

일부 미취학 아동의 식품소비형태 및 식품섭취량 조사 연구

이행신*, 하명주, 계승희, 김초일. 한국식품위생연구원 영양연구부

Study on Food Intake and Food Consumption Pattern of Preschool Children as a Part of Total Diet Study. Haeng-Shin Lee, Myung-Joo Ha, Seong-Hee Kye, Cho-Il Kim.
Nutrition Research Department, Korea Institute of Food Hygiene, Seoul, Korea

본 연구는 식품의 안전성 확보를 위해 지극히 기초적이면서도 절대적으로 필요한 우리 국민의 연령층별 개인당 식품섭취량 데이터를 생산하고 국민의 상용식품을 확인하므로써, 그 식품들에 잔류하는 농약이나 중금속 등의 함량을 파악하여 국민의 오염물질 섭취실태를 진단하며, 이들의 식품내 잔류허용기준을 설정하는데 근거자료를 마련하고자 1995년부터 1998년까지 3년에 걸쳐 실시되었다. 3차년도 연구의 조사대상은 서울과 대구 지역에 거주하는 미취학 아동(만 3세~만 6세) 404명으로써, 조사내용은 조사원에 의한 보호자 개별 면담·기록을 통한 일반사항 설문조사, 식습관 및 생활습관 관련 사항 설문조사, 건강상태에 관한 설문조사, 식품섭취빈도 설문조사와 24시간 회상법에 의한 1일 식품섭취량 조사 및 신체계측이었고, data는 Foxpro program과 SAS program을 사용해 정리·분석하였다. 분석결과에 따르면, 식사횟수에 있어서 하루 2끼만 먹는 경우가 14.4%로 중학생 결식율(하명주등, 1997)인 18.8%에 육박하는 수치를 나타내어, 결식이 어느 특정 연령층만의 문제가 아님이 지적되었다. 이들의 식품섭취빈도 응답결과는, 쌀 이외의 주식으로 섭취가능한 토스트, 식빵, 샌드위치의 경우 1일 1회 이상 섭취자가 10.4%로 대도시 성인 6.0%, 중소도시 성인 4.3%에 비해 2배가량 되며 무엇보다도 가장 큰 차이는 우유, 요구르트, 아이스크림 등의 유제품섭취빈도로써 1일 1회 이상 섭취자가 무려 81.2%로 나타나 대도시 성인 52.8%, 중소도시 성인 42%와는 확연히 비교되는 결과였다. 전체적으로 미취학 아동의 식품별 섭취빈도에 있어서 지역이나 연령에 따른 차이보다는 성인과의 차이가 훨씬 크고 특징적이었다. 조사대상 아동의 식품섭취량에 있어서는 성인의 주요섭취식품과 달리 쌀보다 우유의 섭취량이 216g으로 2배이상으로 높게 나타났고, 전체 식품섭취량에서 차지하는 비율도 22%로 성인에게서 쌀이 차지하는 비율 15~18%보다 훨씬 높았다. 반면 쌀은 9.5%에 불과했으며 그 섭취량도 93.9g이었다. 서울과 대구 두지역에 거주하는 아동들간의 주요 섭취식품 종류에는 약간 차이가 있어, 섭취량 순위 30위까지만 제한 해 볼 때 쇠고기의 부위별 종류는 서울 아동이 더 다양하고 간식거리 과자나 빵 종류는 대구에서 더 다양하였다. 체중 kg당 식품섭취량을 살펴보면, 우유의 단위 체중당 평균섭취량은 $17.1 \pm 11.1g/kg$ 으로 대도시성인 $3.9 \pm 1.9g/kg$, 중소도시 성인 $4.0 \pm 2.3g/kg$ 의 4배가 넘는 양으로서 아동과 성인간의 식품섭취 양상의 차이를 극적으로 나타낸 경우라 하겠다. 따라서 본 연구결과에 근거한다면 우유, 굴, 사과, 고구마, 감, 배, 오렌지쥬스, 토마토, 포도 등을 아동이 섭취하는 식품의 안전성과 관련해 거론할 수 있겠다. 그러므로, 섭취량을 모니터하고자 하는 유해물질이나 농약 또는 오염물질이 무엇인가에 따라 그 주된 사용식품을 구별하고, 그 해당식품의 주된 섭취계층의 섭취량을 고려하여야 하며, 식품의 안전성 확보를 위해서나 또는 국민의 건강증진을 위한 식품 및 영양정책의 수립 및 보완을 위해서도 국민의 식품섭취실태는 계속적으로 모니터되어야 할 것이다.◎