

【P1-15】

어머니 직업 유무에 따른 일부 미취학 아동의 비만도, 체력 및 식습관에 관한 연구

양희경^{1)*}, 장은재^{1,2)}, 김영옥²⁾, 김진만³⁾, 배운정¹⁾, 김미자¹⁾

¹⁾동덕여자대학교 비만과학대학원 비만관리학과, ²⁾건국대학교 축산대학 축산식품생물공학과,

³⁾동덕여자대학교 자연과학대학 식품영양학과

A Study on Preschool-Children Obesity and Physical Fitness According to Mothers' Occupational Status

Hee-Kyung Yang^{1)*}, Un-Jae Chang^{1,2)}, Young-Ok Kim²⁾, Jin-Man Kim³⁾, Yoon-Jang Bae¹⁾,
Mi-Ja Kim¹⁾

¹⁾Department of Obesity Management, Graduate School of Obesity Science Dongduk Women's University, Seoul, 136-714, South Korea, ²⁾Department of Food and Nutrition, Dongduk Women's University, Seoul, 136-714, South Korea, Department of Food Science and Biotechnology of Animal Resources, ³⁾Konkuk University, Seoul, 143-701, South Korea

최근 소아비만 인구가 급증함에 따라 소아비만은 중요한 건강문제로 인식되고 있으며, 비만의 효과적인 예방과 관리를 위해서는 소아비만증의 결정적인 발병시기인 0-4세에 가정에서의 비만관리가 무엇보다 더 중요한 것으로 생각되게 되었다. 그러나 현대화가 진행되고, 여성들의 사회진출이 급증 하게 되면서, 이로 인한 자녀들의 식생활관리의 주체가 어머니가 아닌 보육시설이나 타인에 의해서 이루어지고 있다. 이에 본 연구는 서울시에 거주하는 만 3-5세의 일부 유치원 원아 111명을 대상으로, 어머니가 전업주부인 미취학 아동과 어머니가 직업이 있는 미취학 아동의 비만 정도, 체력(순발력, 유연성, 평형성) 및 식습관을 분석하여 어머니의 직업유무에 따른 소아비만 현황을 분석해 보고자 하였다. 전체 연구 대상 아동 111명 중 정상체중 55.0%, 과체중 27.9%, 비만 17.1%로 판정 되었으며, 직업이 없는 어머니 그룹의 아동은 전체 57명 중 정상체중 80.7%, 과체중 14.0%, 비만 5.3%로 나타났으며, 직업이 있는 어머니 그룹의 아동은 전체 54명 중 정상체중 27.8%, 과체중 42.6%, 비만 29.7%로 나타나, 직업이 없는 어머니 그룹의 아동이 직업이 있는 어머니 그룹의 아동에 비해 과체중 비율 차이는 28.6%의 낮았고, 또한, 비만의 비율 차이도 24.4%로 낮게 나타나, 통계적으로 유의한 결과로 나타났다($p < 0.05$). 전체 연구 대상 아동의 체력 측정의 결과는 순발력, 유연성, 평형성의 측정에서 만 3세, 만 4세, 만 5세의 측정치 모두가 전업주부 그룹이 직업이 있는 어머니에 비해 측정 결과 체력이 더 좋은 것으로 측정되었다($p < 0.05$). 식습관 면에서는 아침 결식 여부나, 외식시 편의 식품 선택횟수가 직업이 없는 어머니 그룹의 아동이 직업이 있는 어머니 그룹의 아동에 비해 각각의 비율이 낮은 것으로 나타나, 통계적으로 유의한 결과를 나타냈다($p < 0.05$). 이와 같이 본 연구 결과를 통해, 미취학 아동비만을 효과적으로 예방하기 위해서는 식습관 및 생활 습관이 형성되어 고착되기 전인 아동기가 중요한 시기임을 인식하고, 부모와 보육시설이 주의 깊은 관심으로 체계적인 교육을 통해서 올바른 식습관의 형성과 생활 습관의 변화를 긍정적인 방향으로 유도함과 동시에 일상적인 관리가 필요하다고 사료된다.