

Η επίδραση της διαφήμισης στην υγεία και το βάρος ενός παιδιού

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



Αποδεδειγμένα σήμερα τα παιδιά βλέπουν περισσότερο τηλεόραση. Παράλληλα τα ερεθίσματα που δέχονται μέσα από τις διαφημίσεις είναι πολλά και ποικίλα.

Ερευνητικά στοιχεία αποδεικνύουν σήμερα ότι η διατροφή τους μπορεί να επηρεαστεί άμεσα από αυτά.

Συγκεκριμένα φαίνεται ότι το βάρος τους σχετίζεται με την υιοθέτηση «ανθυγιεινών» διατροφικών συμπεριφορών που προβάλλονται από τα τηλεοπτικά προγράμματα και τις διαφημίσεις.

Το γεγονός αυτό εξηγείται με το ότι η αυξημένη παρακολούθηση τηλεόρασης σχετίζεται με κατανάλωση ανθυγιεινών σνακ, καθώς τα τρόφιμα που προβάλλονται σε αυτή αποτελούν κατά βάση επιλογές με υψηλή περιεκτικότητα σε λιπαρά, ζάχαρη και αλάτι και χαμηλή διατροφική αξία.

Γενικά, έχει φανεί πως η αυξημένη έκθεση των παιδιών σε διαφημίσεις τροφίμων που προβάλλονται στην τηλεόραση μπορεί να επηρεάσει σημαντικά τις διατροφικές τους επιλογές, αυξάνοντας την επιθυμία τους για τρόφιμα που χαρακτηρίζονται ως «ανθυγιεινά».

Πηγή: neadiatrofis.gr