

תוכן עניינים

1.....	1. מבוא.....
2-8.....	2.סקירת ספרות.....
9-10.....	3. דיון.....
11-13.....	4. ביבליוגרפיה.....

לאורך העשורים האחרונים מחקרים רבים החלו לעסוק בדפוסי צריכת מזון, מושג אשר מתייחסת כהחלטה השגרתית של אינדיבידואלים וואו קבוצות של אנשים בכל הנוגע לסוג המזון אותו הם צורכים. כמו כן, גוף רחב של ספרות התרכז בתופעת ההשמנה, אשר מתייחסת לעלייה במשקל הגוף וברקמות השומן, וכן, לחריגה מהמשקל המומלץ (Tobin-Richards, 1997; Fairburn, Welch, Doll, Davies, & O'Connor, 1997; Boxer, & Petersen, 1983). לדפוסי אכילה לא בריאים מיוחסים השלכות שליליות רבות. בראש ובראשונה, מחקרים מעידים כי דפוסי אכילה לא בריאים מובילים במקרים רבים להשמנת יתר בקרב אנשים. כמו כן, עודף משקל והשמנת-יתר מהווים גורם סיכון לפתח מחלות כמו סכרת, לחץ הדם, מחלות לב וסרטן, הגורמות לעלייה משמעותית באחוז התמותה בקרב אנשים שמנים [1]. מעבר להשלכות השליליות המופיעות לעיל, מחקרים מעידים כי השמנת יתר משפיעה לרעה על תפקוד פיזי, חיוניות, ואיכות החיים הכללית. זאת ועוד, מחקרים מעלים קשר בין דפוסי אכילה לא בריאים והשמנה לבין הפרעות אכילה, הפרעות התפתחות ואף מחלת הסרטן.

על רקע ההשלכות השליליות הרבות של דפוסי אכילה לא בריאים והשמנה, לאורך העשורים האחרונים חוקרים רבים מנסים להתחקות אחר הגורמים אשר יכולים לנבא ולהסביר את נטייתם של אנשים להרגלי אכילה לקויים ולהשמנת יתר. במסגרת עבודה זו העלנו את השאלה – האם קיים קשר בין פרסומות מזון בטלוויזיה לבין פיתוח הרגלי אכילה לקויים והשמנה בקרב אנשים? בעבודה זו העלנו את ההשערה כי פרסומות מזון בטלוויזיה צפיות להתקשר לדפוסי אכילה לא בריאים והשמנה בקרב אנשים. על מנת לבחון השערה זו בעבודה זו, שיטת המחקר תתבסס על סקירת ממצאיהם של מחקרים אמפיריים אשר נערכו בתחום, וכן, נערוך שימוש בתיאוריה המכונה, "מודל סבירות ההרחבה" (Elaboration Likelihood Model). שימוש במודל זה יסייע לנו להבין האם וכיצד פרסומות המזון משפיעות על עמדותיהם ונכונותם של אנשים לצרוך ולאכול מזונות אשר משודרים בפרסומות הטלוויזיה.

סקירת ספרות

השמנה – הגדרה והשלכות

תופעות ההשמנה והפרעות אכילה זוכות לתשומת לב מחקרית רבה בספרות המחקרית כבר מזה 50 שנים. השמנת יתר (Obesity) היא מצב קיצוני של השמנה המאופיינת בעליית משקל הגוף למעל 15% מהמשקל המומלץ, מסת רקמת השומן עולה על 30% ומדד מסת הגוף (משקל/גובה בריבוע = BMI) של מעל 30. מבחינה פיזיולוגית השמנה מתחרשת כאשר כמות האנרגיה שנכנסת לגוף עולה על כמות האנרגיה הנפלטת, כתוצאה מכך, הגוף אוגר את "עודף" האנרגיה כמאגרי שומן. כיום, השמנת יתר היא תופעה עולמית הנובעת ממספר גורמים כגון זמינות של מזונות עתירי אנרגיה, ירידה בפעילות גופנית, מניעים פסיכולוגיים וגורמים תורשתיים. שיעור ההשמנה בעולם עולים בקצב מהיר, עד כדי כך שיש המכנים את תופעת ההשמנה כמגפה. 5 מיליארד אנשים בעולם סובלים ממשקל יתר, בישראל מס' האנשים הסובלים מהשמנת יתר עומד על כ-4%. עודף משקל והשמנת-יתר מהווים גורם סיכון לפתח מחלות כמו סכרת, לחץ הדם, מחלות לב וסרטן, הגורמות לעלייה משמעותית באחוז התמותה בקרב אנשים שמנים (Maccio & Madeddu, 2011).

מעבר להשלכות השליליות המופיעות לעיל, מחקרים מעידים כי השמנת יתר משפיעה לרעה על תפקוד פיזי, חיוניות, ואיכות החיים הכללית. הקשר בין מטבוליזם וחילוף חומרים לסרטן התגלה לראשונה בשנות ה-80, ממחקרים אפידמיולוגים עולה כי השמנה מעלה סיכון להתפתחות ולתמותה מסוגי סרטן שונים כמו סרטן המעי הגס, סרטן הכליה, סרטן הושט, סרטן הקיבה ועוד. בנשים, נמצא קשר בין עודף משקל להתפתחות והחמרת סרטן השד (Ando and Catalan, 2012). זאת ועוד, מחקרים רבים מעידים על קשר בין משקל יתר לבין הפרעות אכילה בקרב ילדים ומבוגרים (Hill, 2007). באופן ספציפי, מחקרים מעלים כי משקל יתר במהלך הילדות או הבררות מהווה גורם סיכון המגביר את הסבירות כי אנשים יפתחו הפרעות אכילה כגון בולימיה נרקוזה (Fairburn, Welch, Doll, Davies, & O'Connor, 1997). במחקר שערכו טובין, בוקסר פטרסן (Tobin-Richards, Boxer, & Petersen, 1983) החוקרים דגמו 121 נשים בגילאי 10 עד 15. לכל משתתפי המחקר הועברו שאלונים לבחינת דימוי גוף, דימוי עצמי, דיכאון והפרעות אכילה. ממצאי המחקר העלו קשר חיובי מובהק בין שביעות הרצון של אנשים ממשקל גופם לבין תחושת דימוי הגוף שלהם. בלשון אחרת, אנשים שהתאפיינו בתחושת שביעות רצון גבוהה יותר ממשקל גופם נטו להתאפיין בתפישת דימוי גוף חיובית יותר וסבירות נמוכה יחסית להפרעות אכילה.