

[P1 - 21]

학령 전 아동 어머니의 체중, 체형인식과 아동 식품선택 및 영양소섭취량과의 관계

홍이정*, 현화진
중부대학교 식품영양학과

Relationship between Maternal Body Image, Weight and Preschool Children's Food Choice and Nutrient Intake

Yi-Joung Hong*, Wha-Jin Hyun
Department of Food and Nutrition, Joongbu.ac.kr, Gumsan, Korea

근래 소아비만의 증가가 이의 건강과의 관련성으로 크게 주목을 받고 있으며, 동시에 여성들의 과도한 마른체형 선호와 만연된 다이어트가 문제시 되고 있다. 본 연구는 학령 전 아동 어머니의 아동과 자신에 대한 체형인식과 체중의 아동을 위한 식품선택과 아동의 영양소섭취량과의 관계를 조사하고자 대전소재 4개 유치원에서 만 3-7세 아동 547명(남(279명, 여:P268명))을 대상으로 신체계측을 실시하였고, 이들 어머니를 대상으로 설문조사와 24시간 회상법을 이용한 식이섭취조사를 실시하였다. 어머니와 어린이의 비만도는 각각 BMI와 한국 소아 신장별 체중 백분위의 50 퍼센타일 값을 사용한 WLI로 산출하였고, 마른 체형에서 뚱뚱한 체형으로 9단계의 그림을 사용하여 [현재 체형-희망하는 체형]으로 '체형 불만족 점수(DS)'를 산출하였다. 또한 20가지 식품을 선정하여 이들 식품을 '건강에 좋은 식품', '똥똥해지는 식품'으로 각각 5점 척도로 구분하게 하였고 주당 섭취빈도를 산출하였다. 식품의 건강인식 점수는 과일, 버섯, 두부가 가장 높았고(4.8), 청량음료(1.3), 패스트푸드(1.7), 빵(1.8)의 순으로 낮았다. 비만인식 점수는 패스트푸드(4.7)가 가장 높았고 다음이 빵(4.6), 청량음료(4.2)의 순이었으며 미역(1.2)이 가장 낮았다. 주당 섭취빈도는 밥(19.4), 김치(10.6), 우유(10.0)의 순으로 높았고, 간(0.1)이 가장 낮았다. 건강 인식점수는 BMI와 미역($p<.05$)과 간($p<.01$)에서 양의 상관을 보였다. 비만 인식점수는 WLI와 밥, 감자, 우유($p<.05$)에서, BMI와 밥($p<.05$)에서 양의 상관을 나타내었고, 어린이 DS와 밥, 과일($p<.05$), 빵, 달걀, 햄, 패스트푸드, 청량음료($p<.01$)에서, 어머니 DS와 밥($p<.01$), 햄, 패스트푸드($p<.05$)에서 양의 상관을 보여 어린이 DS와 상관관계를 보인 식품이 가장 많았다. 식품섭취 빈도는 BMI와 빵($p<.01$), 고등어, 두부($p<.05$)에서 음의 상관, 김치($p<.05$)에서 양의 상관, 어린이 DS와 밥($p<.05$)에서 양의 상관, 어머니 DS와 감자($p<.05$), 빵($p<.01$)에서 음의 상관을 보였다. 어린이의 영양소 섭취량은 에너지 $1476.0\pm 349.4\text{kcal}$, CPF 비율 51.4: 20.5: 34.6이었으며, 에너지, 아연, 나이아신을 제외한 모든 영양소 섭취량이 한국인 1일 권장량을 초과하였다. 어린이의 영양소 섭취량은 어린이 DS와만 유의적인 상관관계를 보였는데, 단백질, 섬유소, 동물성 철분($p<.05$), 철분($p<.01$)에서 음의 상관을 나타내었다. 이상의 결과를 보면 어머니의 아동을 위한 식품선택 인식에서는 비만 인식이 어린이 DS와, 섭취 빈도가 BMI가 가장 관련이 있는 것으로 나타났고, 영양소 섭취량은 어린이 DS와 가장 관련이 높은 것으로 나타났다. 따라서 어머니의 어린이에 대한 체형 인식이 어린이의 식품선택과 섭취량에 영향을 초래할 수 있으므로 어머니의 올바른 식품에 대한 인식과 체형인식을 위한 영양정보의 제공과 영양교육이 필요하다고 하겠다.