

사회경제적 요인에 따른 중소도시 노인의 식습관, 식사의 질

김인숙*, 주은정¹⁾, 서은숙, 서은아, 유현희, 김덕희, 김윤숙²⁾ 원광대학교 생활과학대학, 우석대학교 식품영양학과¹⁾, 서해대학교 식품영양학과²⁾

노인 인구 비율이 증가함에 따라 노인의 건강과 영양상태에 대한 관심도 점차 높아지고 있다. 이에 본 연구에서는 노인의 사회경제적 요인(학력, 가족형태, 가족월수입, 용돈)에 따른 식습관(식사의 규칙성등을 포함하여 식습관에 관한 항목 5개를 각각 3점 척도로 측정하여 총점은 15점), 식사의 질(식품섭취양, 식품군별 점수, 총영양소 섭취양, 영양소적정도(NAR), 평균영양소적정도(MAR)의 차이를 알아보았다. 본 조사자료는 SPSS(ver 10.0) 통계 프로그램을 이용하였다. 비연속(범주형)변수는 백분율을 구한 후 분할표 분석(Crosstabulation analysis)을 이용하여 χ^2 -test로 독립성을 검증하였다. 연속변수는 평균±표준오차를 제시하였으며, 평균 차이의 검증은 두 군간에는 student's t-test를, 세 군간에는 남자노인의 대상자 수가 비교적 작고, 항목간 대상자 수의 차가 크므로 비모수 방법인 Kruskal-Wallis k-sample test로 $\alpha=0.05$ 수준에서 유의성을 검증한 후 사후분석은 Duncan's multiple range test를 이용하였다. 본 연구 대상자는 전주지역에 거주하고 있는 65세 이상의 노인 230명(남자 73명(31.7%), 여자 157명(68.3%))이다. 교육수준은 남자노인은 중학교 졸업이 32.9%, 여자노인은 국민학교 졸업이 33.3%($p<0.001$), 가구소득은 남자노인은 51~150만원이 49.3%, 여자노인은 50만원이하가 54.3%($p<0.001$), 용돈은 남자노인은 6~10만원이 31.5%, 여자노인은 5만원이하가 31.2%($p<0.001$)로 가장 많아 유의적인 차이가 있었으며 남자노인이 여자노인보다 학력과 경제적 수준이 높은 것을 알 수 있었다. 가족형태는 남자노인은 부부만 산다가 52.1%, 여자노인은 핵가족 형태가 43.3%로 각각 가장 높은 빈도를 보여 유의적인 차이가 있었다($p<0.001$). 남녀노인 모두 대졸이상인 국민학교 이하보다 식습관, 식품양, 식품군별 점수, 영양소 섭취가 유의적으로 높았다($p<0.05\sim 0.01$). 남자노인은 가족수입(50만원 미만, 50-150만원, 150만원이상)에 따라 식습관은 유의적인 차이를 나타내지 않았으며, 여자노인은 식사의 규칙성이 50만원이 미만이 150만원미만에 비해 유의적으로 낮은 것으로 나타났다($p<0.05$). 가족수입에 따라 식품군별 점수와 NAR이 유의적인 차이가 나서, 남자노인보다는 여자노인이 더 영향을 많이 받는 것으로 사료되었다. 남자노인은 용돈(11만원이상과 10만원 이하)에 따라 식습관, 식품섭취양, 식품군별 점수, 영양소 섭취등이 유의적인 차이가 없었다. 여자노인 또한 용돈에 따라 식습관은 유의적인 차이가 없고, 11만원 이상이 10만원 이하보다 Meal Balance, 비타민 A는 유의적인 차이가 났다($p<0.05$). 남자노인은 가족형태에 따라 식품 섭취양, 식품군별 점수, 영양소 섭취등이 유의적인 차이가 나지 않아 영향을 거의 받지 않는 것으로 나타났으며, 여자노인은 식품수가 혼자사는 경우가 유의적으로 적어($p<0.05$) 다양한 식사를 하지 않는 것으로 사료된다. 이로보아 대체로 남자노인 보다는 여자노인이 사회경제적 요인에 따라 식습관, 식사의 질에 영향을 많이 받는 것으로 나타났다. 즉, 학력이 낮을수록, 가족월수입이 낮을수록, 용돈이 적을수록, 혼자사는 노인이 식습관이 나쁘고, 식사의 질이 낮은 것으로 보인다.