

번호: PO-MA-016					
제 목	부산광역시민들의 중등도신체활동 실천에 대한 영향요인 Factors affecting regular moderate physical activity practice of Busan metropolitan citizen				
저 자 및 소 속	고광욱1), 송성은1), 진중화1), 손혜숙2), 윤태호3), 정백근4), 황인경3) 1)고신대학교, 2)인제대학교, 3)부산대학교, 4)경상대학교 Kwangwook Koh1), Sungeun Song1), Jonghwa Jin1), Haesohn Shon2), Taeho Yoon3), Baekgeun Jeong4), Inkyung Hwang3) 1)Kosin university, 2)Inje University, 3)Busan University, 4)Kyeongsang University				
분 야	의료관리 [지역보건 및 건강증진]	발 표 자		발 표 형 식	포스터
<p><b>목적:</b> 1996년 이후 세계적으로 보편화된 신체활동 강도 구분법에 의한 중등도 신체활동에 관한 기존 국내 실증 연구가 실행된 없으며 이에 영향을 미치는 관련요인에 대한 연구가 부재함</p> <p>활동적 생활은 일상생활에 신체활동을 포함시키는 생활양식이다. 매일 최소한 합계30분의 신체활동을 목적으로 하여 각 개인은 출,퇴근 시 걷기나 자전거 타기, 운동하기 혹은 즐기기, 공원에서 놀기, 야외 활동하기, 계단이용하기 등 다양한 방법을 추구할 수 있다. 선진국의 경험에서 보건의료부문만의 참여를 통한 운동사업으로는 급격하게 증가하는 비만율과 이에 관련된 만성질환에 대처하는데 한계가 있음이 밝혀지고 있다. 이러한 사실에 근거하여 선진국에서는 활동적 생활을 보장할 수 있는 지역사회의 기반을 구축하는 보건사업으로의 방향전환을 하고 있다. 부산광역시의 경우, 보행환경에 대한 만족도가 중구, 서구, 동구, 영도구, 부산진구, 사하구 등 구도심지역 주민에서 낮고, 동래구, 북구, 해운대구, 금정구, 연제구 등에서 높았던 점은 각 구군의 체계적 계획여하에 따라 보행환경에 대한 만족도가 차이가 날 수 있음을 실증적으로 보여주는 것이다. 따라서 각 지자체 별로 활동적인 지역사회 조성을 위한 다각적인 접근이 필요하다.</p> <p>중등도 신체활동은 건강상의 이득을 얻기위한 최소 활동량의 기준(주당 1,000칼로리)으로 주당 5회이상의 중등도 활동의 실천이 추천되고 있다. 규칙적인 중등도의 신체활동은 근골격계, 심혈관계, 호흡기계, 내분비계에 중요한 긍정적 영향을 미쳐 많은 건강상의 이득을 가져온다. 중등도의 신체활동을 일생동안 지속함으로써 연령을 불문하고 삶의 질을 높일 수 있으며, 궁극적으로 조기 사망의 위험을 감소시키고 건강한 수명을 연장시킬 수 있다. 중등도 의 신체활동은 3.0~6.0MET(분당 소모칼로리 3.5~7kcal이상)의 활동을 말하는 것으로써 이에관한 국내의 조사 기준이 없어 국제기준을 따라 10분 이상 지속되는 약간땀이 나거나 호흡이나 맥박이 제법 증가하는 활동이다.</p> <p><b>방법:</b> 2003년말 기준 부산광역시 주민등록인구통계를 기준 각 동별 1개이상의 표본 할당후 계통추출후 각 동별 표본추출율의 역수를 가중값으로 하여 표본가중평균으로 추정함. 조사도구는 2004 National Health Interview Survey도구로 조사 후 성별, 학력, 직업, 결혼상태, 교육수준, 의료보장형태, 직업, 종사상 지위, 월평균 가구소득에 따라 단변량 분석하고 CDC권고에 따라 규칙적 중등도 신체활동 실천율(주5회이상, 1회10분이상, 1일합계30분 이상의 중등도 활동)을 환산 후 이에 대한 영향 요인을 로지스틱 회귀분석</p> <p><b>결과:</b> 분석중</p>					