

텔레비전을 통한 영양교육 : 영양관련 프로그램의 내용분석

이정원, 이보경* 충남대학교 가정교육과, 유한대학 식품영양과*

Television in nutrition education: Content analysis of nutrition-related programs. Joung-Won Lee, Bo-Kyung Lee* Dept. of Home Economics Education, Chungnam National University, Department of Food and Nutrition Yuhan College*

텔레비전(TV)은 그 어떤 매스 미디어보다도 영향력이 큰 영양교육 매체로서 다양한 형태로 영양관련정보를 제공하고 있다. TV는 국민의 식생활에 대한 인식, 태도 및 행동에 많은 영향을 주고 있으며 동시에 방송내용은 그 시대의 건강과 영양문제를 반영하기도 한다. 이에 본 연구에서는 1990년대 TV의 영양교육적 역할과 일반대중의 영양에 대한 관심 및 문제점들을 검토하기 위하여 2개의 영양관련 프로그램(정기적으로 연속기획된 A프로그램: 1993.1-1997.7의 361회 방송내용과 뉴스보도중의 B프로그램: 1997. 1-1997.7의 115회 방송내용)의 내용분석이 이루어졌다. 방송내용은 식품과 영양소, 질병, 요리, 식습관과 건강, 식품위생과 안전성의 5가지 주제로 분류하여 주제별로 세부내용과 방영빈도 및 백분율이 연도별로 분석되었고, 주제내용에 대한 평가도 부분적으로 실시되었다. 방영빈도는 식품과 영양소(39.5%), 질병(34.7%), 식습관과 건강(13.0%), 요리(8.2%), 식품위생과 안전성(4.6%)순으로 최근일수록 질병, 식품위생과 안전성의 방영횟수가 증가하였다. 식품은 채소·과일·해조류(32.7%), 육·어·난·두류(17.3%), 건강보조식품(11.9%), 유지 및 조미료(9.5%), 곡류(8.3%), 기호식품(7.8%), 물(4.2%), 우유 및 유제품(3.6%)순이었다. 우유 및 유제품은 모든 연령층에서 부족한 칼슘의 섭취를 유도하는 차원에서 방영횟수를 증가시킬 필요가 있겠다. 식품의 내용으로는 영양적 가치(66.9%), 조리법(61.8%), 효능(58.0%), 관련질환, 식품의 품종, 구매요령, 식품궁합 등이 방영되었는데 쌀, 해조류, 된장 등 다빈도소비식품의 간과되기 쉬운 영양적 가치와 효능을 새롭게 인식시켰으며 양파, 마늘 등은 과잉생산되어 소비장려차원에서 방영되기도 하였다. 영양소는 지방, 비타민, 식이섬유소, 무기질이 비슷한 비유로 방영되었고 영양소의 체내기능(100.0%)과 관련질환(100.0%), 함유식품(85.7%), 섭취방법(64.3%), 섭취실태, 부작용 등의 내용이 있었다. 질병은 순환기계 질환(13.3%), 암(12.7%), 골격계 질환(12.7%), 비만(12.1%), 소화기계 질환(8.5%), 간·담낭질환(6.7%),치아질환(6.1%),당뇨(4.2%) 등의 순이었고 예방과 치료를 위한 식사요법(76.5%),원인(60.0%),약물치료(54.1%), 증상(50.6%), 운동요법(29.4%), 진단법(25.9%), 합병증(24.7%), 생활습관(23.5%) 등이 설명되었는데, 최근일수록 식사요법과 함께 운동요법과 생활습관에 대한 내용이 두드러지게 많아져 질병예방차원의 건강증진효과가 컸으리라 기대된다. 요리에서는 건강요리와 조리법(41.0%)이 많았고 식습관과 건강에서는 건강상식(45.2%), 균형식·건강식(21.0%), 장수와 식생활(14.5%)이 대부분이었으며 식품위생과 안전성에서는 식중독(27.3%), 수입농산물의 안전성(22.7%), 다이어트 상품의 안전성(18.2%), 부정식품(18.2%)에 대하여 주로 다루었다. 이상의 TV프로그램은 다양한 영양정보를 시의적절하고 실천성 있게 제공하였고 간과되기 쉬운 영양지식의 재인식 및 새로운 내용도 다루어 영양교육적 역할을 긍정적으로 수행하였다고 볼 수 있다. 또한 식량소비정책에도 한 역할을 하고 있었다. 그러나 방영빈도로 볼 때 칼슘섭취 증진을 위해서 우유 및 우유제품, 발생을 및 그로 인한 합병증의 심각성을 고려할 때 당뇨병에 관한 방영 빈도가 매우 낮다. 이에 관한 방영의 증가는 국민 건강증진에 기여하는 바가 클 것이다. 또한 부분적으로 영양학적으로 근거가 불확실하거나 잘못된 정보, 제목의 과장, 지나친 강조, 불공정한 정보 등이 있었는데, 이러한 문제가 영양전문가와 방송제작자의 적극적 협력으로 개선된다면 TV는 영양교육의 완전하고 효과적인 매체가 될 것이다. ©