

사회경제적 수준 및 성별에 따른 대학생의 식생활 특성

최정숙, 정금주, 전해경, 권성옥. 농촌진흥청 농촌생활연구소

Dietary habit of college students by the socioeconomic status of their parents

Jeong-Sook Choe, Gum-Ju Jung, Hye-Kyung Chun, Sung-Ok Kwon. National Rural Living Science Institute, Rural Development Administration, Suwon, Korea

대학생은 성인기로 전환하는 과도기 연령으로 과거 세대의 식생활 양식을 반영할 뿐만 아니라 다음 단계인 성인기의 식생활을 가장 잘 나타내는 시기이다. 식생활에 영향을 미치는 요인으로 인구학적·지리적·사회적·경제적·과학적 요인 등 여러 가지가 있으며, 그 중에서도 대학생은 성인이 되어 생활의 자립을 하기 전까지는 가정의 사회경제적 수준에 영향을 많이 받는다. 따라서 본 연구는 사회경제적 수준 및 성별에 따른 대학생의 식습관 및 식품섭취를 파악하고자 대학 1년생 남자 1,030명, 여자 2,582명, 총 3,612명을 대상으로 2002년 6월에 인터넷 사이트를 통하여 아침 식사여부·규칙성·형태, 전반적인 식습관, 조리형태에 따른 음식군별 자주 먹는 음식 등에 대하여 구조화된 설문지를 이용하여 이루어졌다. 조사대상자의 가구 연평균 소득은 2000만원 미만이 39.2%, 2000-3000만원이 36.5%, 3000-4000만원 15.9%, 4000만원 이상이 8.4%이며, 인지하고 있는 가정의 사회경제적 수준은 상층이 1.4%, 중상층이 42.5%, 중하층이 51.8%, 하층이 4.4%로 나타났다. 남녀별로 아침식사 실태를 분석하면 매일 아침식사를 하고 있는 사람은 전체 33.2%이었으며 남학생이 36.2%, 여학생이 32.0%로 성별에 따른 유의적인 차이는 없었다. 매일 아침식사를 밥과 반찬으로 구성된 전통식으로 먹는 사람은 남학생의 33.9%, 여학생의 29.0%로 남학생이 유의적으로 높았으며, 전통식을 하지 않는 비율은 여학생이 남학생보다 높은 것으로 나타나 성별에 따른 아침 식사의 패턴에 차이가 있었다. 조리형태에 따른 음식군별 자주 먹는 음식을 조사한 결과 한그릇 음식으로 남학생의 27.6%가 비빔밥을 가장 많이 먹고 있었으며, 여학생은 34.9%가 떡볶이를 가장 많이 먹고 있었다. 음료류 중에서는 남학생은 탄산음료(42.5%)를 가장 많이 섭취하였고, 여학생은 우유(33.2%)와 탄산음료(33.2%)를 자주 섭취하고 있었다. 사회경제적 특성에 따른 아침식사 관련 문항에서 아침식사 섭취 빈도 및 규칙성은 사회경제적 수준별로 유의적인 차이가 없었다. 세끼 중에서 가장 맛있게 하는 식사에 대하여 아침식사가라고 응답한 비율이 전반적으로 가장 낮았으며, 계층별로 비교해 보면 상층이 14.3%로 아침식사가 맛있다고 응답한 비율이 가장 높았다. 사회경제적 수준이 중하층이라고 응답한 사람들 중의 81.3%가 세끼 중에서 아침식사가 건강에 가장 중요하다고 응답하였으며, 상층은 77.6%로 가장 낮았다. 식습관 점수는 상층이 가장 높게 나타났으며, 사회경제적 수준이 낮을수록 점수가 유의적으로 낮아졌다. 조리형태에 따른 음식군별 섭취에서는 밥류의 경우 사회경제적 수준이 낮을수록 쌀밥을 주식으로 섭취하는 비율이 높아서 상층이 57.1%인데 비하여 하층의 경우는 81.1%였다. 구이류는 모든 계층에서 어패류 구이의 섭취가 가장 높았으며, 상층의 경우는 어패류 구이와 육류 구이의 섭취비율이 동일한 반면, 나머지 계층에서는 어패류 구이 다음으로 햄·소시지의 섭취 비율이 유의적으로 높게 나타났다. 찜류는 전체적으로 계란찜의 섭취 비율이 높고, 계층간에는 상층으로 갈수록 낮았다. 계란찜 다음으로 상층에서는 소갈비찜을 많이 섭취하였으나, 나머지 계층에서는 돼지갈비찜을 많이 섭취하였다. 과일을 매일 섭취하는 비율이 상층에서는 높았다. 과일종류별로는 귤의 섭취가 높았으며 계층간에는 사회경제적 수준이 낮을수록 섭취비율이 높았다. 상대적으로 사과와 상층에서 섭취비율이 높았다. 우

유는 상층에서 42.9%가 매일 섭취한다고 한 반면, 하층에서는 42.8%가 거의 마시지 않는다고 응답하였다. 이와 같이 대학생의 식습관 및 식품섭취는 가정의 사회경제적 수준 및 성별에 의하여 영향을 받고 있는 것으로 나타났다.