



## על הספר: אנשים אולטרה-מעובדים : סודות הפיתוי של מזון לא מזין

מחברים: מחבר/ת: טולקן, כריס ואן

סימן מדף: **טול**

מספר מיון: **613.2**

משפט אחריות: כריס ואן טולקן ; מאנגלית: ניצן לפידות ; עורך  
התרגום: יובל גלעד ; עורכת מדעית: ד"ר עירית הוכברג

מדיה: ספרים

סוג: ספר עיון

ז'אנר: עיון

עמודים: 463 עמודים

גובה: 21 ס"מ

מוציאים לאור: כנרת, זמורה - מוציאים לאור מקום הוצאה: חבל  
מודיעין

שנת הוצאה: 2025

מסת"ב: 9789655749656

מס. המרכז לספריות וספרות: 25-1722

שפה: עברית

תאריך קטלוג: 19/02/2026

מילות מפתח: תזונה, מזון, מזון, תעשייה ומסחר, מזון מעובד

הערות: כולל ביבליוגרפיה (עמודים 381-453).

### תקציר:

"מלא ברגעי לא ידעתי את זה", ספר משחקי באופן נפלא, ששינה לנצח את הדרך בה אני חושבת על מה שאני אוכלת - ומדוע. האנה פריי מזון אולטרה-מעובד מצוי בכל מקום, והוא טעים, מפתה ומשביע. אי אפשר בלעדיו. אבל מדובר במוצרים מהונדסים, והם נועדו להיות ממכרים, ולגרום לנו לצריכת יתר. מזונות אלה מקושרים כיום לגורם המוביל של מקרי תמותה מוקדמת בעולם, והם גם הסיבה מספר אחת להרס אקולוגי. השילוב בין פרסומות (גם לילדים), ממתקים סופר-חזקים, ושכל חומרים שפועלים על מערכת התגמול במוחנו, כופה עלינו התמכרות, וכל זאת בעידוד ממשלות, מדענים שממומנים על ידי תאגידים - ואף רופאים. כריס ואן טולקן - מדען, רופא ומגיש בביביסי - מוליך אותנו יד ביד למעין מחקר בלשי אחר מזון אולטרה-מעובד. בספר אנשים אולטרה-מעובדים הוא לועס עבורנו את החומר (תרתי משמע, עורך על עצמו ניסוי של אכילת מזון אולטרה-מעובד בלבד). ואן טולקן מחפש את המפתח למגפת ההשמנה, ומוצא שהחשודים המרכזיים - צריכת יתר של סוכר או של שומן, או העדר פעילות גופנית מספיקה - אמנם לא מועילים, אבל האשמה העיקרית נעוצה בכוח הממכר של מזון אולטרה-מעובד, ובתעשיית הענק שניזונה ממנו. המידע והמדע העולים מהמחקרים מטרידים וקשים לעיכול, אבל כתיבתו של ואן טולקן חגיגית, רוויה בהומור שנון, לא סנסציונית ולא מטיפה. בסוף המסע מוגשות לנו עצות ידידותיות שאינן כוללות דיאטות ושאר סיגופים, ומכוונות אל עבר המזון המזין, ואל עבר עתיד בריא יותר לכולנו. -- מהכריכה האחורית.