

번호: PO-EP-009					
제 목	지역사회 인구에서 영양섭취와 비만도 및 체성분의 연관성 Association of macronutrient intake with body mass index and body composition in a community population				
저 자 및 소 속	김인경1), 김영미1), 민진영2), 신은경1), 안윤진3), 김동현4), 백도명2), 조성일1) 1) 서울대학교 보건대학원 역학교실, 2) 서울대학교 보건대학원 산업의학교실, 3)질병관리본부, 4)한림대학교 의과대학				
분 야	역 학 [만성질환 역학 및 건강 위험요인]	발 표 자		발 표 형 식	포스터
<p>목적: 비만은 영양섭취 정도와 밀접한 연관이 있다는 것이 잘 알려져 있다. 본 연구는 지역사회 주민들을 대상으로 주요 영양소 섭취정도가 비만도 및 체성분과 연관성을 가지는 정도를 조사하였다.</p> <p>방법: 경기도 한 지역의 주민 562명에 대하여 식품 섭취 빈도 설문지(FFQ)를 이용하여 에너지 및 탄수화물, 단백질, 지방의 섭취정도를 조사하였다. 아울러 체질량지수(BMI)와 Bioimpedance에 의한 체성분 측정을 하였다. 기타 인구학적 정보 및 일반사항을 설문지로 조사하였다. 영양섭취와 신체측정지표들의 상관관계를 분석하고, 성, 연령을 보정한 회귀분석법을 이용하여 각 영양소와 신체측정지표의 독립적인 연관성을 분석하였다.</p> <p>결과: 조사 대상자의 평균연령은 43.1세였으며 평균 BMI는 24.3으로 과체중 (BMI≥25)의 유병률은 39%였다. 평균 에너지 섭취량은 2,074Kcal였으며, 영양소별 에너지 섭취 비율은 탄수화물 71%, 지방 16%, 단백질 13%였다. 여성에 비해 남성에서 BMI가 높았으며, 체지방량(fat mass) 및 체지방분율(body fat %)은 적었다. 나이가 들수록 BMI 및 체지방분율이 높았다. 일반 회귀분석에서 성 및 연령을 보정한 후 영양소별 섭취 비율을 두 가지씩 상호보정하였을 때, BMI와 유의한 양의 연관성을 나타내는 영양소는 단백질뿐이었다. 로지스틱 회귀모형에서 단백질 섭취 비율이 가장 높은 사분위군은 가장 낮은 사분위군에 비해 과체중의 odds가 1.8배(95% CI 0.98-3.34, p=0.06)로 나타났다. 체지방 분율과의 독립적인 연관성도 단백질 섭취비율이 가장 유의성에 가깝게 나타났으며(p=0.052), 지방섭취분율은 유의한 연관성을 나타내지 않았다.</p> <p>고찰 및 결론: FFQ를 이용하여 측정된 탄수화물, 지방, 단백질의 에너지 섭취 비율 중에서 BMI 및 체지방분율에 가장 큰 연관성을 보이는 것은 단백질이었으며, 지방은 독립적인 연관성을 보이지 않았다. 우리나라 인구에서 총 지방 섭취량 중 약 50%는 식물성 지방인 것을 감안할 때 본 연구에서 보이는 연관성은 육류 섭취와 관련이 있을 것으로 추정되나, 구체적인 원인이 되는 식품군을 파악하기 위한 보다 심층적인 분석이 필요할 것으로 생각된다.</p>					