

아동의 비만과 식품기호도간의 관련성 분석

김 창임* · 박 영숙¹⁾ 혜전대학 식품영양과, 순천향대학교 식품영양학과¹⁾

Different Food Preferences between Obese and Non-obese Children

Changim Kim* · Young-Sook Park¹⁾. Department of Food and Nutrition, Hyejeon College, Hongsung, Department of Food Science and Nutrition, Soonchunhyang University, Asan¹⁾

사회경제적으로 급격한 성장을 겪은 지역에서 나타나는 공통적 현상으로 비만 이환율의 증가가 지적되고 있으며 특히 소아와 청소년의 비만이 급격히 증가하고 있다. 소아기나 청소년기의 비만은 비만의 위해성으로 알려진 고혈압, 당뇨병, 심장질환 등의 만성 질환을 조기에 발현시킬 위험성이 큰 것으로 알려져 있으며, 또한 부정적인 정신심리 현상을 동반할 위험성이 크다. 특히 아동 비만은 체중관리와 동시에 성장과 발달에 필요한 영양을 적절히 공급하여야 하며 평생토록 지속될 체중관리를 위한 올바른 식습관과 생활습관을 길러야 한다. 그러나 체중관리의 문제는 단기간의 영양지도로는 효과를 보기 어렵고 개인뿐만 아니라 주변의 환경요인이 함께 작용하기 때문에 간단하지 않다. 아동 비만의 예방과 치료를 위해서는 전문화되고 조직적인 프로그램이 필요하다. 비만 아동을 위한 영양교육 프로그램을 위해서는 비만 발생의 중요한 부분을 차지하는 식품기호도와 비만과의 관계를 분명히 할 필요가 있다고 본다. 따라서 본 연구는 초등학교 5학년 학생을 대상으로 신체계측치, 생활습관 및 식습관을 조사하고 간식과 식품의 기호도를 우선 조사하였다. 그리고 판별분석을 통해서 간식과 식품의 기호도 중에서 비만과 관련된 보다 중요도가 높은 최소한의 변수를 찾아내고 이 변수들의 상대적인 중요도와 이 변수로 구해진 판별식의 유의성을 검증한 결과는 다음과 같았다. BMI 20을 기준으로 하여 정상그룹에 속하는 아동들은 77.2%였고 비만그룹은 22.8%였다. 조사대상 아동 부모의 교육수준은 고졸이 가장 많았고 직업은 판매직이 가장 많았다. 월수입은 210만원 정도였고 식비는 56만원으로 나타났으며, 이들 항목은 두 그룹간에 유의적인 차이가 없었다. 조사대상 아동의 신장, 체중 및 BMI는 부모의 체격과 유의적 상관이 있었다. 간식회수는 비만집단에서 더 높았다($p < 0.05$). 식생활중 문제점으로 정상그룹과 비만그룹의 각각 58.6%와 33.3%의 아동들이 '편식'을 지적하였고, 각각 24.2%와 40.0%가 '아침결식'에, 각각 3.3%와 33.3%가 '과식'에, 각각 7.5%와 16.7%가 '잘은 간식'에 응답하였다($p < 0.05$). 일변량 분석에서 비만아동들은 정상아동보다 간식기호도 품목 중에서 과일과 카라멜/캔디를 유의적으로 덜 선호하는 것으로 나타났고, 식품기호도 품목 중에서 보리밥과 라면을 더 선호하고 가지와 미나리, 썩갠 것을 덜 선호하는 것으로 나타났다. 판별분석에 의해서 두 집단간에 유의성이 있는 기호도 품목의 변수는 과일과 떡국, 토마토, 가지, 과자, 콩, 우유였다. 판별식은 $\langle Z = -3.72 + 1.77 * \text{과일(간식)} + 0.36 * \text{우유} + 0.48 * \text{과자} - 0.91 * \text{떡국} - 0.36 * \text{콩} + 0.49 * \text{가지} - 0.88 * \text{토마토} \rangle$ 로 계산되었으며, 이 판별식은 $p < 0.05$ 수준에서 유의하였고, 판별식에 의한 예측 확율은 72.6%로 나타났다. 판별분석을 통해 간식기호도와 식품기호도는 정상그룹과 비만그룹을 구분짓는 기준으로 사용될 수 있으며, 따라서 영양교육을 통한 식품기호도 변화는 비만도 변화를 추정하는 근거로 제시하여 활용될 수 있다.◎