

영양관련 프로그램의 내용분석을 통한 텔레비전의 영양교육적 역할의 검토

이 정 원[†] · 이 보 경*

충남대학교 가정교육과. 유한대학 식품영양학과*

Examination about the Television's Role of Nutrition Education through Content Analysis of Nutrition-related Programs

Joung-Won Lee,[†] Bokyung Lee*

*Department of Home Economics Education, Chungnam National University, Taejon, Korea
Department of Food and Nutrition,* Yuhan College, Buchon, Kyunggido, Korea*

ABSTRACT

In order to examine the television(TV)'s role of nutrition education and the nutritional interests and problems of the general public in the 1990s, a contents analysis was done on two nutrition-related TV programs, a regular round-table talk show and a newscast. Broadcast from January 1993 to July 1997 and from January 1997 to July 1997, respectively. Nutrition-related information was classified into five categories. Food and nutrient(39.5%) and diseases(34.7%) were most frequently telecasted, which were followed by food habits and general health(13.0%), traditional dishes and cookery(8.2%), and food sanitation and safety(4.6%). In becoming the latest year, some trends in the issues displayed increased telecasts about disease, dish and cookery, and food safety, while the telecasting of food and nutrient decreased. The contents about the relationship between life-style(including diet) and chronic degenerative diseases and the importance of balanced diets and regular meals for health promotion became particularly emphasized. Overall, two TV programs provided the public with positive, practical, and sometimes practice nutrition education messages for improving eating life and health care. They also raised the public's awareness of the nutritional importance of Korean staple foods such as rice, kimchi, seaweed, and soysauce, and they sometimes satisfied the audience's curiosities by introducing Korean food culture or foods of Buddhist priests. When the accident of food toxicity occurred concrete information about how to manage it was rapidly given to the public. In addition they played a role in food balance policy by telecasting over-product foods such as garlic and onion. However some negative points appeared. Telecasts on milk and its products and diabetes mellitus showed the least frequently. These shows should be broadcast more often considering the present nutrition and health problems in Korea. Some functions or effects of foods were mostly explained by only physicians of Chinese medicine. Sometimes misinformed, unclear, overemphasized, biased, or unfair information was televised to the public. If these problems

[†]Corresponding author : Joung-Won Lee, Department of Home Economics Education, Chungnam National University, #220 Kung-dong, Yusong-gu, Taejon 305-764, Korea
Tel : 042) 821-6841, Fax : 042) 822-8283
E-mail : leejw@hanbat.chungnam.ac.kr

could be solved through the sincere cooperation between nutrition faculty and TV produces, become television could a more complete and effective medium for educating the public about nutrition. (*Korean J Community Nutrition* 3(4) : 642~654, 1998)

KEY WORDS : television(TV) · nutrition-related program · content analysis · nutrition education.

서 론

근래의 빠른 경제성장과 생활수준의 향상으로 건강에 대한 사회적 관심이 고조되고 있다. 특히 건강한 삶을 저해하며 나아가 사망의 주된 원인이 되고 있는 만성퇴행성 질환들이 식생활과 밀접한 관련이 있음이 밝혀지면서 식품의 영양가, 건강을 위한 식생활 방식에 대한 국민의 정보 욕구가 날로 증가되고 있다. 이제 건강은 사람이 삶을 영위하는 데 기본적으로 요구되는 의, 식, 주 3요소 이외의 또 하나의 요소가 되고 있다. 이에 맞추어 각종 매스미디어는 다양한 형태로 건강과 영양 관련 정보를 제공하고 있으며 국민의 식생활에 대한 인식, 태도 및 행동에 많은 영향을 주고 있다(Chicci & Guthrie 1982; Christopher 등 1980; Goldberg 등 1989). 이 시점에서 쉽게 이해할 수 있고 정확한 영양정보를 제공함으로써 국민의 식생활을 바람직한 방향으로 이끌어야 함은 필수적으로 요구되는 일이다. 국민건강증진법에도 취약계층과 연령별 영양교육 사업의 내용을 명시하고 그 중요성을 강조하고 있다(박기준 1995; 조병룡 1995).

매스 미디어는 일반 대중이 가장 많이 접하는 건강과 영양에 관한 지식의 주요 정보원이 되었으며 특히 신문, 라디오 등은 과거 식생활 개선에 앞장서 대중을 계몽하는 데 많은 기여를 하여왔다(김은경 등 1996; 남정자 등 1995; Axelson & Delca 1978; Lambert-Lagace 1983). 예를 들면 1970년에 우리 나라에서 처음으로 미국 민간원조단체인 CARE 주관으로 실시된 KBS 라디오의 스포트 방송(spot announcement)은 균형식과 혼식 장려에 그 효과가 컸음이 보고되고 있다(Higgins & Montague 1972). 최근 대한영양사회에서는 신문, 잡지, 텔레비전(TV)의 영양 관련 내용을 부분적으로 모니터한 후 매스 미디어들이 식품영양에 대한 지식을 다양하고 시의적절하게 소개하고 있으며 건강에 미치는 식생활의 기능, 식품의 안전성에 대한 관심을 증폭시키는 등 정기능적 효과가 매우 많았다고 보고하고 있다(대한영양사회 1994~1997).

매스 미디어중에서 특히 TV의 강력한 정보전달 효과에 대해서는 의심의 여지가 없다. TV는 영상과 음향을 함께 전달하고 직접 대화하는 방식으로 TV와 공존하는 느낌을 갖게 함으로써 시청자로 하여금 방송되는 정보를 그대로 자신의 지식으로 받아들이게 한다(이정원 1998). 따라서 TV를 통해 전파되는 영양관련 정보가 국민 건강에 미치는 영향은 다른 어느 매스 미디어보다도 직접적이며 지대하다. 우리 나라 TV방송국에서는 토크쇼, 전문가 초청 좌담회 등 여러 가지 형태로 영양관련 프로그램을 방영하고 있다. 더욱이 1997년부터는 가장 전파력이 강한 저녁 9시 또는 8시 뉴스시간에 기획보도로서 건강과 영양 정보를 방송하고 있어 이제 TV는 국민 건강 증진에 매우 영향력이 큰 영양교육 매체가 되었다.

영양교육이 효과적으로 실행하려면 교육 내용이 이해하기 쉽고 구체적으로 분명하게 설명되어야 한다. 그러나 TV프로그램에서 이루어지는 영양교육은 전파력은 크지만 과장된 식품광고, 왜곡된 영양지식, 무절제한 정보의 범람 등 정확성과 전문성에서는 여러 문제가 나타나고 있다(김희섭 1996; Kotz & Story 1994). 그 주된 원인의 하나는 영양관련 전공자와 TV프로그램 제작자의 이에 대한 인식과 협조 부재에 있다. 식생활관련 TV프로그램 담당 PD들을 대상으로 설문조사한 연구에 따르면(이정원 · 이보경 1998) 대부분의 PD들은 식생활 정보를 제공함으로써 국민의 건강을 증진시킨다는 장기적 목적은 이해하고 있으나, 식품영양분야의 전문성 확보에 관한 인식은 아직 부족하여 실제 식생활관련 프로그램의 출연자 구성을 볼 때 식품영양학자의 참여율은 매우 낮았다. 식품영양 전공자의 적극적인 참여 의식과 노력 또한 미흡한 것으로 보고되었다.

또한, TV를 통한 영양교육은 그 내용이 시청자가 필요로 하는 실질적인 주제이어야 한다. 실제로 방송프로그램 제작은 소비자 즉 시청자중심으로 이루어지며 그들이 궁금해하는 식생활과 영양관련 내용이 프로그램의 주제로 선정된다. 동시에 TV의 영양관련 프로그램이 식품 선택과 구매에 미치는 영향력 또한 적지 않다. 어떤 식품이 건강에 좋다는 내용이 방송되면 그 후 며칠간 그 식품의 판매량이 급증한다고 한다. 따라서

TV방송 내용은 그 시대의 영양적 관심과 문제를 반영하며 동시에 그것에 영향을 주기도 한다.

이에 본 연구에서는 식품, 영양 및 건강의 주제를 가장 많이 다루고 있는 TV프로그램을 대상으로 영양관련 주제를 분석하여 1990년대 국민의 영양적 관심과 문제를 알아봄과 동시에 TV의 영양교육적 역할과 대책을 검토하고자 하였다.

연구방법

1. 분석대상 TV프로그램의 선정과 자료수집

식생활관련 내용을 다루고 있는 TV프로그램 중에서 1983년부터 지속적으로 식품, 영양 및 건강에 관한 주제를 가장 많이 다루고 있으며 동시에 가족의 식생활관리자인 여성의 시청률이 매우 높은 아침 프로그램으로서 1회 40~60분간 방송되는 A프로그램과 1997년부터 시작되었으며 전파력이 매우 강한 저녁 9시 뉴스보도시간에 매일 1~2분간 방영되고 있는 B프로그램을 분석 대상으로 선정하였다.

A프로그램은 지난 4년 7개월(1993년 1월부터 1997년 7월)에 걸쳐 방영된 총 1190회의 방송물 중에서 식품, 영양, 질병, 건강 등이 주제인 361회의 방송 내용을 TV방송국에 보관되었던 방송기록에서 발췌하였다. 1997년도의 방영물은 제목만 수집할 수 있었다. B프로그램은 1997년 1월부터 1997년 7월까지의 전체 보도횟수 172회의 제목 목록중에서 식생활과 관련된 115회분의 제목만을 수집하였다.

2. 자료 분석

수집된 A프로그램은 각 회의 방송기록 내용을 가장 역점을 둔 주제를 중심으로 식품과 영양소, 질병과 식이요법, 조리, 식습관과 건강전반, 식품위생과 안전성의 5가지 주제로 분류되었고 각 주제는 다시 종류 및 내용 별로 나뉘어져 방영 빈도와 백분율이 연도별로 분석되었으며, 토론 내용에 대한 평가도 실시되었다. B프로그램은 각 회 방송제목이 위의 5가지 주제로만 분류되어 최근의 주제 경향만 분석되었다.

결과 및 고찰

1. 영양관련 프로그램 주제의 분포

A와 B 프로그램 중에서 식품, 영양 및 건강과 관련

되어(이하 영양관련) 본 연구자료로 이용된 방영물은 모두 476회이었다. 조사기간에 A프로그램의 영양관련 방영물은 361회로서 전체 방영횟수 1190회의 30.3%를 차지하였고, B프로그램의 영양관련 방송물은 115회로 전체 방영횟수 172회의 66.9%나 되었다. 이로써 각 TV방송국이 시청률에 매우 민감함을 고려할 때 시청자들의 영양관련 정보에 대한 관심이 매우 높음을 알 수 있다. A와 B 프로그램 사이에 영양관련 방송 비율이 크게 차이가 나는 것은 A프로그램은 생활전반에 걸쳐 다루며 B프로그램은 건강에 관련된 내용만 보도하기 때문일 것이다.

영양관련 주제를 식품과 영양소, 질병, 요리, 식습관과 건강전반, 식품위생과 안전성으로 분류하고 방영 빈도수와 백분율 및 연도별 변화를 분석한 결과는 Table 1과 같다. 식품이나 영양소가 중심인 주제의 방송 빈도가 모두 188회(전체 476회의 39.5%)로서 가장 많았다. 다음으로 질병이 34.7%, 식습관과 건강전반이 13.0%, 요리 8.2%, 식품위생과 안전성 4.6%의 순이었다. A프로그램에서는 식품과 영양소(171회, 총 361회의 47.4%), 질병(25.5%), 요리(10.8%)의 방송순위를 나타낸 반면, B프로그램에서는 질병(73회, 총 115회의 63.5%), 식습관과 건강전반(20.9%), 식품과 영양소(14.8%)의 순이었다.

연도별 변화는 1997년에 시작된 B프로그램에서는 볼 수 없으므로 A프로그램에서만 살펴보았다. 식품과 영양소의 주제는 1993년과 1994년의 방영율이 각각 53.2%, 57.3%로서 2이상을 차지하였고 1995년 이후 약간 감소하였지만 여전히 방영율이 가장 높았다. 질병에 대한 주제는 1993년 이래 줄곧 20% 이상의 방영율을 나타내었고 1996년 29.7%로 약간 상승하였다. 요리에 대한 방영횟수는 1994년부터 증가하여 1996년에는 20.3%로 가장 많았으며, 식습관과 건강전반에 대한 방영율은 한해 걸러 들쭉날쭉하여 1993년 13.8%, 1996년 6.8%, 1997년에는 다시 17.0%로 증가하였다. 요즘 식품소비패턴은 건강문제를 결정짓는 중요한 요인이 되고 있으므로 성인병의 예방차원에서라도 식습관에 대한 주제는 더욱 많이 방송되는 것이 바람직할 것이다. 식품위생과 안전성에 관하여는 대체로 매우 적은데 1996년 7회(9.5%) 방영되어 점차 증가추세로서 환경오염, 식품수입 등으로 이에 대한 관심이 높아지고 있는 듯 하다.

전체적으로 볼때 식품과 영양소에 관한 기본 영양지

식이 가장 많이 다루어지고 있으나 약간 감소하는 경향을 보였고 대신 질병에 관한 방영율이 증가 추세에 있음을 알 수 있다. 이는 식생활의 서구화로 성인병의 발병율이 증가함에 따라 질병과 식사의 관련성에 일반인의 관심이 모아지고 있음을 의미한다. 이러한 추세는 1970년대 이후 계속되어지는 현상임을 알 수 있다(김은경 1996). 또한 요리와 식품의 안전성에 관한 방송도 증가 경향을 보여 시청자들의 영양관련 관심이 다양해지고 있다고 보겠다.

2. 프로그램의 주제별 내용

1) 식품과 영양소

(1) 식품의 종류와 내용 분포

식품이 중심 주제인 방영물은 모두 168회, 영양소가 중심인 방송횟수는 모두 20회이었다(Table 2). 식품으로서 가장 많이 방송된 것은 채소·과일·해조류이었으며(55회, 총 168회의 32.7%), 두번째는 육·어·난·두류(17.3%)로서 위의 두 가지 식품군이 전체의 50%를 차지하였다. 다음은 건강보조식품(11.9%), 유지 및

Table 1. Classified issues of two nutrition-related TV programs, a round-table talk show(A) and a newscast(B) N(%)

| Issues | Program A | | | | | | Program B | Program A+B |
|-----------------------------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|------------|------------|-------------|
| | '93 | '94 | '95 | '96 | '97 | Total | '97 | |
| Food & nutrients | 50(53.2) | 43(57.3) | 36(43.4) | 25(33.8) | 17(48.6) | 171(47.4) | 17(14.8) | 188(39.5) |
| Disease | 25(26.6) | 17(22.7) | 21(25.3) | 22(29.7) | 7(20.0) | 92(25.5) | 73(63.5) | 165(34.7) |
| Food habit & general health | 13(13.8) | 4(5.3) | 10(12.0) | 5(6.8) | 6(17.0) | 38(10.5) | 24(20.9) | 62(13.0) |
| Traditional dish & cookery | 1(1.1) | 10(13.3) | 10(12.0) | 15(20.3) | 3(8.6) | 39(10.8) | 0(0.0) | 39(8.2) |
| Food sanitation & safety | 5(5.3) | 1(1.3) | 6(7.2) | 7(9.5) | 2(5.7) | 21(5.8) | 1(0.9) | 22(4.6) |
| Total | 94(100.0) | 75(100.0) | 83(100.0) | 74(100.0) | 35(100.0) | 361(100.0) | 115(100.0) | 476(100.0) |

Table 2. Kinds of foods and nutrients addressed under the issue 'food and nutrient' N(%)

| Kinds | Program A | | | | | | Program B | Program A+B |
|--------------------------------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|------------|-----------|-------------|
| | '93 | '94 | '95 | '96 | '97 | Total | '97 | |
| Food | | | | | | | | |
| Vegetables, Fruits & Sea weeds | 9(20.0) | 11(28.9) | 16(47.1) | 10(43.5) | 3(21.4) | 49(31.8) | 6(42.9) | 55(32.7) |
| Meat, Fishes, Eggs, Legumes | 10(22.2) | 5(13.2) | 5(14.7) | 3(13.0) | 5(35.7) | 28(18.2) | 1(7.1) | 29(17.3) |
| Health support foods | 9(20.0) | 4(10.5) | 2(5.9) | 3(13.0) | 0(0.0) | 18(11.7) | 2(14.3) | 20(11.9) |
| Fats & Seasonings | 7(15.6) | 3(7.9) | 3(8.8) | 1(4.3) | 1(7.1) | 15(9.7) | 1(7.1) | 16(9.5) |
| Grain & Cereals | 4(8.9) | 3(7.9) | 3(8.8) | 0(0.0) | 3(21.4) | 13(8.4) | 1(7.1) | 14(8.3) |
| Favorite foods | 2(4.4) | 6(15.8) | 19(2.9) | 3(13.0) | 0(0.0) | 12(7.8) | 1(7.1) | 13(7.8) |
| Water | 1(2.2) | 2(5.3) | 39(8.8) | 1(4.3) | 0(0.0) | 7(4.5) | 0(0.0) | 7(4.2) |
| Milk & Dairy products | 2(4.4) | 1(2.6) | 1(2.9) | 1(4.3) | 1(7.1) | 6(3.9) | 0(0.0) | 6(3.6) |
| Others | 1(2.0) | 3(7.9) | 0(0.0) | 1(4.3) | 1(7.1) | 6(3.9) | 2(11.1) | 8(4.8) |
| Subtotal | 45(100.0) | 38(100.0) | 34(100.0) | 23(100.0) | 14(100.0) | 154(100.0) | 14(100.0) | 168(100.0) |
| Nutrient | | | | | | | | |
| Lipid | 0(0.0) | 1(20.0) | 2(100.0) | 0(0.0) | 2(66.7) | 5(29.4) | 1(33.3) | 6(30.0) |
| Vitamin | 2(40.0) | 1(20.0) | 0(0.0) | 0(0.0) | 1(33.3) | 4(23.5) | 1(33.3) | 5(25.0) |
| Dietary fiber | 1(20.0) | 1(20.0) | 0(0.0) | 2(100.0) | 0(0.0) | 4(23.5) | 1(33.3) | 5(25.0) |
| Mineral | 2(40.0) | 2(40.0) | 0(0.0) | 0(0.0) | 0(0.0) | 4(23.5) | 0(0.0) | 4(20.0) |
| Subtotal | 5(100.0) | 5(100.0) | 2(100.0) | 2(100.0) | 3(100.0) | 17(100.0) | 3(100.0) | 20(100.0) |
| Total | 50(100.0) | 43(100.0) | 36(100.0) | 25(100.0) | 17(100.0) | 171(100.0) | 17(100.0) | 188(100.0) |

조미료(9.5%), 기호식품(8.9%), 곡류(8.3%), 물(4.2%), 우유 및 유제품(3.6%)의 순이었다.

채소·과일·해조류는 A와 B프로그램 모두에서 방영횟수가 가장 높았으며, A프로그램의 경우 연도별로도 채소·과일·해조류에 대한 주제가 1993년 20.0%에서 계속 증가하여 1996년에는 43.5%나 방영되었다. 1997년 채소·과일·해조류의 주제가 다시 20%대로 감소하기는 하였으나 비타민과 무기질의 급원인 채소·과일·해조류는 성인병 예방을 위해 섭취를 권장하고 있는 식품으로서 일반 대중의 이에 대한 관심의 증가를 반영하는 것으로 생각된다. 육·어·난·두류는 1993년부터 계속 두번째로 높은 방영비율을 보이다가 1997년 35.7%로서 가장 높았다. 반면 칼슘의 좋은 급원인 우유 및 유제품은 방송횟수가 가장 적었다. 칼슘은 아동의 성장 촉진은 물론 골다공증을 비롯하여 여러 질병에 대한 긍정적 효과가 제시되고 있음에 반해 우리나라 국민영양조사에서 1995년 현재까지 계속하여 섭취가 불량한 것으로 지적되는 영양소이므로 증가섭취를 유도하고 국민건강 증진을 위해 방영횟수를 증가시켜야 할 부분이다. 왜냐하면 식생활관리자의 영양정보 증가는 가정의 식사계획에 긍정적으로 영향을 미치기 때문이다(김우경 1992; Medved 1966).

식품 주제에서 주로 다루어진 내용을 보면(Table 3) A프로그램의 경우(1993~1996년, 총 157회) 방송물의 66.9%가 영양적 가치에 대하여 설명하였고 다음으로 조리법(61.8%), 효능(58.0%), 관련질환(45.2%), 식품의 품종(43.3%), 구매요령(22.3%), 식품궁합(15.9%), 가공실태(15.3%), 부작용(12.7), 식품의 관리보관(11.5%), 유래(8.9%) 등에 대한 설명이 있었다. 식품의 영양적 가치, 조리법 및 효능은 1993년을 제외하면 70% 가까운 방송횟수에서 다루어진 주요 내용이었으며, 식품과 관련된 질환은 1995년을 제외하면 모두 50%이상의 방송물에서 다루어지고 있었다. 효능은 영양대사적 기능보다는 한의학적인 약리작용이나 질병치료 효과에 치우친 경향이다.

(2) 식품군별 방송내용

① 채소·과일·해조류

채소·과일·해조류 중에서는 채소류가 40편으로 제일 많았으며 특히 봄나물에 관한 내용이 6편으로 가장 많았다(Table 2). 버섯, 뿌리식품(도란, 마, 연근, 생강, 더덕, 도라지), 녹즙에 대한 주제도 각각 3편씩이었으며 그 외에 호박, 마늘, 토마토, 파, 양파, 무, 특수채소(신선초, 치커리, 케일, 크레송 등), 당근, 은행(잎)

Table 3. Contents discussed in the issue 'food and nutrient' of program A

| Contents | '93 | '94 | '95 | '96 | Total | N(%) |
|----------------------|------------------|------------------|------------------|------------------|-------------------|------|
| Food | | | | | | |
| Nutrient composition | 28(62.2) | 25(65.8) | 29(85.3) | 23(100.0) | 105(66.9) | |
| Cooking method | 19(42.2) | 30(78.9) | 30(88.2) | 18(78.3) | 97(61.8) | |
| Bastromomical effect | 25(55.6) | 24(63.2) | 26(76.5) | 16(69.6) | 91(58.0) | |
| Related diseases | 28(62.2) | 19(50.0) | 12(35.3) | 12(52.2) | 71(45.2) | |
| Kinds of food | 14(31.1) | 21(55.3) | 22(64.7) | 11(47.8) | 68(43.3) | |
| Intake method | 14(31.1) | 15(39.5) | 7(20.6) | 4(17.4) | 40(25.5) | |
| Purchasing point | 11(24.4) | 13(34.2) | 7(20.6) | 4(17.4) | 35(22.3) | |
| Matching food | 8(17.8) | 7(18.4) | 7(20.6) | 3(13.0) | 25(15.9) | |
| Processing | 8(17.8) | 5(13.2) | 9(26.5) | 2(8.7) | 24(15.3) | |
| Side effect | 6(13.3) | 4(10.5) | 4(11.8) | 6(26.1) | 20(12.7) | |
| Food preservation | 9(20.0) | 6(15.8) | 3(8.8) | 0(0.0) | 18(11.5) | |
| History | 3(6.7) | 4(10.5) | 4(11.8) | 3(13.0) | 14(8.9) | |
| Subtotal | 45(100.0) | 38(100.0) | 34(100.0) | 23(100.0) | 140(100.0) | |
| Nutrient | | | | | | |
| Function | 5(100.0) | 5(100.0) | 2(100.0) | 2(100.0) | 14(100.0) | |
| Related diseases | 5(100.0) | 5(100.0) | 2(100.0) | 2(100.0) | 14(100.0) | |
| Containing foods | 5(100.0) | 4(80.0) | 2(100.0) | 1(50.0) | 12(85.7) | |
| Intake method | 3(60.0) | 4(80.0) | 0(0.0) | 2(100.0) | 9(64.3) | |
| Intake status | 3(60.0) | 1(20.0) | 0(0.0) | 1(50.0) | 5(35.7) | |
| Side effect | 2(40.0) | 1(20.0) | 0(0.0) | 0(0.0) | 3(21.4) | |
| Subtotal | 5(100.0) | 5(100.0) | 2(100.0) | 2(100.0) | 14(100.0) | |
| Total | 50(100.0) | 43(100.0) | 36(100.0) | 25(100.0) | 154(100.0) | |

등 다양하였다. 특수채소에서는 일반채소와의 차이점, 효능, 채소별 조리법과 섭취법 등을 소개하였다.

과일류는 모두 11편 방송되었는데 체철과일 전반에 대하여 효능, 영양가, 조리법, 구매요령이 설명되었고 일부에 수입과일과 농약문제에 대한 설명도 포함되어 소비자가 반드시 알고 있어야 할 내용으로서 시의적절하고 유용한 정보라고 여겨진다. 과일 중에는 사과(3회), 감(2회), 포도(1회)의 변비와 성인병 예방효과 등이 강조되고 있었다. 해조류는 모두 4회 방송되었는데 김, 미역, 다시마가 함유하는 요오드, 칼슘, 비타민 A, 알긴산과 식이섬유질의 영양적 기능과 성인병관련 효과에 대하여 설명되어 우리 나라에서 생산량과 또한 섭취량도 풍부한 거의 고유식품이라고 할 수 있는 이들의 간과되기 쉬운 효능을 새로이 인식시키는 좋은 기회이었다고 생각된다.

② 육·어·난·두류

육·어·난·두류에 대해서는 어류가 11편으로 가장 많았고 다음이 두류 8편, 육류 5편, 난류가 4편이었다. 어류로는 특히 등푸른 생선과 그의 DHA성분이 나타내는 성인병 예방, 지능 발달 및 치매 방지 효과가 많이 다루어졌다. 젓갈은 맛과 영양 성분, 역사, 용도, 제조법 등에 관해 3회나 방영되었으며 이 외에 민물고기, 굴, 새우, 조개류의 영양적 가치와 보양효과에 대해서도 방송되었다. 두류에서는 대두의 영양가와 암을 비롯한 여러 성인병 예방효과, 미용 효과 및 식용법, 된장, 간장, 청국장 등의 역사와 영양가, 한국·중국·일본된장의 품질과 효능 비교 등이 다루어졌다. 육류로는 돼지고기, 닭고기, 쇠고기, 햄·소세지 등이 주로 성인병과 관련되어 토의되었고 달걀 역시 콜레스테롤 및 성인병과 관련하여 다루어져 영양성분, 보통란과 특수란의 비교, 요리에 따른 소화정도, 콜레스테롤을 낮추는 조리법 등에 대한 설명이 있었다.

③ 건강보조식품 및 생약재

건강보조식품에 대해서는 건강보조식품의 허와 실, 선택요령, 문제점, 소비자 피해사태 등을 전체적으로 또는 개개 건강보조식품별로 설명되었다. 개개 건강보조식품으로는 기능성식품(숙취해소음료, 식이섬유음료), DHA식품, 알로에, 아צה효소식품 등이 있었다. 이 가운데 식품공전에서 정해진 22개의 건강보조식품 허가품목에 속하는 것은 알로에식품과 효소식품 뿐이고 나머지는 건강보조식품으로 규정되어 있지 않지만 일반인들에게 많은 관심을 끌고있는 식품들이어서 주제

로 선정된 것으로 볼 수 있다. 비교적 많은 방송물에서 건강보조식품이 가질 수 있는 효능의 설명과 함께 허점과 문제점에 관한 정보도 제공하고 있어 소비자들의 올바른 이해와 판단을 돕고 있었다.

이 외에 생식(자연식)이 4회 방영되었고 생약재로는 인삼, 산삼, 오가피 등에 대하여 특히 외국삼과 비교하여 고려인삼의 우수성과 인삼보양식 등이 언급되었다. 생식(자연식)에서 다른 내용으로는 생식의 원리와 영양, 치료될 수 있는 질환으로써 류마치스 관절염, 알러지성 비염, 기관지 천식, 피부병 등을 들었고 스님들의 생식식단과 생식마을을 소개하고 있었다.

④ 유지 및 조미료

총 16편(9.5%) 가운데 식물성 기름(2편), 식초(2편), 설탕(1편) 및 소금(1편)의 조리법 또는 섭취량에 따른 노화와 성인병에 미치는 영향이 방송되었다. 소금의 경우 미용을 위한 소금목욕법과 당뇨병, 관절염 및 치아건강을 위한 소금요법을 주제로 한 1편이 더 있었는데 특히 당뇨병치료에 대한 것은 그 내용의 과학성과 정확성에 의문이 간다. 물론 가정의학박사도 토론자로 참여하였으므로 소금요법의 문제점이 설명되었을 것으로 기대되지만 토론 내용의 구성에서 매우 신중해야 할 것이다.

마늘, 양파 등의 약리적 효능을 강조하고 요리의 종류, 선택 요령 등을 설명한 방송물도 있었는데 시기적으로 볼 때 이들의 과잉생산에 따른 소비장려 차원에서 주제로 선정된 것 같다. 이는 매스 미디어의 식생활관련 프로그램은 영양교육적 기능 이외에 식량 수급과 정책면에서 또 다른 역할이 있음을 알게 한다. 이 외에 핵산조미료의 안전성, 천연조미료 만들기, 양념과 향신료의 올바른 사용법 등도 각 1회씩 방영되었다.

⑤ 곡 류

주식으로 가장 많이 섭취하고 있는 곡류에 대한 주제는 14편(전체 방영횟수의 8.3%)으로 적었다. 그러나 방송 내용을 보면 '영양만점 쌀이 보약-모르고 있던 쌀 건강법'의 한 제목처럼 쌀의 영양적 가치, 비만이나 암 예방에 유리한 점, 또한 현미에 농약잔류의 위험성에 관한 것까지 언급하는 등 모르고 있거나 미처 깨닫지 못하고 있는 쌀의 중요성에 대해 3회에 걸쳐 유익한 정보를 제공하고 있었다. 이 외에 세계의 쌀요리, 밥짓기, 쌀 가공품 등도 소개하였으며, 보리, 팥, 잡곡, 미숫가루 등에 대한 주제와 우리밀살리기 차원의 밀가루에 대해서도 다루었다.

⑥ 기호식품, 물

기호식품에 대한 주제는 총 13편(7.8%)인데 이 중에서 6편이 술이고 3편이 커피이었다. 술과 관련질병, 알콜 중독, 산모 음주가 태아에 미치는 영향등과 함께 올바른 음주법, 숙취해소 음식이 다루졌고 약술의 제조법과 소량 마실 때의 건강효과도 소개되었다. 커피는 세계의 종류와 함께 카페인이 건강에 미치는 긍정적 효과와 특히 임신시의 위험성 등에 대해서 다루었으며, 이외에 녹차, 다시마차, 버섯차, 생강차 등의 건강차에 대해서 또는 탄산음료의 건강적 가치를 우유와 비교하거나, 쥬스, 스포츠 음료의 허실이 설명되고 있었다.

물에 대한 주제는 7편(4.2%)으로 내용의 중심은 물의 안전성과 관련되어 음용수의 기준, 수돗물과 생수의 안전성, 정수기의 사용과 문제점 등이 다루어졌고 물의 체내 기능, 육각수에 대하여도 토론되었다.

⑦ 우유 및 유제품

우유 및 유제품은 방영횟수가 총 6편(3.6%)으로 가장 낮았는데 방송시기는 소위 '고름우유'로 대변되는 우유파동이 일어난 때로서 소비자의 혼란을 해소시키는 매우 시의적절한 주제선정이라고 하겠다. 우유품질 관리기준과 위생상태, 보관법 등을 다루었고, 또한 우유의 영양적 완전성, 성인병 예방효과, 연령별 섭취권장량 및 유제품의 종류를 제시함으로써 우유 섭취의 장려 효과가 컸을 것으로 판단되었다.

(3) 영양소의 종류 분포와 내용

영양소가 중심인 총 20회의 방송내용 가운데 지방이 6회(30.0%)로 가장 많았으며, 다음이 비타민과 식이섬유소로 각각 5회(25.5%), 무기질이 4회(20.0%) 방영되었다. A와 B프로그램 모두 비슷한 경향이었다(Table 2). 1993년에는 비타민과 무기질에 대한 주제가 많았으나 1995~1997년 사이에는 지방과 식이섬유소에 대해 주로 토론되었다. 이들은 최근 영양학과 의학에서 질병과 관련되어 활발히 연구되고 있는 영양소들로서 체내 기능, 질병과의 관계 및 함유식품이 주로 설명되었다(Table 3). 이외에 섭취방법, 섭취시태 및 부작용도 일부 방송물에서 다루어졌다.

지방은 주로 콜레스테롤의 기능과 관련질환, 혈중 콜레스테롤치 저하를 위해 두부나 콩가루 등의 두류제품과 다시마·김·미역 등의 해조류와 오징어·콩치·고등어·정어리 등의 수산물의 섭취가 좋다는 내용을 다루었다. 비타민에 대해서는 일반적인 체내 기능, 섭취

의 중요성과 비타민 보충제의 올바른 복용법 등이 설명되었으며 특히 항산화성 비타민 A, C, E의 노화, 암과 심장병 및 흡연에 대한 긍정적 효과에 관한 최신 정보도 다루어지고 있었다. 식이섬유소는 주로 변비와 함께 비만, 암, 당뇨병의 예방과 치료적 측면에서 다루어졌고, 무기질은 주로 칼슘의 영양적 기능과 섭취부족과 골다공증 예방을 위한 칼슘제의 남용 등 과잉의 문제점 등을 다루어 매우 유용한 정보들이 시청자들에게 제공되고 있었음을 알 수 있다.

2) 질 병

(1) 질병 종류와 내용 분포

질병과 관련된 주제 총 165편 중에 순환기 질환이 22회(13.3%)로 가장 많았으며, 다음이 암 12.7%, 골격계 질환 12.7%, 비만 12.1%, 소화기 질환 8.5%, 간·담낭질환 6.7%, 치과질환 6.1%, 당뇨병 4.2%, 빈혈 3.0%, 감염성질환 2.4%, 신장질환 1.8%의 순이었다(Table 4). A프로그램에서는 비만이 17.4%로 가장 많았고 다음으로 골격계 질환 13.0%, 소화기 질환이 12.0%, 순환기 질환 10.9%, 간·담낭질환 8.7%, 암 7.6%, 당뇨병 5.4%의 순이었다. 반면 B프로그램에서는 암이 19.2%로 가장 많았으며, 다음이 순환기 질환 16.4%, 골격계 질환 12.3%, 치아질환 9.6%, 비만 5.5%, 소화기 질환 4.1%, 간·담낭질환 4.1%의 순이었다. 기타에는 피부질환, 냉증, 불면증, 흉통, 천식, 알러지, 대사성증후, 기생충감염 등이 포함되었다.

연도별 주제의 변화경향을 A프로그램을 통해 살펴볼 때 특히 순환기 질환은 최근일수록 방영율이 점점 증가하여 1996년과 1997년에는 각각 18.2%, 28.6%로서 가장 많이 다룬 주제이었다(Table 4). 암은 1993년과 1994년에 집중적으로 다루어진 반면 비만은 매년 12~24.0%의 꾸준한 방영율을 나타내었다. 골격계 질환과 소화기 및 간·담낭 질환도 매년 10%전후의 꾸준한 비율로 방송되고 있었다. 이러한 경향은 우리 나라의 질환 발생 분포 및 사망원인별 통계와 크게 다르지 않음을 알 수 있다(조수현 1997; 통계청 1997). 질병에 대해서는 50%이상의 방송물에서 원인과 증상, 예방과 치료를 위한 식사요법, 약물치료 등의 정보가 제공되었다(Table 5). 식사요법이 방영물의 76.5%에서 다루어져 가장 많았다. 이 외에 운동요법(29.4%), 진단법(25.9%), 합병증 등 관련질환(24.7%), 생활습관(23.5%), 민간(한방)요법(16.5%) 등 다양한 내용이 다루어지고

있었다. 흥미로운 점은 가장 최근의 1996년도 내용에는 진단법과 함께 생활습관 및 운동요법 내용이 두드러지게 많아졌다. 이러한 변화는 프로그램에서 주로 다루어진 성인질환이 식생활과 함께 운동 등 다른 모든 생활 패턴과 밀접하게 관련되어 있음을 인지하고 관련 정보를 시청자에게 신속하게 제공하였음을 의미하여 TV매체의 긍정적인 영양교육 역할을 알게 한다.

(2) 질병별 방송내용

① 순환기계 질환

순환기계 질환 총 22편 중에 고혈압, 고지혈증, 동맥경화, 허혈성 심질환, 뇌졸중 등 심장이나 뇌혈관계 질환이 많았으며 이들은 매년 관심있게 다루어지고 있었다. 또한 다른 주제를 다룰 때 곁들여서 설명된 경우도 17편이 있었다. 이 외에 저혈압, 혈전예방, 이명이나 두통, 뇌혈관 관련 치매 등에 대한 방송물도 있었다.

고혈압은 원인과 증상, 합병증, 식사요법과 민간요법

등이 설명되었고 심장병에서는 심장의 구조와 협심증과 심근경색의 원인, 위험(유발)요인, 성격과의 관련성, 진단, 치료, 식사요법 등의 내용이 제공되었다. 뇌졸중은 추위와의 관계, 뇌출혈, 뇌경색의 증상과 위험성, 치료와 후유증 관리, 식사요법, 예방책 등에 대한 내용을 다루었다. 우리 나라의 1994년 사망원인통계에 의하면 뇌혈관 질환은 사망원인의 제2위, 심장병은 제4위가 된다. 이 둘을 합한 순환기 질환은 현재 제1위인 암보다도 높은 비율의 사망원인이 된다. 또한 지난 10년동안(1985~1994) 심장병에 의한 사망율이 약 3배 증가하였다는 보고도 있으므로 앞으로도 이와 관련된 주제가 방영되어 예방과 치료에 대한 적절하고 새로운 정보를 지속적으로 제공된다면 국민의 건강 증진과 수명 연장에 큰 도움을 주게 될 것이다.

② 골격계 질환

골격계 질환으로는 총 21편에서 관절염, 요통, 골다

Table 4. Kinds of diseases addressed under the issue 'disease'

| Kinds | Program A | | | | | | Program B | Program A+B | N(%) |
|----------------------------------|-----------|-----------|-----------|-----------|----------|-----------|-----------|-------------|------|
| | '93 | '94 | '95 | '96 | '97 | Total | '97 | | |
| Cardio & cerebrovascular disease | 0(0.0) | 1(5.9) | 3(14.6) | 4(18.2) | 2(28.6) | 10(10.9) | 12(16.4) | 22(13.3) | |
| Cancer | 5(20.0) | 2(11.8) | 0(0.0) | 0(0.0) | 0(0.0) | 7(7.6) | 14(19.2) | 21(12.7) | |
| Skeletal disease | 2(8.0) | 4(23.5) | 3(14.3) | 2(9.1) | 1(14.3) | 12(13.0) | 9(12.3) | 21(12.7) | |
| Obesity | 6(24.0) | 2(11.8) | 4(19.0) | 3(13.6) | 1(14.3) | 16(17.4) | 4(5.5) | 20(12.1) | |
| Digestive disease | 3(12.0) | 1(5.9) | 3(14.3) | 3(13.6) | 1(14.3) | 11(12.0) | 3(4.1) | 14(8.5) | |
| Liver & gallbladder disease | 2(8.0) | 1(5.9) | 2(9.5) | 2(9.1) | 1(14.3) | 8(8.7) | 3(4.1) | 11(6.7) | |
| Dental disease | 2(8.0) | 0(0.0) | 1(4.8) | 0(0.0) | 0(0.0) | 3(3.3) | 7(9.6) | 10(6.1) | |
| Diabetes mellitus | 1(4.0) | 1(5.9) | 1(4.8) | 1(4.5) | 1(14.3) | 5(5.4) | 2(2.7) | 7(4.2) | |
| Anemia | 1(4.0) | 1(5.9) | 0(0.0) | 2(9.1) | 0(0.0) | 4(4.3) | 1(1.4) | 5(3.0) | |
| Infection | 0(0.0) | 1(5.9) | 2(9.5) | 1(4.5) | 0(0.0) | 4(4.3) | 0(0.0) | 4(2.4) | |
| Kidney disease | 0(0.0) | 0(0.0) | 0(0.0) | 0(0.0) | 0(0.0) | 0(0.0) | 3(4.1) | 3(1.8) | |
| Others | 3(12.0) | 3(17.6) | 2(9.5) | 4(18.2) | 0(0.0) | 12(13.0) | 15(20.5) | 27(16.4) | |
| Total | 25(100.0) | 17(100.0) | 21(100.0) | 22(100.0) | 7(100.0) | 92(100.0) | 73(100.0) | 165(100.0) | |

Table 5. Contents discussed in the issue 'disease' of program A

| Contents | '93 | '94 | '95 | '96 | Total | N(%) |
|---------------------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|------|
| Diet therapy | 23(92.0) | 11(64.7) | 16(76.2) | 15(68.2) | 5(76.5) | |
| Preventive diet | 17(68.0) | 8(47.1) | 15(71.4) | 11(50.0) | 51(60.0) | |
| Causes | 16(64.0) | 7(41.2) | 12(57.1) | 16(72.7) | 51(60.0) | |
| Medical treatment | 10(40.0) | 8(47.1) | 10(47.6) | 18(81.8) | 46(54.1) | |
| Symptoms | 11(44.0) | 7(41.2) | 12(57.1) | 13(59.1) | 43(50.6) | |
| Exercise therapy | 6(24.0) | 6(35.3) | 4(19.0) | 9(40.9) | 25(29.4) | |
| Diagnosis | 4(16.0) | 2(11.8) | 5(23.8) | 11(50.0) | 22(25.9) | |
| Complicated disease | 7(28.0) | 5(29.4) | 5(23.8) | 4(18.2) | 21(24.7) | |
| Life-style | 4(16.0) | 1(5.9) | 3(14.3) | 12(54.5) | 20(23.5) | |
| Kinds | 10(40.0) | 2(11.8) | 4(19.0) | 2(9.1) | 18(21.2) | |
| Folkloric therapy | 1(4.0) | 6(35.3) | 2(9.5) | 5(22.7) | 14(16.5) | |
| Total | 25(100.0) | 17(100.0) | 21(100.0) | 22(100.0) | 85(100.0) | |

공중, 목디스크 등이 다루어졌으며 다른 주제와 함께 설명된 경우는 7편이 있었다. 매년 꾸준히 다루어지고 있었는데 1993년에 관절염과 요통에 대하여 1편씩 있었고 1994~1996년에는 골다공증을 2편씩 다루어서 골다공증에 대한 관심을 반영하고 있었다. 골다공증에서는 원인과 증상, 진단 외에도 치료법으로서 호르몬요법과 의료적(정형외과적) 치료법을 소개하였고 칼슘섭취와의 관계, 칼슘제와 함유식품, 생활습관 등에 대한 설명이 있었다.

③ 암

총 21편의 암에 대한 방영물에는 간암, 위암, 폐암, 전립선암, 유방암, 대장암 등이 포함되었으며, 다른 주제와 함께 설명된 경우는 7편 있었다. A프로그램에서는 1993년과 1994년에만 각각 5편(20.0%), 2편(11.8%)이 주로 위암과 간암에 대하여 방송되었다. 반면 1997년 1월에 시작된 뉴스시간의 B프로그램에서는 7월까지 14편(19.2%)을 암에 할애하였다. B프로그램은 일종의 뉴스보도로써 암에 관한 세계적인 새로운 연구결과 등을 취급하므로 암 극복을 위한 연구가 매우 활발함을 시사한다고 할 수 있다.

주로 일반적인 암 예방을 위한 식습관과 항암식품, 발암식품에 대해 구체적으로 설명되었으며, 이 외에 암 종류별로 발생 원인, 증상, 치료 등이 다루어졌다. 통계청(1995)의 1994년 사망원인통계에 의하면 우리 나라 인구 10만 명당 114.5명, 사망자 5명중 1명이 각종 암으로 숨겨 사망원인 중 암이 가장 높은 비중(21.3%)을 차지하고 있으며 40대, 50대, 60대의 연령층에서 이러한 현상이 뚜렷하였다. 40대의 주된 사망원인은 암·사고·간질화, 50대에는 암·뇌혈관 질환·사고, 60대에는 암·뇌혈관 질환·심장병, 70대 이후에는 뇌혈관 질환·암·심장병이었다. 또한 위암과 자궁암의 발생과 사망율은 감소하고 있는 반면 서구식 식생활, 생활습관과 밀접한 관계가 있는 폐암·대장암·유방암은 증가하는 것으로 보고되고 있다(통계청 1995). 따라서 일반 대중을 대상으로 암에 관한 꾸준한 정보제공은 필수적이며 특히 증가 추세에 있는 암 종류의 예방을 위한 식생활 규칙등의 제시가 필요하다.

④ 비 만

비만에 대한 주제는 총 20편으로 다른 주제와 함께 설명된 경우는 6편 있었다. 주로 비만의 원인, 합병증, 식사요법, 약물요법, 운동요법, 행동요법 등을 소개하였고 신도블이 다이어트로서 궁중 다이어트, 생체식 요

법과 찜질 요법, 차 요법, 반창고 요법 등 다양한 내용이 있었다. 또한 소아비만에 대한 주제에서는 유전, 소아비만의 합병증, 합리적인 체중조절과 운동요법 등을 다루었다. 비만은 여러 성인병의 원인이 되는 질환으로 이에 대한 예방책으로서 비만에 대한 많은 정보를 제공하는 것이 요구되지만 이에 대한 관심이 지나쳐서 단지 미용을 위한 각종 다이어트에 대한 정보가 범람하고 있는 요즘에는 전문가에 의하여 과학적 근거가 있고 신뢰성이 있는 정보의 전달이 절실히 요구되고 있는 실정이다(이정원·이보경 1998).

⑤ 소화기, 간 및 담낭 질환

위질환과 변비, 설사, 장세척, 과민성 대장증후군 등 장질환에 대한 주제는 총 14편(8.5%)으로, 다른 주제와 함께 설명된 경우는 13편이나 되었다. 이 중에서 위궤양 및 위염과 변비가 각각 4편으로 가장 많았고 과민성대장증후군이 2편 있었다.

간과 담낭질환은 총 11편(6.7%)으로, 다른 주제와 함께 설명된 경우는 2편이었다. 주로 일반적인 간질환의 예방법, 한방치료, 식사요법 등을 다루었고 특히 B형 간염의 경우 면역기능을 강화시키는 키토산과 신선초, 컴프리, 미꾸라지, 강낭콩 등이 소개되고 있었다. 담낭질환에서는 담석증을 많이 다루었으며 담석의 원인, 증상 등이에 예방을 위한 식습관과 운동에 대한 정보도 제공되었다.

⑥ 당뇨병

당뇨병에 관한 방영 편수는 총 7편(4.2%)으로, 다른 주제를 다룰 때 같이 설명된 경우도 8회나 되었다. 매년 1회씩은 당뇨병이 주된 주제로 다루어졌는데 정의, 원인, 증세, 진단, 합병증, 식사요법이나 예방식 또는 잘못 알고 있는 식사법, 사례자 문의 등이 있었다.

당뇨병이 우리 나라 사망 원인의 제7위이며 의료보험공단 피보험자 건강진단 결과 유질환율이 세 번째로 높은 점에 비해 매우 낮은 방송율을 나타내었다(조수현 1997; 통계청 1995). 이는 시청자들의 관심이 다른 질환에 비해 상대적으로 낮음을 반영할 수 있으며, 낮은 관심도는 아마도 당뇨병은 순환기계 질환에서 자주 볼 수 있는 갑작스런 사망에 대한 위험율이 상대적으로 낮고 비만같이 미용과 직접 관련되지 않기 때문일 수도 있을 것이다. 그러나 당뇨병은 가족력이 있는 사람의 식사관리를 포함하여 올바른 생활습관을 통해 예방이 가능하고 치료조절 또한 식사 및 운동 관리를 통해 가능한 것이므로 이에 관한 국민 영양교육이 계몽차원에서 매

우 중요하다. 그러므로 TV프로그램 제작팀에게도 이러한 점을 알리고 관심과 주제선정을 유도해야 할 것이다.

⑦ 기 타

치과질환이 10편(6.1%)으로 뉴스보도의 B프로그램에서 7편이나 다루었으며, 주로 충치 예방을 위한 치아 관리 내용이었다고 잇몸병과 턱번형의 내용도 다루었다. 빈혈은 5편(3.0%)이 여성의 빈혈과 재생불량성 빈혈에 대하여 방송되었고, 감염성 질환 4편(2.4%), 신장 질환 3편(1.8%)이 있었다. 기타로 묶은 질환으로는 모두 27편(16.4%)으로 피부병, 안질환, 냉증, 흉통, 불면증, 요실금, 대사성 중후군 등 각기 다른 다양한 질환들이 포함되었다.

3) 요 리

요리에 관한 방송은 식품에 관한 흥미를 유발시키고 건전한 영양정보도 제공할 수 있다(Wolczuk 1973). 조사대상 기간 중 요리에 관한 방송은 A프로그램에서만 있었는데 건강요리, 각종 식품의 조리법, 향토음식, 명절음식, 음식문화 등이 포함되었다(Table 6). 총 39편 가운데 건강요리와 식품조리법이 각각 41.0%로 가장 많았으며 다음으로 향토음식과 명절음식이 각각 7.7%이었다. 1996년에는 처음으로 음식문화 1편(2.6%)이 소개되었는데 1945년 이후의 식생활의 변천과 현대의 음식문화를 살펴본 새로운 내용이었다.

건강요리로는 주로 여름철 보양식으로 용봉탕·추어탕·삼계탕·오리탕·장어구이 등과 계절별 한방요리, 건강음료가 영양가와 함께 소개되었다. 재미있는 것은 1996년에 우등생 엄마의 요리, 젊음을 유지하는 요리 등의 제목으로 건강요리가 소개되기도 하였다. 조리법은 매년 가을에 김장김치를 맛있게 담그는 방법이 조리과학적 설명과 같이 소개되었고 이 외에 생선, 육류, 야채의 조리법이 다루어졌다. 육류 조리법에서도 육류의 부위별 조리법, 지방 줄이는 조리법, 냄새 없애기, 연하게 하기, 육류와의 궁합식품, 육류의 구매요령 및 보관 등

에 대하여 상세하게 설명되고 있어 시청자에게 흥미롭고 유용한 정보를 제공한 것으로 판단되었다. 명절음식으로는 추석, 설날, 대보름에 대해서 각 명절의 의미와 함께 차례의 순서와 상차림, 고유 음식에 대한 설명이 있었다. 또한 팔도의 향토음식과 사찰음식이 있었는데 스님의 수행음식인 두부·다시마 말이, 연자죽, 표고버섯과 참쌀무침, 연근 물김치 등 그 특징과 우수성이 소개되어 시청자의 호기심을 높였을 것으로 생각된다.

4) 식습관과 건강전반

식습관과 건강전반에 관련된 내용은 총 62편 가운데 건강상식에 대해서 28편(45.2%)이 방영되어 주를 이루었고, 다음으로는 균형식·건강식이 21.0%, 장수와 식생활이 14.5%, 약물과 음식의 상호작용이 8.1%, 흡연·음주이 8.1%, 기타 3.2%의 순이었다(Table 7). 이러한 비율은 A와 B프로그램이 비슷한 경향이었으며, 연도별로 어떤 경향은 파악되지 않았다. 다만 약물과 식품의 상호작용은 1993년에 집중 방영되었으며, 최근에 올수록 균형식·건강식에 대한 내용이 가장 많았다. 즉, 균형된 식사, 결식의 문제, 아침식사의 중요성, 아동의 채소섭취 부족의 문제 등이 다루어졌는데 이는 무엇보다도 올바른 식사가 건강유지를 위한 가장 바른 길이고 청정임을 시청자에게 인식시켰을 것으로 생각되었으며 또한 영양관련 TV프로그램 제작자들도 균형식의 중요성을 이해하고 이러한 주제를 많이 선정, 방송한 것으로 볼 수도 있다.

건강상식에서는 건강비법과 잘못 알려진 건강상식 외에도 사상체질, 체질 판별법, 체질별 음식 등이 포함되었고 장수와 식생활에서는 장수의 개념, 세계와 한국의 장수촌의 식생활을 소개하고 노화의 원인, 노화속도를 늦추는 생활수칙으로서 식생활 개선·정기적인 운동·맑은 공기와 좋은 물을 들고 있었다. 흡연에서는 특히 여성의 흡연을 다루어서 여성흡연의 위험도, 흡연상식, 임신중의 흡연과 태아, 체험자 상담 등에 대한 내

Table 6. Contents discussed in the issue traditional 'dishes and cookery'[†]

N(%)

| Contents | Program A | | | | | Total |
|----------------|-----------|-----------|-----------|-----------|----------|-----------|
| | '93 | '94 | '95 | '96 | '97 | |
| Healthy dish | 0(0.0) | 5(50.0) | 4(40.0) | 6(40.0) | 1(33.3) | 16(41.0) |
| Cooking method | 1(100.0) | 5(50.0) | 5(50.0) | 5(33.3) | 0(0.0) | 16(41.0) |
| Local food | 0(0.0) | 0(0.0) | 0(0.0) | 3(20.0) | 0(0.0) | 3(7.7) |
| Festive food | 0(0.0) | 0(0.0) | 1(10.0) | 0(0.0) | 2(66.7) | 3(7.7) |
| Food culture | 0(0.0) | 0(0.0) | 0(0.0) | 1(6.7) | 0(0.0) | 1(2.6) |
| Total | 1(100.0) | 10(100.0) | 10(100.0) | 15(100.0) | 3(100.0) | 39(100.0) |

[†]There was no one telecast about 'dish and cookery' in program B.

Table 7. Contents discussed in the issue 'food habit and general health'

| Contents | Program A | | | | | | | Program B | Program |
|---------------------------|-----------|----------|-----------|----------|----------|-----------|-----------|-----------|---------|
| | | | | | | | Total | '97 | A+B |
| | '93 | '94 | '95 | '96 | '97 | | | | |
| General health care | 4(30.8) | 1(25.0) | 6(60.0) | 1(20.0) | 1(16.7) | 13(34.2) | 15(62.5) | 28(45.2) | |
| Balanced & healthy diet | 1(7.7) | 1(25.0) | 1(10.0) | 4(80.0) | 2(33.3) | 9(23.7) | 4(16.7) | 13(21.0) | |
| Diet for longevity | 3(23.1) | 1(25.0) | 2(20.0) | 0(0.0) | 1(16.7) | 7(18.4) | 2(8.3) | 9(14.5) | |
| Drug and food interaction | 4(30.8) | 0(0.0) | 0(0.0) | 0(0.0) | 1(16.7) | 5(13.2) | 0(0.0) | 5(8.1) | |
| Smoking & drinking | 1(7.7) | 1(25.0) | 0(0.0) | 0(0.0) | 0(0.0) | 2(5.3) | 3(12.5) | 5(8.1) | |
| Others | 0(0.0) | 0(0.0) | 1(10.0) | 0(0.0) | 1(16.7) | 2(5.3) | 0(0.0) | 2(3.2) | |
| Total | 13(100.0) | 4(100.0) | 10(100.0) | 5(100.0) | 6(100.0) | 38(100.0) | 24(100.0) | 62(100.0) | |

용이 있었다. 또한 '새해 건강설계'라는 주제로 계절별·월별 건강달력 만들기, 각 세대별 건강관리 등 새롭고 흥미로운 건강관리 방법이 소개되기도 하였다.

5) 식품위생과 안전성

식품위생과 안전성에 관련된 주제는 1편을 제외하고 모두 A프로그램에서만 다루어졌다. 총 22편 중에 식중독이 6편(27.3%)으로 가장 많았으며, 다음으로 수입농산물의 안전성이 22.7%, 다이어트상품의 안전성 18.2%, 부정·불량식품 18.2%, 식품의 보관 및 유통기한이 9.1%, 정수기의 안전성 4.5% 순이었다(Table 8). 주로 다룬 내용은 80%의 방송편수에서 위생과 안전성의 문제점으로 유통과정이나 검사절차 등에 대해 다루었고 유해성(66.7%), 예방책이나 대책(40.0%), 잔류농약과 안전기준치(33.3%), 세균종류와 감염경로(33.3%)가 있었으며, 수입농축산물의 경우 국산과의 비교 및 감별법, 수입 이유 등이 다루어졌다.

식품위생과 안전성과 관련된 방송 시기는 대체로 식중독 발생, 농산물 수입개방 등의 사건 발생 시기와 연결된다. 따라서 관심이 증대된 시청자들에게 정확한 정보를 제공하고 대처방안을 마련해 줌으로써 교육효과가 매우 클 것이다. 1993년에는 수입농산물의 안전성, 1994년에는 다이어트 상품의 안전성, 1995년에는 정수기의 안전성이 등장하였고 1996년에는 총 7편 가운데 부정·불량식품이 3편으로 가장 많았고 광우병이 방송

되었다. 방송 내용도 비교적 상세하고 활용가능하도록 구성된 것으로 판단되었다. 영양 정보는 일반인이 쉽게 실천할 수 있도록 제공되어야 그 가치를 갖는다. Morreale 등(1995)은 미국인의 경우 영양의 중요성 인식과 식생활에의 실천사이에 간격이 큰데 그 이유는 영양교육 내용에 실천성이 부족하기 때문이라고 보고하였다.

내용을 보면, 식중독에서는 O-157균의 정체, 감염경로, 일본의 집단 식중독의 발생원인을 설명하고 육류나 유제품 등의 관련식품과 우리나라의 발생 가능성과 사례, 예방법 등을 다루었다. 수입농축산물의 안전성에서는 광우병을 주제로 선정하여 감염경로, 유해성, 한우와 수입쇠고기의 문제점을 언급하고 외국의 대책과 우리의 대책을 비교하였다. 부정·불량식품에서는 소주와 간장의 첨가제 안전성과 대책, 흰색식품(백미, 흰 밀가루, 소금, 백색 조미료, 백설탕)의 정제과정중의 표백제나 약품처리의 문제점 등을 지적하였다. 다이어트 상품에서는 그 종류와 효능의 허와 실, 부작용, 과대광고의 문제점 등이 다루어졌다.

3. 방송 내용의 일부 문제점

주제에 관한 방송내용은 본 조사에서는 자세하게 파악할 수 없었다. 방송된 내용을 모니터링한 것이 아니고 방송 기안을 검토한 것이기 때문이다. 따라서 부분적으로 나타나는 내용상 문제점을 예로서 살펴보았다. 앞선 보고에 따르면(이정원·이보경 1998) 전체적으로 총

Table 8. Contents discussed in the issue 'food sanitation and safety'

| Contents | Program A | | | | | | Program B | Program |
|--|-----------|----------|----------|----------|----------|-----------|-----------|-----------|
| | | | | | | Total | '97 | A+B |
| | '93 | '94 | '95 | '96 | '97 | | | |
| Food poisoning | 1(20.0) | 0(0.0) | 2(33.3) | 1(14.3) | 2(100.0) | 6(28.6) | 0(0.0) | 6(27.3) |
| Safety of the imported food | 2(40.0) | 0(0.0) | 1(16.7) | 2(28.6) | 0(0.0) | 5(23.8) | 0(0.0) | 5(22.7) |
| Safety of weight control related commercials | 0(0.0) | 1(100.0) | 1(16.7) | 1(14.3) | 0(0.0) | 3(14.3) | 1(100.0) | 4(18.2) |
| Adulterated food | 1(20.0) | 0(0.0) | 0(0.0) | 3(42.9) | 0(0.0) | 4(19.1) | 0(0.0) | 4(18.2) |
| Food safekeeping & shelf-life | 1(20.0) | 0(0.0) | 1(16.7) | 0(0.0) | 0(0.0) | 2(9.5) | 0(0.0) | 2(9.1) |
| Safety of water purifier | 0(0.0) | 0(0.0) | 1(16.7) | 0(0.0) | 0(0.0) | 1(4.8) | 0(0.0) | 1(4.5) |
| Total | 5(100.0) | 1(100.0) | 6(100.0) | 7(100.0) | 2(100.0) | 21(100.0) | 1(100.0) | 22(100.0) |

361회의 식품·영양 및 건강 관련 방송물 중 12.5%에 상당하는 방송횟수에서 출연한 전문가의 구성이 바람직하지 않은 것으로 나타나 방송 내용의 정확성과 전문성이 의심되었다. 가장 많이 나타났던 문제는 식품, 영양소, 식사요법, 식습관 등의 내용을 식품영양학 전공자는 출연하지 않고 대신 의사 또는 한의사가 설명한 점이었다. 이러한 경우 식생활, 영양에 관한 지식이 낮을수록 논제의 초점이 빗나가거나 일반적인 내용만 설명하거나 어렵게 설명하고 무리한 표현을 쓰거나 너무 쉽게 결론을 내릴 위험성이 크다.

본 연구에서 제한된 연구자료를 통해 파악될 수 있었던 방송 내용의 문제점으로는 첫째 영양학적으로 내용이 잘못되었거나 오해의 소지가 많은 경우이다. 예를 들면 당뇨병이나 관절염 치료를 위한 소금요법(1993), 야채를 가루로 내어 먹어도 생채식이므로 영양소 파괴가 없다는(1996) 설명 등은 내용이 현재의 영양학적 지식과는 전혀 위배되는 경우이고, 달걀내 콜레스테롤 함량이 부침, 조리, 반숙, 찜의 순서로 조리에 따라 크게 감소한다(1993), 어린이가 단 것을 찾는 것은 부족한 열량 보충을 위해서(1994) 등은 흡수율을 고려했을 때 또는 부분적으로는 옳은 내용이지만 전반적으로 오해의 소지가 많은 잘못된 방송내용이다. 또한 한의사가 성장기에 키를 크게하는 5가지 영양식품으로 우유, 정어리, 시금치, 당근, 꿀을 소개하였는 바(1996) 너무 제한적이고 단정적인 오류를 범하였다.

둘째 필요한 영양관련 내용이 미흡하거나 빠진 경우로서 예를 들면 변비(1996)와 어린이 비만(1996) 내용에서, 그리고 여성의 산후 후유증과 올바른 몸조리(1993)에서 식사요법이나 영양 관리 내용이 없었다.

셋째로 제목이 지나치게 과장되어 균형성을 잃은 경우로서 '영양만점 발효식품, 젓갈'(1994), '장수식품, 양파'(1995) 등이 그 예이다.

넷째 과학적 근거가 불확실한 경우로서 다이어트 방법, 기능성 성분에 관한 내용이 주로 문제로 나타났다. 예를 들면 미용연구가가 감자를 이용한 다이어트 식단을 소개하거나(1995) B형 간염 치료법으로 키토산이 지나치게 강조된 점 등이다.

마지막으로 공정성의 문제이다. 예를 들면 야채효소 식품이 주체인 방송에 그 식품의 제조회사 연구원이 토론자로 나온 경우 그 식품에 대해 긍정적인 면만 부각될 소지가 많다. '아침식사와 섬유질로 건강을 지킨다'에서는(1996) 섬유질을 강화시킨 씨리얼 제조회사에서

일하는 영양학자가 출연한 바 있다. 이러한 점들은 그 평가에 제한이 많았으나 방송계에서는 이러한 점을 앞으로의 프로그램제작에 반영하여 보다 긍정적이고 효과적인 국민의 영양교육 담당자로서 큰 기여를 계속하여 주기를 기대하는 바이다.

요약 및 결론

우리나라의 영양관련 TV프로그램 2종류의 최근 방송물 476편(A프로그램 : 361편, 1993. 1~1997.7; B 프로그램 : 172편, 1997.1~1997.7)의 내용을 분석하여 1990년대 국민의 영양문제와 관심사 및 연도별 변화 경향을 알아보고 TV의 영양교육적 역할을 검토하였다.

영양관련 방송내용은 식품 및 영양소(39.5%)와 질병(34.7%)이 가장 높은 방송율을 보였으며, 식습관과 건강전반(13.0%), 요리(8.2%), 식품위생과 안전성(4.6%)의 순이었다. 최근에 올수록 식품과 영양소의 주제가 약간 감소하면서 질병, 식품의 안전성 및 요리의 방송횟수가 증가하는 경향이었다.

식품 중에는 32.7%가 채소·과일·해조류이었는데 특징적인 것은 영양성분, 조리법외에 약리작용 또는 질병관련 효능이 대부분 한의학적으로 설명되고 있었다. 우유 및 유제품은 방송횟수가 가장 적었는데 전 연령층에서 부족한 칼슘의 증가섭취를 유도하는 차원에서 방영횟수를 증가시켜야 할 부분이다. 쌀, 해조류, 된장 등 다빈도소비식품의 간과되기 쉬운 영양적 가치와 효능을 새롭게 인식시켰으며 양파, 마늘등은 과잉생산되어 소비장려차원에서 방영되기도 하였다. 영양소로는 콜레스테롤, 식이섬유소, 칼슘, 비타민이 주로 성인질환과 관련되어 방영되었고 영양보충제의 남용 및 건강보조식품의 허실과 문제점도 제공되어 소비자 보호역할도 하였다.

질병으로는 고혈압, 허혈성심장병, 뇌졸중 등의 순환기 질환이 가장 많았고(13.3%), 암(12.7%), 골격계 질환(12.7%), 비만(12.1%)도 방송율이 높았다. 질병의 방송 경향은 우리 나라의 질환 발생분포와 사망원인별 통계와 유사하였다. 또한 최근일수록 순환기 질환의 방영율이 증가하고 식사요법과 함께 생활습관조절, 운동요법 내용이 두드러지게 많아졌는데 이는 식생활외에도 운동 등 다른 모든 생활패턴이 질병과 밀접하게 관련되어 있음을 시청자에게 제공하여 TV매체의 긍정적인 영양교육 역할을 시사한다. 그런데 당뇨병의 방영율

이 매우 낮아 시청자들의 관심이 다른 질환에 비해 상대적으로 낮음을 알 수 있다. 그러나 당뇨병의 높은 유질환율, 치료관리에서 식이요법의 중심적 역할 및 합병증을 고려할 때 국민의 건강교육 차원에서 방송횟수를 늘릴 필요가 있다.

요리 주제에는 다양한 식품의 조리법이 소개되었으며 특히 1945년이후의 식생활 변천과 현대의 음식문화, 스님의 수행음식은 시청자의 호기심을 높이는 새로운 내용이었다.

식습관과 건강에서는 건강상식이 가장 많았다(45.2%). 다음으로 균형식·건강식이었는데(21.0%) 최근에 올수록 균형된 식사, 아침식사의 중요성, 아동의 채소섭취 부족 등에 관한 방영율이 증가하여 무엇보다도 올바른 식사가 건강유지를 위한 가장 바른 길이고 청결함을 시청자에게 인식시켰을 것으로 기대되었다.

식품위생과 안전성은 식중독 발생, 농산물 수입개방 등의 사건이 발생하여 관심이 증대된 시청자들에게 신속하게 정확한 정보를 제공하고 대처방안을 마련해 주었다.

결론적으로, 일반 대중의 질병과 식이요법에 대한 관심의 증가와 함께 영양정보에 대한 욕구가 다양해지고 있었다. 이에 따라 TV프로그램들도 다양한 주제의 영양 정보를 시의 적절하고 실천성 있게 제공하고 있으며 간과되기 쉬운 영양지식을 재인식시키고 새로운 내용으로 시청자의 호기심도 충족시키고 있었다. 또한 식품관련 사고 발생시 즉각적으로 확실한 정보를 제공하였고 식품수급 조절의 역할도 하는 등 영양교육적 역할을 긍정적으로 수행하였다고 볼 수 있다. 그러나 방송내용 중에는 영양학적으로 잘못되었거나 제목이 과장되고 과학적 근거가 불확실한 내용이 설명되고 공정성이 의심되는 경우 등이 있어 프로그램 제작과정에서 영양전문가의 협력을 통한 전문성 확보가 더욱 요구된다. 또한 우유 및 유제품과 당뇨병 등에 관한 저조한 방송율은 국민의 영양상태 개선과 질병 예방 및 건강증진 차원에서 증가시킬 필요가 있다. 영양전문가는 TV프로그램 제작자에게 의견개진을 통해 이에 관한 이해와 주제 선정을 유도해야 할 것이며 이에 영양전문가와 방송계 간 대화를 원활하게 할 수 있는 협력기구가 요구된다.

참고문헌

- 김우경(1992) : 주부들의 식생활에 대한 관심도와 조리원리 및 조리방법 지식에 관한 연구. *한국식문화학회지* 7(2) : 157-171
- 김은경·박태선·박영심·장미라·이기완(1996) : 한국신문에 게재된 식생활 전반에 관한 기사내용의 영양과학적 분석 - 제2보 : 특수영양, 건강 및 질병에 관한 영양정보의 분석평가. *한국식생활문화학회지* 11(4) : 527-538
- 김희섭(1996) : 텔레비전 식품광고에 관한 고찰. *한국식생활문화학회지* 11(4) : 507-515
- 남정자·최정수·계훈방(1995) : 한국인의 보건의식행태. 한국보건사회연구원 연구보고서 95-26, pp128-129
- 대한영양사회(1995, 1996, 1997) : 언론 모니터 활동보고서
- 박기준(1995) : 국민건강증진법. *국민영양* 통권173호(1995. 11) : 2-8
- 이정원(1998) : 매스 미디어와 영양교육. *영양교육과 상담* (박영숙, 이정원, 서정숙, 이보경, 이혜상 공저), 제13장, 교문사, 서울
- 이정원·이보경(1998) : 식생활관련 TV프로그램의 전문가 자문에 대한 제작자 태도와 출연자 구성의 분석. *지역사회영양학회지* 3(2) : 317-328
- 조병륜(1995) : 1995년을 건강증진사업의 원년으로. *국민영양* 통권165호(1995.2) : 6-10
- 조수현(1997) : 정기검진에서 나타나는 건강문제. *지역사회영양학회지* 2(3) : 418-425
- 통계청(1995) : 사망원인 통계연보
- Axelsson JM, Delca DS(1978) : Improving teenagers' nutrition knowledge through the mass media. *J Nutr Edu* 10(1) : 30-33
- Chicci AHM, Guthrie H(1982) : Effectiveness of radio in nutrition education. *J Nutr Edu* 14 : 99-101
- Christopher C, Shannon B, Sims LS(1980) : A multimedia approach to teaching nutrition. *J Nutr Edu* 12 : 8-13
- Goldberg JP, Gershoff SN, McGandy RB, Hartx SC(1989) : The effectiveness of TV quiz show in providing nutrition information to the elderly. *J Nutr Edu* 21 : 86-89
- Higgins M, Montague J(1972) : Nutrition education through the mass media in Korea. *J Nutr Edu* 4 : 58-62
- Kotz K, Story M(1994) : Food advertisements during children's Saturday morning television programming : Are they consistent with dietary recommendations? *J Am Diet Assoc* 94(11) : 1296-1300
- Lambert-Lagace L(1983) : Media, nutrition information, and consumer reactions. *J Nutr Edu* 15(1) : 6-7
- Medved E(1966) : Television in nutrition education. *J Home Econ* 58(3) : 167-170
- Morreale SJ, Schwartz NE(1995) : Helping Americans eat right : Developing practical and actionable public nutrition education messages based on the ADA survey of American dietary habits. *J Am Diet Assoc* 95(3) : 305-308
- Wolczuk P(1973) : The senior chef. *J Nutr Edu* 5(2) : 142-144