

【 P1-6 】

삼척지역 일부 중등도 이상 비만 아동의 영양지식, 영양태도, 체형인식, 식습관 및 영양섭취상태와 혈액성상에 관한 연구

김미현[†], 이재철
삼척대학교 식품영양학과

A study on nutritional knowledge, nutritional attitude, body image recognition, dietary habits, nutritional intake status and blood parameters of obese children residing in Samcheok

Mi-Hyun Kim[†], Jae-Cheol Lee

Department of Food & Nutrition, Samcheok National University, Samcheok 240-711, Korea

지방 소도시인 삼척시 소재 비만아동의 비만도 관련 영양 및 건강상태를 파악하기 위하여 삼척보건소에서 주최한 영양교실에 참가한 3-5학년의 중등도 이상 비만 초등학생 23명(남학생 16명, 여학생 7명)을 대상으로 신체계측조사, 설문조사, 식이섭취조사, 혈액검사를 실시하였다. 대상자의 평균 연령은 10.0세였으며, 신장은 남학생이 145.7 cm, 여학생이 143.2 cm로 남녀간에 유의적인 차이를 보이지 않았으나, 체중($p<0.05$)과 체질량지수($p<0.05$)는 남녀 학생 각각 57.5 kg, 27.0 kg/m², 51.0 kg, 24.8 kg/m²이었다. 영양지식 점수(10점 만점)는 남학생이 7.6점, 여학생이 6.9점으로 유의적인 차이가 없었으며, 영양태도 점수(40점 만점)는 남학생이 30.3점, 여학생이 29.7점으로 남녀 모두 비교적 긍정적인 영양태도를 보이고 있었다. 자아만족도(50점 만점)는 남학생이 31.8점, 여학생이 34.7점으로 자신에 대하여 보통수준의 만족도를 가지고 있었다. 체형만족도에 대한 조사에서 대상자의 60.8%가 체형에 대하여 보통정도의 만족도를 나타내었으며, 21.8%가 불만족, 13.0%가 매우 불만족한다고 답하였고, 78.3%의 대상자가 자신이 뚱뚱하다고 인식하였다. 부모의 비만여부를 조사한 결과 대상자의 60.9%가 부모 중 한쪽 또는 양쪽 모두가 비만인 것으로 나타났고, 어머니의 자녀의 체형에 대한 만족도를 조사한 결과 불만족 또는 매우 불만족 한다는 비율이 81.8%로 높았으며, 어머니의 95.5%가 자녀가 뚱뚱하다고 인식하였다. 식행동 조사에서 일주일에 3회 이상 아침을 결식하는 대상자가 34.7%였고, 식사속도에 대한 조사에서는 82.5%의 대상자가 20분 이내에 식사가 끝나는 것으로 나타났다. 외식과 패스트푸드 이용 빈도는 모두 한달에 1회 정도가 각각 40.9%, 69.6%로 가장 높은 비율을 보였다. 열량 섭취량은 남학생이 1914.5 kcal, 여학생이 1616.9 kcal로 권장량의 각각 90.5%와 84.3% 섭취수준을 보였고, 총 열량에 대한 당질, 단백질, 지질의 섭취비율은 남학생 66: 16: 18, 여학생 66: 17: 17로 탄수화물 열량비가 높게 나타났다. 혈액성상 분석 결과 평균 공복시 혈당은 97.1 mg/dl로 대상자의 13.0%가 정상범위 이상에 해당되었고, 혈중 총 콜레스테롤은 191.8 mg/dl로 대상자의 78.3%가 아동의 정상기준치를 벗어났다. 연구 대상자의 비만지수는 본인의 영양태도 및 어머니의 영양태도와 유의한 부의 상관관계를 보였고(각 $p<0.05$), 체중과 체질량지수는 비타민 C 및 과일군의 섭취량과 유의적인 양의 상관관계를 나타내었으며(각 $p<0.05$), 체질량지수와 비만지수는 혈청 총 콜레스테롤 함량과 유의적인 양의 상관관계를 나타내었다(각 $p<0.05$). 이상의 연구결과를 종합하

여 볼 때 지방의 소도시 중등도 이상 비만아동을 대상으로 실시한 본 연구는 비록 대상자의 수가 적다는 제한점을 가지고 있기는 하지만, 해당지역사회에서 영양교육 프로그램 계획시 필요한 사항들이 제시되었다. 이를 바탕으로 해당 지역 비만 아동을 대상으로 한 영양 교육에서는 이수화물이나 과일이 포함된 식품의 열량과 과잉섭취로 인한 체지방의 증가, 아침의 결식과 빠른 식사속도의 문제점, 비만아동의 올바른 체형인식 등에 초점을 맞추고 더불어 프로그램의 대상을 가정으로까지 확대하여 어머니의 영양지식이나 영양태도를 교정 할 수 있는 프로그램이 계획되어야 할 것이다.