

유아의 생우유섭취 및 성장에 영향을 미치는 이유기 섭식행태 분석

임영숙, 박혜련, 권지영*, 황은미* 명지대학교 식품영양학과, 매일유업 영양과학연구소 *

유아의 영양섭취는 유아기 동안의 성장발달 뿐 아니라 일생에 걸친 신체적 건강과 정서적, 지적 발달에도 영향을 미치므로 매우 중요하다. 올바른 이유식 섭취를 통하여 식습관의 기본이 형성되므로 적기에 다양한 식품을 소개하고 이에 적응하도록 하는 훈련이 필요하다. 이유기 유아들이 지나치게 유즙에 의존하여 철 결핍성 빈혈을 일으키고 성장발달에 장애를 초래하는 사례가 빈번히 지적되어왔다. 본 연구는 많은 양의 생우유를 섭취하는 유아들의 식품섭취패턴 및 성장정도를 분석하고 유아의 과도한 생우유 섭취에 영향을 주는 요인이 어떤 것인지 파악하고자 실시되었다. 연구방법으로는 소아과에 예방접종을 위해 내방한 만 12개월-36개월 유아 813명을 대상으로 신체계측 및 설문조사를 실시하였고 이 중 664명 유아의 어머니를 면접하여 24시간 회상법을 이용한 식이섭취 자료를 수집, 분석하였다. 생후 9개월 이후에는 일일 2회의 우유섭취가 권장되고 있으므로 생우유를 일일 400ml 이상 섭취하는 유아군(과다섭취군)과 400ml 미만 섭취하는 유아군(정상섭취군)으로 나누어 이유기 섭식행태를 연령별로 비교하였고 우유섭취량에 영향을 미치는 요인을 분석하였으며 선형 로짓모델(logistic)을 이용하여 Odds ratio를 구하였다. 조사대상아들의 성장정도 비교 분석에는 1998년 한국소아발육치의 값을 이용한 현재체중 Z값을 이용하였고 또한 해당월령의 출생 후 체중증가량의 백분율값도 이용하였다. 정상섭취군의 현재체중의 평균z값 (0.12 ± 0.13)과 체중증가량 백분율(103.28 ± 2.20)이 과다섭취군의 z값(0.10 ± 0.12) 및 체중증가 백분율(102.94 ± 2.08)보다 유의적으로 높았다($p < 0.05$). 이유섭식행태를 보면 1-2세 유아에서 과다섭취군의 젖병사용 기간(17.06 ± 5.38)이 적정섭취군의 젖병사용기간(15.38 ± 5.27)보다 길었으나($p < 0.05$) 숟가락사용 시기는 늦었다. 이유기에는 계란 및 우유를 더 자주 섭취하였으나($p < 0.05$) 철분 영양상태는 상대적으로 낮았으며($p < 0.01$) 변비가 잦았다($p < 0.05$). 이러한 경향은 2-3세 유아에서는 차츰 희석되는 경향을 보였으나 과일 섭취빈도는 여전히 낮았다($p < 0.01$). 생우유를 과다섭취할 상대위험도는 생후 4-6개월을 이유식 도입 적정시기로 볼 때 이보다 이르거나 늦은 경우 높았고 젖병사용기간도 12개월 정도를 적정기간으로 볼 때 24개월, 25개월 이상군에서 각각 1.57(CI 0.89-2.76), 7.32(CI 1.13-47.21)로 높았다($p < 0.05$). 또한 숟가락 사용 시작도 4-6개월보다 이르거나 늦은 경우 상대적으로 우유 섭취가 많은 것으로 나타나 이유기의 섭식행태가 유아기의 생우유과다섭취에 영향을 미치는 것으로 사료된다.