

【P4-29】

영양·건강측면에서 본 패스트푸드와 탄산음료의 소비실태 분석
:서울지역 중심으로 연령별·성별 비교

장문정¹, 김주현, 이정숙, 김숙희²

국민대학교 자연과학대학 식품생명과학전공¹, 한국식품영양재단²

패스트푸드와 탄산음료는 대다수 국민들에 의해 다량 소비되고 있는 식품임에도 불구하고 패스트푸드와 탄산음료의 섭취가 인체에 미치는 영양학적인 분석과 그 영향에 대한 연구는 미흡한 실정이다. 본 연구는 대학교 재학생 148명, 고등학교 재학생 231명, 중학생 395명을 대상으로 패스트푸드와 탄산음료의 소비실태의 조사와 이에 관련된 영양 및 건강문제를 평가하기 위해 설문조사를 통하여 조사 분석 하였다. 설문조사기간은 2003년 6월1일부터 6월 30일 까지 였으며, 설문조사는 일반적 사항, 패스트푸드의 건강 인지도 및 이용실태, 탄산음료의 섭취실태, 선호도, 패스트푸드 및 탄산음료 섭취이유, 24시간 회상법에 의한 식품섭취량 조사등을 중심으로 수행되었다. 패스트푸드의 이용 끼니는 20대가 점심으로 더 많이 이용하고 있었고, 저녁 끼니로의 이용빈도는 10대가 더 많았다. 10대의 81.9%는 주로 주말에 섭취 빈도가 높았으며 20대의 36.5%는 주중에도 섭취하고 있어 통계적으로 연령간의 유의적 차이가 있었으며, 남녀간의 패스트푸드 이용시기의 차이는 없었다. 섭취 빈도는 10대, 20대 모두 한달에 2-3회 섭취한다고 응답한 것이 가장 많았으며, 10대에 비해 20대의 섭취 빈도가 높았다. 섭취 동기는 10대는 편리성(34.1%)>맛(27.6%)>친구와 어울리기 위해서(13.9%) 순으로 응답하였으며, 20대는 편리성(53.0%)>맛(19.9%)순으로 응답하였다. 연령별 패스트푸드 선호도는 10대, 20대 모두 좋아하거나 보통이라는 대답이 가장 많았고, 종류별 선호도에 있어서 10대는 20대에 비해 프렌치프라이, 김밥, 치킨에 대한 선호도가 유의하게 높았다($p<0.05$). 탄산음료의 소비실태는 10대는 착향 탄산음료의 선호도가 높았고, 20대는 콜라의 선호도가 높았으며, 남녀간의 탄산음료 선호도의 차이가 있어 남자의 선호도가 높았다. 패스트푸드 및 탄산음료에 대한 건강인지도는 주로 건강에 나쁘다고 생각하는 경우가 50-89% 수준으로 높아 건강에 좋지 않은 것으로 인식하였다. 패스트푸드 규제의 필요 성은 10대 52.6%, 20대 60.1%가 필요하다고 인식하였으며, 남자보다 여자가 규제필요성에 대한 인식이 유의하게 높았으며 패스트푸드의 영양표시제공에 대한 요구도가 높았다. 패스트푸드 및 탄산음료의 섭취 빈도는 에너지, 단백질, 지방의 섭취량과 양의 상관관계가 있었으며, 햄버거의 선호도가 높을 수록 열량, 단백질, 동물성 단백질, 지방, 동물성 지방 섭취량과 양의 상관관계가 있어 패스트푸드와 탄산음료 섭취가 많아 질수록 열량 및 지방 섭취 과잉을 초래할 수 있다. 따라서 패스트푸드의 영양표시제도 확립, 영양교육 실시등 효율적인 패스트푸드 및 탄산음료의 관리방안이 마련되어야 할 것이다.