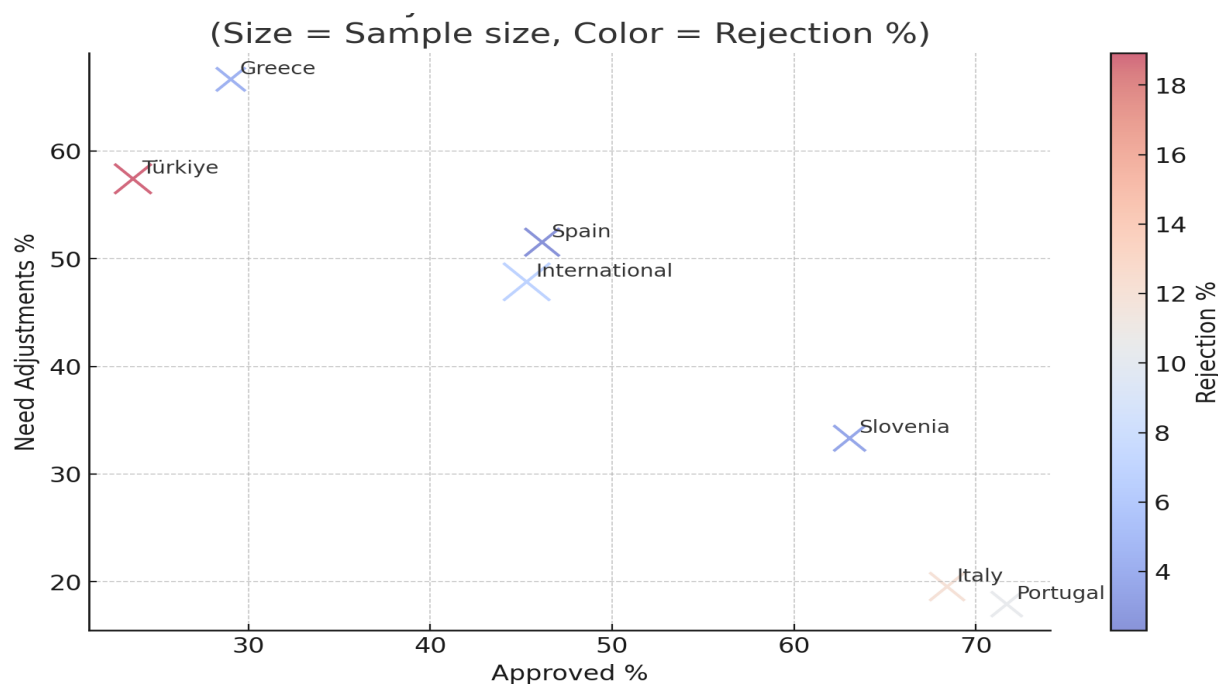


Figura 5. Gráfico de burbujas para países

Sin embargo, cabe destacar que, debido a limitaciones financieras, de tiempo y lingüísticas, la evaluación de las cuentas y aplicaciones de redes sociales fue realizada por personal de cada organización asociada mediante una revisión única, en lugar de una revisión por pares. Esto introduce inevitablemente cierto grado de subjetividad en el proceso, a pesar de que el formulario de evaluación se elaboró conjuntamente y se impartió formación interna a los evaluadores. Para garantizar



Co-funded by
the European Union

una mayor objetividad en futuras evaluaciones, será necesario adoptar un proceso de revisión por pares.

Italia y Portugal destacan como los ejemplos más sólidos, alcanzando aproximadamente un 70 % de aprobaciones. Esto significa que el contenido de estos países cumple mayormente con los criterios profesionales, es verificable y ofrece a los usuarios un alto nivel de fiabilidad. Estos resultados apuntan a enfoques eficaces para la creación de contenido digital y a una mayor concienciación por parte de los creadores sobre la importancia de la calidad de la información. En contraste, Grecia y Turquía registran los índices de aprobación más bajos: un 29 % en Grecia y solo un 23 % en Turquía. En estos dos países, la mayor parte del contenido es, por lo tanto, cuestionable o inadecuado. Cabe destacar que, en Grecia y Turquía, más de la mitad del contenido digital requiere ajustes, lo que indica que las publicaciones suelen estar incompletas, carecen de suficiente respaldo experto o son engañosas.

Eslovenia se sitúa por encima de la media, con un 63 % de aprobaciones. El contenido es de calidad relativamente alta, pero aún hay margen de mejora, especialmente en cuanto a la coherencia e integridad de la información presentada. Por último, si bien algunos países, como Italia, Portugal y España, muestran resultados sólidos, las evaluaciones internacionales revelan que, de media, menos de la mitad del contenido digital en estos ámbitos se considera aceptable (45 %). Dicho de otro modo, más de la mitad del contenido digital suele estar incompleto, carece del respaldo suficiente de expertos o puede resultar engañoso.





Co-funded by
the European Union

Sugerencia

Si bien se han obtenido resultados alentadores en algunos países, dado que solo se ha evaluado una cantidad limitada de contenido, sigue siendo fundamental que todos los países prioricen las iniciativas de fortalecimiento de capacidades para los creadores de contenido digital en materia de alimentación, salud y deportes, mediante estándares más claros, una guía editorial más sólida y capacitación específica. Además, urge contar con mecanismos sistemáticos para combatir el contenido no verificado, poco fiable e inseguro, así como con una supervisión tanto nacional como internacional.

Co-funded by
the European Union

3.4. Análisis por Plataformas

Si bien se analizaron las dos principales plataformas de aplicaciones móviles, también se seleccionaron varias de las plataformas de redes sociales más comunes.

Plataforma	n	Aprobadas (A)	Necesita Modificaciones (NAM)	Rechazadas (R)	A %	NAM %	R %
Apple Store	103	41	52	10	39.81	50.49	9.70
Play Store	87	38	43	6	43.68	49.42	6.9
Ambas	73	39	34	0	53.42	46.58	0.0
Instagram	275	135	116	24	49.09	42.18	8.73
YouTube	113	50	54	9	44.25	47.79	7.96
Facebook	89	54	29	6	60.67	32.58	6.75
Twitter	80	46	23	11	57.5	28.75	13.75
TikTok	135	60	56	19	44.44	41.48	14.08
Total	692	345	278				



Financiado por la Unión Europea. Las opiniones expresadas son responsabilidad exclusiva de los socios del proyecto Green Tick y no reflejan necesariamente las de la Unión Europea ni las de la Agencia Ejecutiva Europea de Educación y Cultura (EACEA). Ni la Unión Europea ni la EACEA se hacen responsables de ellas.



Co-funded by
the European Union

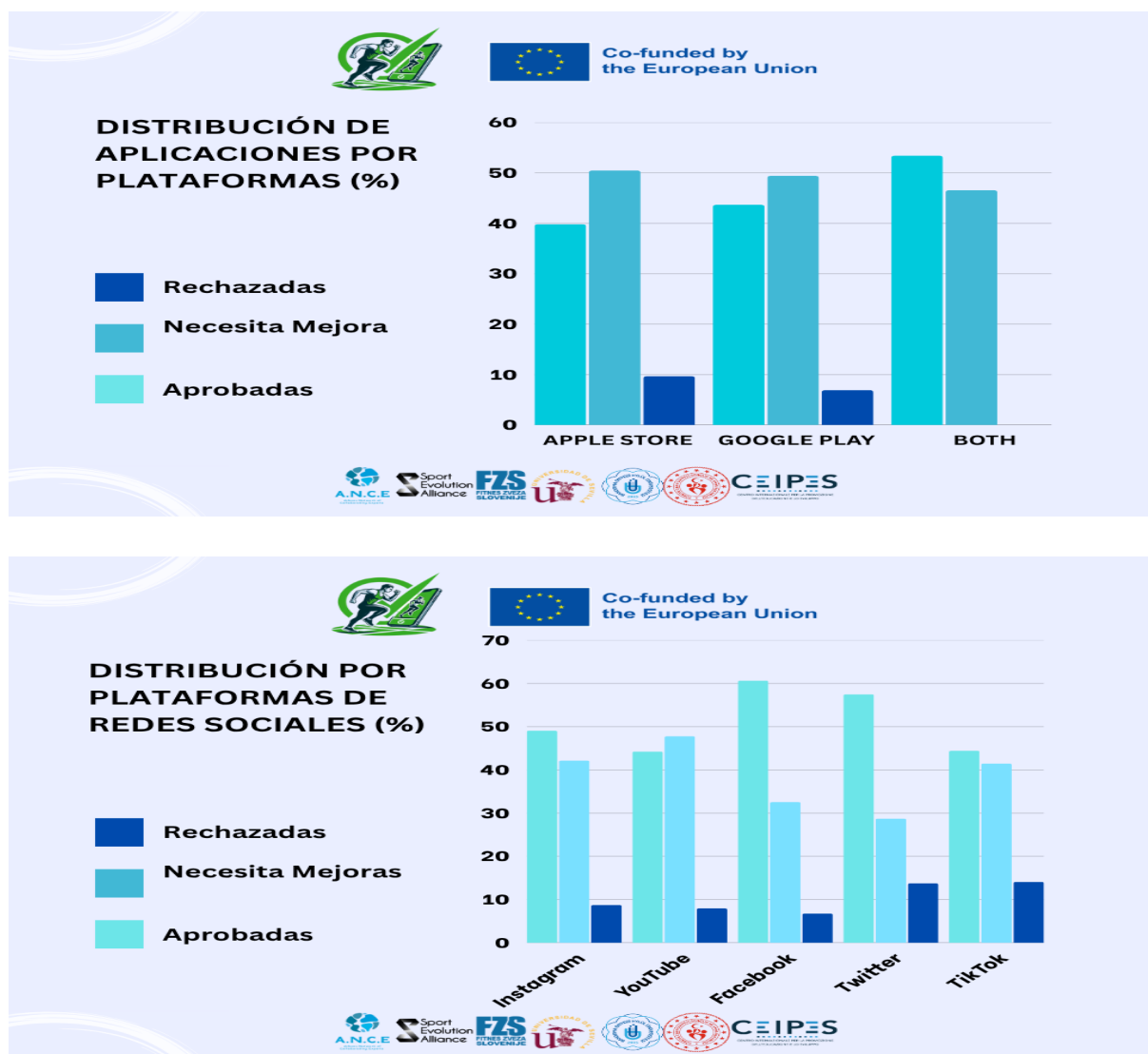


Figura 6. Evaluación de Plataformas (Aplicaciones y RS)

El análisis del contenido digital por plataforma revela diferencias en la calidad, fiabilidad y respaldo profesional de la información que los usuarios reciben a través de aplicaciones y redes sociales. Los resultados muestran que las redes sociales presentan una mayor tasa de aprobación general en comparación con las aplicaciones. Sin embargo, también requieren más ajustes y se enfrentan a un

17



Financiado por la Unión Europea. Las opiniones expresadas son responsabilidad exclusiva de los socios del proyecto Green Tick y no reflejan necesariamente las de la Unión Europea ni las de la Agencia Ejecutiva Europea de Educación y Cultura (EACEA). Ni la Unión Europea ni la EACEA se hacen responsables de ellas.



Co-funded by
the European Union

mayor nivel de rechazo que el contenido de las aplicaciones. En cuanto a las tiendas de aplicaciones, ambas plataformas muestran resultados muy similares, lo que indica una calidad comparable en las áreas de salud, deporte, nutrición y sostenibilidad. Como era de esperar, las aplicaciones disponibles en ambas plataformas demuestran mayor fiabilidad, con contenido más verificable y seguro. Aproximadamente el 40 % del contenido de las aplicaciones se aprueba, mientras que casi el 50 % requiere ajustes, lo que indica que las aplicaciones a menudo contienen información incompleta o insuficientemente fundamentada.

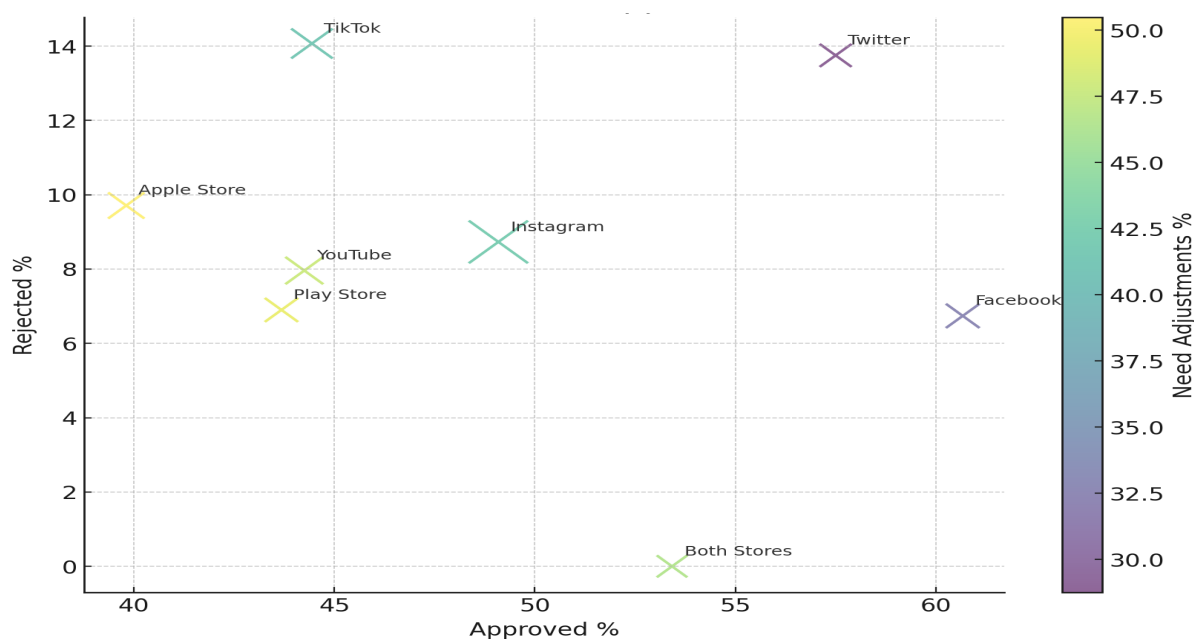


Figura 7. Gráfico de Burbujas para Plataformas

En promedio, en el caso de las redes sociales, se aprueba poco más de la mitad del contenido, mientras que casi el 40 % requiere ajustes y más del 10 % se consideró de alto riesgo y, por lo tanto, se rechazó durante la evaluación. Dicho esto, las diferencias en la calidad del contenido son aún más marcadas.



Co-funded by
the European Union

Facebook y Twitter destacan por sus altos porcentajes de aprobación, lo que significa que la mayor parte del contenido verificado en estas plataformas cumple con estándares profesionales sólidos y es apto para un uso más amplio. Esto también sugiere mecanismos de verificación de contenido mejor estructurados o una mayor responsabilidad por parte de los creadores. Instagram alcanza aproximadamente el 50 % de aprobaciones. Si bien esto es relativamente bueno, casi la mitad del contenido sigue siendo cuestionable. Esto es particularmente preocupante porque, junto con TikTok, Instagram es una de las plataformas más utilizadas entre los jóvenes, lo que aumenta el riesgo de difundir información no verificada sobre salud, dieta y deporte. YouTube registra alrededor del 45 % de aprobaciones, lo que la sitúa entre las plataformas con menor fiabilidad junto con TikTok. Una gran parte del contenido requiere ajustes o rechazo, lo que refleja los desafíos de una plataforma basada en vídeo donde el control de calidad suele ser más difícil, también porque los vídeos son más largos. TikTok también muestra el mayor nivel de rechazo en comparación con todas las demás plataformas, mientras que Facebook, la más antigua de ellas, registra la tasa de rechazo más baja. Aunque la tasa general de rechazo parece relativamente baja (aproximadamente el 9 %), aún existe una proporción considerable de contenido que requiere ajustes (42 %) tanto para redes sociales como para aplicaciones. Dado que desconocemos el grado de interacción de los participantes con cada tipo de contenido, la amplia disponibilidad de contenido cuestionable o engañoso supone riesgos considerables para la salud.





Co-funded by
the European Union



Sugerencia

Las aplicaciones accesibles desde ambas plataformas tienden a ser más fiables; esto se debe probablemente a que su desarrollo y mantenimiento requieren una mayor inversión y profesionalidad, lo que se traduce en contenido más verificable y seguro. Si bien existen más cuentas verificadas en redes sociales que aplicaciones, el promedio de estas últimas es superior, lo que pone de manifiesto que las aplicaciones requieren una producción de contenido más consistente, estructurada y sistemática, aunque el pensamiento crítico sigue siendo fundamental.



Co-funded by
the European Union

4. Interpretación del Feedback dado a Cuentas de RS y Aplicaciones

Se recopilaban más de 150 comentarios y opiniones individuales para su evaluación, en los idiomas correspondientes. Si bien no fue posible realizar un análisis completamente sistemático y exhaustivo de estos datos cualitativos, a continuación se presenta un resumen para ofrecer información sobre la naturaleza del contenido digital sobre dieta, salud y deporte en las plataformas examinadas. Este resumen se presenta bajo los 6 títulos.

1. Necesidad de Credibilidad Científica

- o El comentario más frecuente destaca la falta de referencias a investigaciones científicas, fuentes revisadas por pares o colaboración con expertos.
- o Los usuarios solicitan de manera constante más información respaldada por la ciencia, citas y fuentes transparentes tanto en redes sociales como en aplicaciones.

2. Transparencia de la Experiencia

- o Tanto las cuentas de redes sociales como las aplicaciones no proporcionan detalles sobre la formación académica, las calificaciones profesionales o las colaboraciones con expertos.
- o Esta falta de claridad debilita la confianza y genera dudas sobre la fiabilidad.

3. Calidad y Estructura del Contenido

20



Financiado por la Unión Europea. Las opiniones expresadas son responsabilidad exclusiva de los socios del proyecto Green Tick y no reflejan necesariamente las de la Unión Europea ni las de la Agencia Ejecutiva Europea de Educación y Cultura (EACEA). Ni la Unión Europea ni la EACEA se hacen responsables de ellas.



Co-funded by
the European Union

- o **Aplicaciones:** A menudo son más estructuradas y sistemáticas, pero muchas aún carecen de tutoriales, profundidad educativa o fundamentos basados en investigaciones revisadas por pares.
 - o **Redes Sociales:** Aunque son accesibles y motivacionales, el contenido suele ser anecdótico, promocional o basado en el entretenimiento, con un apoyo limitado en evidencia científica.
4. **Comercialización y Sesgo Promocional**
- o Varios comentarios señalan que los canales o aplicaciones sirven principalmente para promocionar productos o marcas (suplementos, ropa deportiva, cosméticos) sin indicarlo claramente.
 - o La promoción de productos o marcas suele hacerse a expensas de contenido informativo, educativo o equilibrado, lo cual resulta bastante preocupante.
5. **Sostenibilidad y Seguridad**
- o Las prácticas inseguras o engañosas siguen siendo una preocupación en el contenido orientado a la sostenibilidad; por lo tanto, se necesita una orientación más clara sobre seguridad, especialmente frente a afirmaciones extremas.
6. **Interacción y Profesionalismo**
- o Los comentarios positivos destacan las cuentas que colaboran con expertos reconocidos, presentan calificaciones transparentes o utilizan estudios creíbles.
 - o Los perfiles con poca actividad o mal gestionados (pocos videos, sin verificación) fueron calificados con puntuaciones bajas y, a menudo, “rechazados.”

En resumen, las cuentas y aplicaciones de redes sociales más importantes (aproximadamente el 50 %) demuestran profesionalismo, citan estudios, colaboran con expertos y presentan contenido estructurado y conciso. Sin embargo, la mayoría carece de credenciales transparentes, se basa en contenido anecdótico o promocional y ofrece escasa fundamentación científica.





Co-funded by
the European Union



Sugerencia

El contenido siempre debe basarse en información científicamente fundamentada; por lo tanto, es esencial estar abierto a la investigación científica y hacer referencia a ella con frecuencia. La transparencia es crucial para garantizar que el contenido digital sea fiable y verificable. Los materiales promocionales de productos o marcas deben identificarse claramente y no deben tener prioridad sobre la comunicación informativa, educativa o equilibrada. Deben evitarse las afirmaciones exageradas, incluidas las relacionadas con la sostenibilidad. Finalmente, debe reforzarse la colaboración con expertos reconocidos para mejorar la credibilidad y la confianza.



Co-funded by
the European Union

5. Mejoras Propuestas

El análisis indica un patrón claro: una mayor disposición a cooperar se asocia con una mayor calidad del contenido. Esto abre oportunidades para estrategias centradas en aumentar la participación de los creadores:

Fomentar la comunicación proactiva

- En los países con bajas tasas de respuesta, se debe fortalecer la comunicación y presentar claramente a los creadores los beneficios del sello **Green Tick**.
- Una mayor concienciación puede aumentar la disposición a colaborar, lo que a largo plazo se traduce en un contenido más competente.

Utilizar los países con mejores prácticas como modelos

- **Portugal e Italia** pueden servir como ejemplos de buenas prácticas, ya que combinan una alta proporción de contenido de calidad con una actitud positiva entre los creadores.
- La organización de talleres, seminarios web, formaciones e intercambios de experiencias entre países podría mejorar los resultados en aquellos lugares donde la calidad del contenido es más débil.

Vincular la competencia del contenido con una reputación positiva

22



Financiado por la Unión Europea. Las opiniones expresadas son responsabilidad exclusiva de los socios del proyecto Green Tick y no reflejan necesariamente las de la Unión Europea ni las de la Agencia Ejecutiva Europea de Educación y Cultura (EACEA). Ni la Unión Europea ni la EACEA se hacen responsables de ellas.



Co-funded by
the European Union

- Los perfiles que reciban el sello “**Green Tick**” pueden utilizarlo como una señal de confianza y un valor añadido para su audiencia. Esto motiva a los creadores a participar activamente y mejorar la calidad de su contenido.

Apoyo específico para áreas con mayores desafíos

- Para **Grecia y Türkiye**, sería recomendable desarrollar campañas específicas destinadas a aumentar la capacidad de respuesta y mejorar la alfabetización digital.

Propuestas de mejora metodológica:

- Adaptar la lista de verificación a los diferentes estilos de influencers y dividir las preguntas por dominio (dieta, salud, deporte, sostenibilidad).
- Involucrar a expertos temáticos de cada dominio para realizar una evaluación más detallada del contenido.
- La **revisión por pares** ayuda a minimizar la subjetividad en las evaluaciones, aumentando así la objetividad de los resultados.
- Utilizar **inteligencia artificial (IA)** para verificar referencias, detectar afirmaciones y semiautomatizar la verificación de hechos.
- La revisión por pares ayuda a minimizar la subjetividad en las evaluaciones, mejorando así la objetividad de los resultados.
- Utilizar IA para verificar referencias, detectar afirmaciones y semiautomatizar la verificación de datos.

5. Conclusión

El análisis de contenido en las áreas de salud, deporte, nutrición y sostenibilidad muestra claramente que la calidad de la información en las plataformas digitales es desigual y, a menudo, insuficiente. En promedio, solo alrededor del 50 % del contenido es competente, lo que significa que la otra mitad es cuestionable o inadecuada. Si bien las redes sociales reciben más aprobaciones en general, las aplicaciones muestran un promedio más alto, lo que refleja políticas de contenido más estructuradas y verificables. No obstante, las políticas de patrocinio, los intereses comerciales, la limitada experiencia y los débiles mecanismos de control contra el contenido engañoso o cuestionable siguen representando riesgos para ambas plataformas. Los mejores resultados provienen de Portugal e Italia, donde el contenido es de la más alta calidad y los creadores también muestran la mayor disposición a colaborar. En contraste, Grecia y Turquía destacan por el menor porcentaje de contenido aprobado y la baja participación de los creadores. Entre las redes sociales, Facebook y Twitter alcanzan los mayores porcentajes de aprobación,

23



Financiado por la Unión Europea. Las opiniones expresadas son responsabilidad exclusiva de los socios del proyecto Green Tick y no reflejan necesariamente las de la Unión Europea ni las de la Agencia Ejecutiva Europea de Educación y Cultura (EACEA). Ni la Unión Europea ni la EACEA se hacen responsables de ellas.



Co-funded by
the European Union

mientras que Instagram, YouTube, TikTok y las aplicaciones de la App Store y Google Play muestran un mayor porcentaje de contenido incompleto, cuestionable o inadecuado. Los resultados confirman que, para garantizar un mundo digital seguro, es esencial:

- Aumentar la proporción de contenido verificado y aprobado,
- Fomentar la colaboración entre creadores, y
- Establecer estándares de calidad claros mediante el sello de calidad Green Tick.

Por lo tanto, es fundamental continuar y ampliar el proyecto Green Tick. Este proyecto ofrece la oportunidad de establecer marcos de calidad sólidos que permitan evaluar el contenido en línea, priorizar los perfiles confiables y brindar a los usuarios acceso a información segura, verificada y con respaldo profesional.

Solo así podremos, a largo plazo, crear un entorno digital confiable y capacitar a las nuevas generaciones para que utilicen la web de manera responsable.



Financiado por la Unión Europea. Las opiniones expresadas son responsabilidad exclusiva de los socios del proyecto Green Tick y no reflejan necesariamente las de la Unión Europea ni las de la Agencia Ejecutiva Europea de Educación y Cultura (EACEA). Ni la Unión Europea ni la EACEA se hacen responsables de ellas.