

【P3-7】

까다로운 식행동을 가진 영유아의 기질, 어머니의 식행동과 식사 지도 방법의 특성

김윤정*, 정상진**, 한영신**, 이윤나***, 정승원**, 이상일**, 최혜미*
서울대학교 식품영양학과*, 성균관대학교 의과대학 소아과**, 한국보건산업진흥원***

The characteristics of infants' temperament, maternal behavior and feeding practices in infants with the picky eating behavior

Yoon-jung Kim*, Sang-Jin Chung**, Young Shin Han**, Yoonna Lee***, Seung Won Chung**, Sang Il Lee**, Haymie Choi*

Department of Food and Nutrition, Seoul National University*, Department of Pediatrics, School of Medicine, Sungkyunkwan University**, Korea Health Industry Development Institute***

까다로운 식행동을 가진 영유아는 '부모가 돌보기 어렵다고 느끼는 특성'을 가지고 있는데 이러한 경우 어머니와 영유아의 상호작용이 적거나, 아기의 요구에 덜 반응적이거나, 식사지도에 있어서 많은 규제 등에 의해 영향을 받는다는 보고들이 있다. 본 연구는 자신의 아기가 까다롭게 먹는다고 생각하는 어머니의 주관적인 응답을 기준으로 까다로운 식행동을 가진 영유아(까다로운 아이)와 그렇지 않은 영유아(보통 아이)의 영양소 섭취상태, 어머니의 식행동, 어머니의 식사지도 방법, 타고난 기질의 차이가 있는지를 알아보려고 하였다.

조사는 2003년 4월부터 2004년 4월까지 삼성병원 소아과와 경기도 부천시 오정구 보건소에 예방 접종을 위해 내원한 584명의 2세 이하의 영유아 중 159명의 12-24개월 영유아 자료를 본 연구에 활용하였으며, 조사항목으로는 영유아의 기질(접근회피성, 적응성, 정서성, 예민성, 활동성, 규칙성) 및 식행동(접근회피, 식사의 규칙성), 어머니의 식행동(건강관심, 식사의 까다로움, 규제성, 탈억제), 어머니가 아기에게 지도하는 식사 방법(강제성, 규제성, 자율성, 모니터링) 설문지를 4점척도로 조사하였고, 24시간 회상식이 섭취조사를 통해 영양소 섭취량과 7개 영양소(단백질, 칼슘, 철분, 아연, 비타민 A, C, B1)의 평균 적정섭취 비율(MAR)을 측정하였다. 중위수를 기준으로 까다로운 식행동 척도를 두 그룹으로 분류하여 MAR을 비교한 결과 유의적인 차이는 없었지만, 보통 아이(0.79 ± 0.18)에서 높은 경향을 보였다(까다로운 아이 : 0.76 ± 0.21). 영양소 섭취량은 비타민 B1의 경우만 까다로운 아이가 유의적으로 ($p < 0.01$) 낮았다. RDA 75% 미만의 영양소를 섭취한 경우는, 보통 아이에서는 아연만(73.8%), 까다로운 아이는 칼로리(68.1%), 아연(72.7%), 비타민 E(68.7%)이었다. 어머니의 식행동 및 식사지도 방법과의 관계를 보기위해 standardized T score로 변환하여 두 그룹간의 차이를 비교하였는데 타고난 기질 중 적응성($p < 0.05$)과 정서성($p < 0.01$), 식행동 중 식품의 접근회피성($p < 0.001$), 식사의 규칙성($p < 0.05$)이 유의적인 차이를 보이며, 어머니의 식행동, 식사지도 방법에 의해서는 유의적인 차이를 보이지 않았다. 즉, 까다로운 식행동의 영유아는 적응성이 떨어지고, 불안한 정서를 가지며, 식품의 접근성이 떨어지고, 규칙적인 식사를 하지 않는 것으로 나타났다.

이상의 결과로 비추어 보면 까다로운 식행동을 가진 영유아 상담을 위해서는 식품 섭취 조사 뿐만 아니라 타고난 영유아의 기질, 어머니의 식행동, 식사 지도 방법 등을 조사함으로써 영유아의 식습관 문제점을 잘 파악해 낼 수 있으며 효율적인 영양상담을 실시 할 수 있다고 사료된다.