

## 전주지역 고학년 초등학생의 비만판정 방법에 따른 식생활 비교연구

유 옥 경\* (전북대학교 생활과학대학 식품영양학과 박사과정)

차 연 수 (전북대학교 생활과학대학 식품영양학과 교수)

본 연구는 초등학교 어린이들의 비만실태를 파악, 올바른 식습관과 식행동의 방향을 모색하고, 앞으로 이루어져야 할 영양교육의 기초 자료를 얻고자 어린이 비만발생에 영향을 미치는 식생활에 관한 전반적인 요인을 연구하였다. 전주지역 초등학교 4, 5, 6학년 학생 중 남학생 1,364명, 여학생, 1,204명, 총 2,568명을 대상으로 신체검사 자료를 이용, 체질량 지수(BMI)와 비만도 지수(OI)에 의해 비만아동과 비만 아동을 분류하였고 식생활 연구에 필요한 설문조사를 하였다.

체질량 지수(BMI)에 의한 비만도 산출결과, 남학생은 비비만아가 80.3%(수칙 9.2%, 정상 71.1%), 비만아가 19.7%(과다 11.3%, 비만 8.4)로 조사되었고, 여학생은 비비만아가 79.2%(수칙 8.6%, 정상 70.6%), 비만아가 20.8%(과다 12.5%, 비만 8.3%)로 조사되었다. 또한 비만도 지수(OI)에 의한 비만도 산출 결과는 남학생 비비만아가 75.0%(수칙 20.7%, 정상 54.3%), 비만아가 25.0%(과다 12.5%, 비만 12.5%)로 조사되었고, 여학생은 비비만아가 83.0%(수칙 32.3%, 정상 50.7%), 비만아가 17.1%(과다 9.6%, 비만 7.5%)로 나타났다.

남녀별 비만도는 비만도 지수(OI)에 의한 방법은 유의적으로 남학생의 비만도가 높게 나타났으나 체질량 지수(BMI)에 의한 방법에는 유의성이 없었다. 학년별 비만도는 체질량 지수, 비만도 지수 모두 유의적으로 5학년의 비만도가 높게 나타났다.

체질량 지수와 비만도 지수 두가지 기준에 의해 산출된 비만도와 식습관 및 식행동과의 상관관계는 분석결과에 큰 차이를 보이지 않았다. 간식 시간, 간식 유형, 간식 횟수, 속식 습관, 야참 습관, 외식 유형 등은 비만도와 매우 유의적인 상관관계를 보이고 있고, 다른 사람이 먹을 때 따라 먹는 습관, 가장 식사를 많이 하는 때, 스트레스 시 먹는 습관 등은 비만도와 유의한 상관관계를 보이고 있다.

비만도와 통계적으로 매우 유의한 상관관계를 보이는 생활환경은 비만가족과 감량 결심 등이다. 가족 중에 비만인 사람이 있는 경우는 두 가지 비만 판정법 모두가 유의하여 비만아가 비비만아보다 훨씬 많았다. 감량결심은 여학생이 남학생보다 많았으며, 체질량 지수에 의해 비만도를 산출한 경우가 특히 비만아의 비율이 비비만아에 비해 높았다. 초등학교생들이 많은 시간을 할애하는 PC게임에 대한 질문을 분석한 결과 남학생이 여학생보다 게임 시간이 많고, 비만아가 비비만아에 비해 게임을 위해 소모하는 시간이 많았다.

결론적으로, 초등학교생을 위한 비만 판정 방법에 있어서 다양한 분석 방법의 적용은 필요하다고 여겨지며 적용 방식에 따른 분석 결과의 차이에 대한 연구는 향후 진행되어야 할 것이다. 또 비만아뿐만 아니라 비비만아의 경우도 체지방이 과다하게 축적되면 향후 성인 비만으로 이어질 가능성이 높으므로 올바른 식습관, 식행동의 형성과 실천을 위하여 가정과 학교, 사회의 관심과 영양교육이 필요하며 꾸준히 지도해야 할 것이다.