

작년 한 해 50억 달러, 미리보는 다이어트 책 전쟁

허선

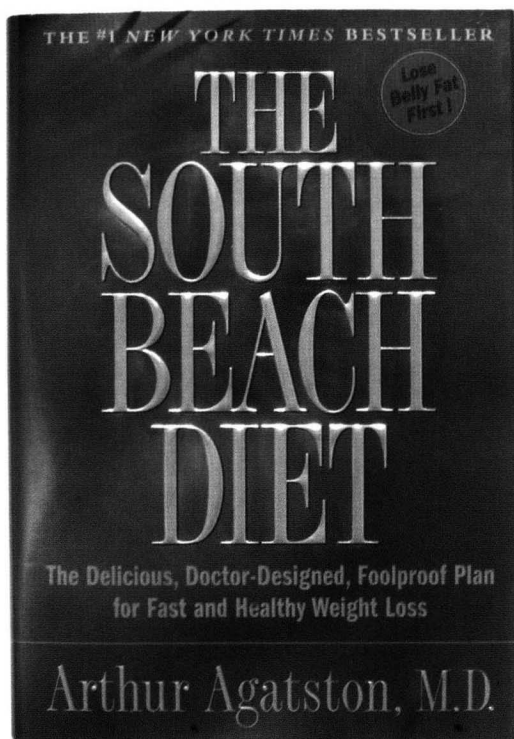
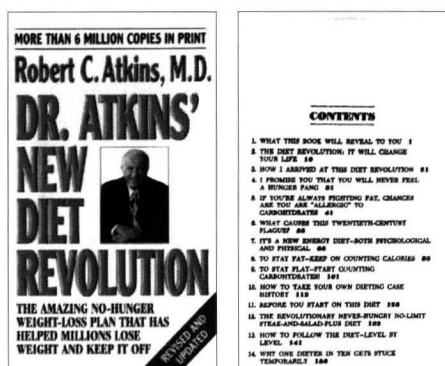
얼마 전 뉴스를 통해 전 세계 인구의 4분의 1인 17억 명이 비만증세를 보이고 있으며 비만은 전 지구적인 최대 질병이 되고 있다는 소식을 접했다. 특히 지구촌 최대의 비만국가로 꼽히는 미국에선 비만으로 인한 사망자가 급증하면서 이제 비만이 흡연을 제치고 사망원인 1위로 떠오를 것이라고 한다. 이러한 사회적 배경을 반영하듯 미국 성인들 가운데 4분의 1은 다이어트중이며, 이에 따른 다이어트 서적 판매도 급신장하고 있다. 이에 미국 출판계 관심은 다이어트 서적들의 놀라운 상업적 성공에 집중되어 있다. 다음 아니라 출판계의 가장자리에 머물렀던 다이어트 출판물이 이제는 그 틈새시장에서 벗어나, 미국 출판 베스트셀러 리스트를 선도하는 출판계의 주요상품으로 떠오른 것이다. 뿐만 아니라 연관산업과 손잡고 거대한 수익창출을 이끌어내는 중심축으로 자리잡고 있다.

다이어트 책들의 리더들

먼저, 《아킨스 박사의 새로운 다이어트 혁명 *Dr. Atkins' New Diet Revolution*》은 다이어트 책 선풍의 리더다. 20년 전부터 수백만 명의 미국인 체중감량에도

움을 준 《다이어트 혁명 *Diet Revolution*》의 신보판인 이 책은 체중감량과 전체적 건강을 두루 다룬 책으로 혈당조절의 역할을 하는 인슐린 호르몬에 주목하고 있다. 그는 인슐린 치수를 낮추면 지방의 축적을 줄이고 식욕을 저하할 수 있다는 점에 착안, 인슐린의 생산을 조절하고 순환을 감소시키는 데 도움을 주는 저탄수화물 다이어트를 제안한다.

다음으로, 클린턴 전 대통령 내외도 따라했다는 《사우스 비치 다이어트 *The South Beach Diet*》는 식이요법으로 뜨거운 다이어트 출판시장에서 많은 경쟁자들을 제치고 앞장 선 선두주자이다. 마이애미 대학 아더 애거스톤 박사가 개발한 이 다이어트법은 심장질환 환자들의 체중감량과 건강한 생활을 돕기 위해 처음 개발되었다. 하지만 많은 환자들이 그 효과를 보면서 폭발적인 인기를 모으자 플로리다의 아름다운 해변 사우스 비치를 본따 그 이름을 '사우스 비치 다이어트'로 불렀다. 실은, 이 책에서 하루 종일 아름다운 선남선녀들이 누워 있는 해변가나 밤새 진행되는 트렌디 클럽 파티들로 유명한 사우스 비치를 연상시키는 그 어떤 화려한 것은 찾아볼 수 없다. 그저 단순하면서도 따라하기 간편한 이 다이어트법은 체중증가를 가져올 수 있는 탄수화물이나 지방의 유형에 대해 명확히 밝힘으로써 몸에 좋은 탄수화물과 나쁜 탄수화물을 구별지워 매일 식단에서 나쁜 탄수화물을 없애는 것을 요지로 하고 있다.



☞ 《아킨스 박사의 새로운 다이어트 혁명》 표지와 《아킨스 박사의 다이어트 혁명》 목차
 ☞ 클린턴 전 대통령 내외도 따라했다는 마이애미대학 아더 애거스톤 박사의 '사우스 비치 다이어트' 관련 책들

《필 맥그로 박사의 궁극적 체중 해결 : 7가지의 체중감량 자유 Dr. Phil McGraw's The Ultimate Weight Solution : The 7Keys to Weight Loss Freedom》는 저자의 유명세와 더불어 다이어트 책 시장에 돌풍을 몰고 왔다. 오프라 윈프리가 진행하는 <오프라 쇼 Oprah Show> 인기 게스트이자, <닥터 필>이라는 자신의 쇼를 가지고 있는 저자는 《인생전략 Life Strategies》, 《인간관계 살리기 Relationship Rescue》, 《자신 관리 Self Matters》 등의 집필을 통해 자기개발 영역의 도사라고 불리기도 한다. 그래서인지 그는 다이어트를 단지 식이요법에 의한 체중감량으로 보는 것에 그치지 않고 자기개발의 한 연장선으로 다루고 있다. 즉 자기 자신을 이해하는 데서부터 시작하여, 감정적인 폭식을 조절하고, 자신의 환경을 변화시키고, 충동적인 식사 습관을 고쳐가며, 올바른 음식을 고르고, 운동습관을 기르며 체중조절을 하는 전반적인 체중감량의 방식을 제안한다. 이로써 정신적, 육체적 지지기반을 다져가며, 느리지만 효과적인 체중조절 방식을 보여주고 있다.

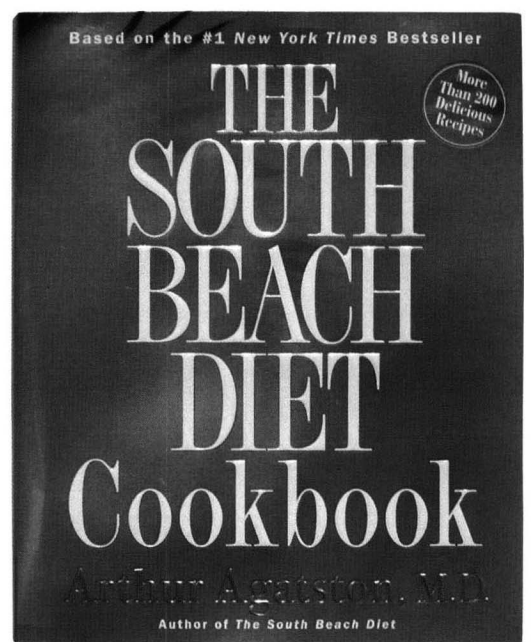
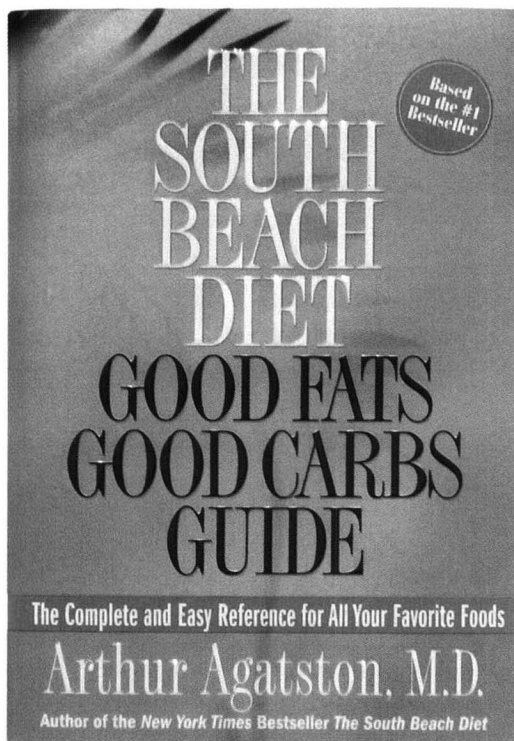
이 밖에 1990년대 중반 자가출판으로 시작, 발렌타인 출판사로 흡수되어 출간된 《슈가 버스터스 Sugar Busters》, 영양사 앤 루이스 지틀만의 《지방 거르기 Fat Flush Plan》 등이 선전하고 있다.

다이어트 책들의 프랜차이즈

비즈니스 세계에서 한 상품이 성공하면 곧 프랜차이즈 사업으로 연결되듯, 다이어트 출판에서도 성공상품을 프랜차이즈화하여 더 큰 성공을 거두고 있는 사례들이 있다. 먼저 아킨스 박사의 다이어트 혁명에 이어 새로운 다이어트 혁명의 성공은 다양한 아킨스 시리즈물과 제품들을 탄생시켰다. 아킨스 시리즈물로는 《아킨스의 요소 The Atkins Essentials : A Two-Week Program to Jump-Start Your Low Carb Lifestyle》 《아킨스 박사의 빠르고 쉽게 하는 요리책 The Dr. Atkins' Quick & Easy Cookbook》 《아킨스의 쇼핑가이드 The Atkins Shopping Guide》 그리고 《아킨스 당뇨병 혁명 The Atkins Diabetes Revolution》 등 무려 30여 종이 넘는다. 또한 그

의 이름이 붙은 식음료, 디저트, 영양제, 비타민 등 수백 종의 아킨스 제품이 온라인과 오프라인을 통해 판매되고 있다.

최근 미국 최고 유행인 '사우스 비치 다이어트'는 서적 시리즈물, 웹사이트와의 파트너링 마케팅, 그리고 식품제조업체와의 조인 등으로 다이어트 서적의 세분화된 프랜차이즈화를 보여 주고 있다. 《사우스 비치 다이어트》의 성공은 《사우스 비치 다이어트 요리책 The South Beach Diet Cookbook》 《사우스 비치 몸에 좋은 지방과 탄수화물 가이드 The South Beach Good Fats/Carbs Guide》로 이어졌다. 그리고 책과 더불어 런칭된 사우스 비치 다이어트 온라인 사업 www.southbeach-diet.com은 온라인 마케팅을 통하여 책 판매에도 한몫하고 있다. 브랜드 이름의 책과 작가들을 바탕으로 온라인 책 판매를 도와주는 회원제 사이트 워터프론트 미디어는 《사우스 비치 다이어트》를 출간한 로데일 북스와 파트너십을 맺고, 온라인에서 매주 5달리만 지불하면 회원들이 작가 애거스톤이나 다른 영양사들과 채팅을 나누고 동호인들과 연결되며 식사계획, 쇼핑리스트 등 여러 옵션들을 제공받을 수 있는 프로그램을 운영하고 있다. 또한 이 책의 프랜차이즈화는 '크래프트 슬라이스 치즈'로 우리나라에도 잘 알려진 크래프트사가 얼마 전 책 저자와 마케팅 거래를 체결함으로써 상업화에 가속이 붙었다. 이 계약에 의하면 크래프트 제품에



사우스 비치 다이어트 트레이드 마크가 붙여질 예정이라고 한다. 하지만 아직까 지 어떤 제품에 얼마나 많은 로고가 쓰일지에 대해서는 밝혀지지 않고 있다. 다만, 처음 2주간 일체 빵, 밥, 감자, 파스타, 설탕 그리고 술은 금지하되 대부분의 치즈나 무설탕 디저트, 견과류 그리고 커피의 섭취를 허용하는 사우스 비치 다이어트법에서 일부 크래프트 제품이 다이어트 중 허용되는 범주에 속한다는 점이 주목되고 있다.

필 박사의 궁극적 체중해결의 성공은 외식할 때 전략과 다른 실용적인 정보가 담긴 보급판, 《궁극적 체중해결 음식 가이드 The Ultimate Weight Solution Food Guide》와 《체중해결 요리책 The Ultimate Weight Solution Cookbook》 《청소년을 위한 궁극적 체중해결 The Ultimate Weight Solution for Teens》 등의 시리즈물 출간으로 이어졌다. 또한 책의 성공에 힘입어 필 박사 자신은 대형 유통업체에서 판매 되는 웨이프 업이라는 영양 보충제와 건강제품의 상품모델로 활약하고 있다.

《슈가 버스터스》는 7종의 관련 타이틀을 출간했는데 이 책의 출판사 발렌타인의 모린 오닐 이사는 이것이야말로 커다란 프랜차이즈이고, 아킨스 박사 시리즈물처럼 성공할 것이라고 기대하고 있다고 한다. 얼마 전부터 홈쇼핑업체 QVC는 슈가 버스터스를 브랜드로 한 파스타, 빵, 드레싱 등을 판매하고 있다.

다이어트 책들의 베스트셀링 파워

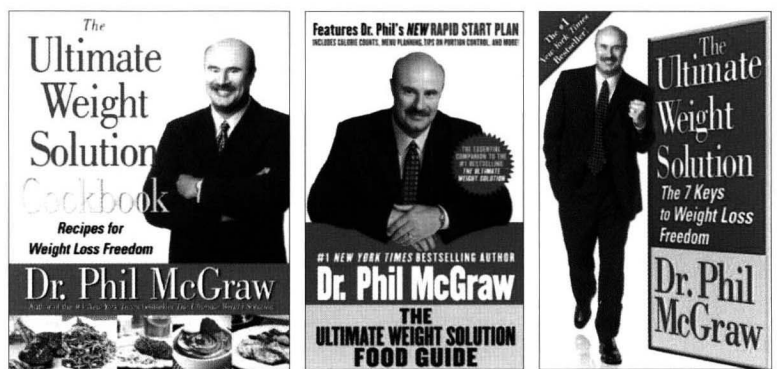
작년 한 해 동안 다이어트와 건강에 대한 책 판매는 50억 달러에 이른다고 한다. 이러한 열광은 거의 7년 동안 〈뉴욕타임스〉 베스트셀러 리스트를 장식한 아킨스 박사의 새로운 다이어트 혁명을 시작으로 지속되고 있다. 이 책은 일반서적과 보급판을 합하여 그동안 1,600만 부 이상이 출간된 것으로 알려졌다. 더욱이 연속 60주 이상 〈뉴욕타임스〉 베스트셀러 리스트에 올라 있는 후발 주자 '사우스 비치 다이어트 시리즈' 도 지칠 줄 모르는 판매신장으로 베스트셀러 차트를 장식하고 있다. 6월 넷째주 〈뉴욕타임스〉 어드바이스 베스트셀러 리스트에 《사

우스 비치 다이어트》는 1위를, 《사우스 비치 다이어트 요리책》은 4위를 기록하고 있다. 여기에 할리우드 스타들, 정치인들이 이 다이어트법으로 효과를 보았다는 소문에 그 인기는 더해가고 있다. 지금까지 《사우스 비치 다이어트》는 24쇄 770만 부에 이르고, 《사우스 비치 몸에 좋은 지방과 탄수화물 가이드》 300만 부, 《사우스 비치 다이어트 요리책》은 역사상 요리책으로서 가장 많은 초판 150만 부에 이어 4쇄 185만 부를 찍었다. 또한 《필 박사의 궁극적 체중해결》도 250만 부, 보급판 《궁극적 체중해결 가이드》도 230만 부를 출간했고 6월 넷째주 〈뉴욕타임스〉 어드바이스 베스트셀러 리스트 2위에 《궁극적 체중해결 요리책》이, 5위에 《궁극적 체중해결》이 올랐다.

서구화되고 있는 식습관, 운동부족 어린이. 지금 미국에서 벌어지는 비만과의 전쟁은 어쩌면 미래의 우리 모습일지도 모른다는 생각이 든다. 더욱이 외모를 중시하는 사회적 풍토와 점차 주목받는 웰빙 문화가 맞물려 건강과 다이어트에 대한 관심은 그 어느 때보다 커지고 있다. 미국 다이어트 관련 출판물의 성공을 참고삼아, 앞으로 성장할 다이어트 관련 서적에 우리의 출판계도 큰 안목을 가지고 다양한 내용으로 미리 대비해 보직 하겠다. ☞



자기개발 전도사라고 불리기도 하는 필 맥그로 박사의 책들. 그는 다이어트를 단지 식이요법에 의한 체중감량으로 보는 것에 그치지 않고 자기개발의 한 연장선으로 다루고 있다.



이 글을 쓴 허선은

서강대학교 언론대학원에서 출판을 전공했고 2003년 미국에서 PMA Publishing University 과정을 수료했다. 논문으로 〈도서 및 저작권의 수출입에 관한 연구〉 등이 있다. 평화출판사와 진선출판사에서 근무했으며 현재 미국출판마케팅협회 회원으로 활동하고 있다.