

축산물 유래 지방에 대한 오해 :

축산물등급판정, 바뀌어야하는가?



최윤재
서울대학교 농업생명과학대학 교수

축산물등급제도의 도입 배경

축산물등급제도는 정부가 정한 품질기준에 따라 축산물을 차별화함으로써 소비자의 구매 선택권을 다양화 하고, 생산자에게는 보다 좋은 품질의 축산물을 생산케 함으로써 소득증대를 도모할 수 있는 기회를 제공하며, 또한 고객의 요구에 부응하는 축산물을 제공하여 축산물의 유통을 더 활성화하기 위한 배경에서 시작되었습니다. 우리나라의 경우는 1980년대부터 초지개발과 계열화 사업을 바탕으로 한 축산장려정책이 시행되면서 축산업이 농업부분에서 발전하기 시작하였고, 1990년대 전업축산시대에 들어서면서 비로소 축산업의 중요성이 부각되고 축산식품의 상품화가 이루어지기 시작했습니다. 이러한 배경에서 수급 안정성을 꾀하고 무역개방에 대비한 국제경쟁력을 갖추고, 제품 생산의 표준화를 이루기 위해서 육류등급제가 실시되었고(소·돼지고기 1993년) 이후

양계산물 (계란 2001년, 닭 2003년, 오리 2012년)로 확대되었습니다.²⁾

축산물등급제를 시행한 결과, 한우 산업에서는 연간 2,138억, 돈육산업에서는 연간 1,058억의 소득증대 효과를 창출해낼 수 있었던 것으로 분석되며¹⁾ 다양한 선택의 기회를 준 소비자에게도, 소득을 올려준 축산농가의 가계에도 축산물등급제가 기여하고 있는 바가 크다고 할 수 있습니다.

축산물등급 기준 변화에 대한 요구

쇠고기의 육류 및 육질 등급 판정에 영향을 주는 요소는 도체중, 성, 근내지방도, 육색, 지방색 및 조직감 등입니다. 그중에서 지방은 고기의 품질을 결정하는 데 가장 중요한 요소라고 할 수 있습니다. 그러나 고기를 먹으면 축산물 유래의 포화지방을 많이 섭취하게 되어 체내 콜레스테롤의 농도가 강해지고, 결과적으로 심혈관 질환에 걸릴 수 있다는 잘못된 정보가 확산되고, 또한 전 세계적으로 불고 있는 ‘웰빙’ 열풍과 맞물려 현대인의 성인병 발병률 증가의 주범이 축산물인 것처럼 잘못 보도되고 있습니다. 이와 더불어 몸에 해로운 지방을 품질 기준의 척도로 삼아 등급을 판정하는 현 축산물등급제의 기준이 옳은가에 대한 비판이 생기면서, 기존 등급제의 기준에 대한 변화의 요구가 거세지고 있습니다. 일부에서는 근내 지방도가 높은 소고기는 비육기에 과다하게 곡물사료를 강제 급여하고 운동을 억제해 생성된 지방이라고 비판하는 소수 여론도 나타나게 되었습니다. 그 결과, 2013년 7월 축산물품질평가원은 돼지고기 등급판정에 있어서 저지방 부위를 선호하는 소비자의 요구에 맞춰 돼지고기 등급판정에 있어서 1⁺등급, 1등급에서 각각 등지방 두께를 2mm씩 낮추는 것으로 변경하기도 하였습니다.³⁾

1) 축산물등급제도 홈페이지: www.ekape.or.kr

2) 축산유통종합정보센터: www.ekapepia.com, 국가법령정보센터: www.law.go.kr

3) http://imnews.imbc.com/replay/2015/nwdesk/article/3739518_14775.html, <http://www.hankookilbo.com/v/c57ca888bf2c46be83c62ee2120e5754>, http://www.nongmin.com/article/ar_detail.htm?ar_id=250258&subMenu=articletotal



축산물 내 지방에 대한 오해 및 고찰

그러나 현재 소비자가 가지고 있는 축산물 내 지방에 대한 편견은 축산물에 대한 자극적 보도를 일삼는 일부 언론과, 서양인 식단을 대상으로 한 일부 편향된 연구에 의해 형성된 것이라고 할 수 있습니다. 먼저 천연 복합지방인 동물성 지방이 포화지방으로만 이루어졌다는 오해의 경우, 돼지기름의 절반 이상이 불포화지방산인 올레인산(평균 53%)으로 구성되어있으며, 소기름의 경우에는 팔미트산과 스테아르산의 비율이 높으나, 25%이상이 올레인산이며 불포화지방산의 비율이 포화지방산보다 높은 것으로 조사되어 있습니다.⁴⁾ 또한, 축산물 소비와 심혈관 질병은 현재 유의적인 관계가 없는 것으로 밝혀졌습니다.

축산물 유해성 논란은 1950년대 안셀 키즈 박사의 지방 섭취가 심혈관계 질병 유병률을 높일 수 있다는 연구에서부터 시작되었습니다. 그리고 미국 시사주간지 TIME지가 이를 대대적으로 기사화하며 이를 예방하기 위한 저지방식단(Low fat diet)의 필요성이 제기되었고, 이어서 포화지방, 콜레스테롤이 심장병과 양의 상관관계를 갖는다는 연구가 발표되면서 미국 농무부(USDA)에서는 1980년 지방, 콜레스테롤 섭취를 제한하는 식단을 권고하게 되었습니다.

그러나 최근에는 계속된 연구를 바탕으로 축산물의 지방이 혈중 콜레스테롤 증가와 관계가 적으며, 현재는 오히려 과도한 탄수화물 섭취를 제한한 식단이 질병 예방에 중요하다는 연구 결과가 발표되고 있습니다. 저탄수화물식단, 즉 고지방식단이 저지방식단보다 혈액에서 콜레스테롤을 제거해 심혈관 질환 발생을 감소시키는 HDL(High-density lipoprotein)을 증가시키고, 심장병·뇌졸중을 유발하는 중성지질의 감소 효과가 더 높게 나타난 연구가 발표되기도 하였습니다.⁵⁾

이를 비롯한 여러 연구결과가 축산물에 대한 오해와 편향된 연구 결과를 반증하며, 건강식으로서의 육류, 우유 및 가공축산식품 섭취의 중요성이 다시 강조되기 시작했고, 스웨덴 정부에서는 2008년 저탄수화물식단을 비판, 제2형 당뇨 환자의 식단으로 공식 인정하기도 했습니다.

우리나라의 경우 축산동물 사육에 있어서, 초지 비율이 낮기 때문에 값비싼 조사료와 상대적으로 값이 싸고 에너지가 높은 곡물 사료를 혼합하여 급여하는 사육 방식이 일반적으로 이루어졌습니다. 아울러 근내지방함량이 높은 일본의 화우의 육종을 벤치마킹하여, 근내 지방도를 향상시켜 고기의 풍미를 증강시킨 한우 고급육 생산을 목표로 육종되어 왔습니다.

현재 정부 또한 축산물 브랜드 육성 정책을 진행하며, 고품격 축산물 브랜드를 육성함과 동시에 수입산과 경쟁하여 우위를 확보하기 위해 노력하고 있습니다. 기존의 평가 기준 이외에도 다른 요인을 참작한 등급제도의 변화는 다양한 소비자의 욕구를 충족하고, 구매 기회의 폭을 넓히기 위해 바람직한 방향이라고 할 수 있습니다.

그러나 축산물 내 지방이 몸에 해롭다는 소비자의 오해를 기반으로 등급기준의 변화를 요구하는 것은 장기적으로 축산물 소비와 축산업 발전에 있어서 큰 걸림돌이 될 수도 있습니다. 따라서 축산업 관련 종사자들은 소비자가 한국인의 실정에 맞춘 축산물을 적절하게 섭취할 수 있도록 축산과 축산물의 홍보를 하고 오해를 바로잡는데 힘써야 할 것입니다. 그리고 소비자는 과도한 지방이나 과도한 탄수화물 섭취는 건강에 문제가 생길 수 있으므로 모두 다량으로 먹는 것은 피하고, 그 대신 균형 잡힌 식단으로 적절한 양을 섭취하는 것이 바람직하다는 걸 알고 현명한 식습관을 갖도록 노력해야 할 것입니다. **등급정보**³⁶⁵⁺

4) Petzke, K. J. et al., Increased Fat-Free Body Mass and No Adverse Effects on Blood Lipid Concentrations 4 Weeks after Additional Meat Consumption in Comparison with an Exclusion of Meat in the Diet of Young Healthy Women. J Nutr Metab, 1-8 (2011)

5) Authority Nutrition, <http://authoritynutrition.com/23-studies-on-low-carb-and-low-fat-diets/>