

성인 및 노인의 식품소비 및 섭취동향 분석

계승희*, 하명주, 이행신, 김초일, 윤진숙¹한국식품위생연구원 영양연구부, 계명대학교 식품영양학과¹

식품소비 형태나 소비량은 국가마다 매우 다양한 양상을 보이며, 이러한 식품들을 통한 유해물질의 섭취량 결과 자료를 바탕으로 식품의 규제 및 유해물질들의 잔류허용기준도 재평가되어야 한다. 본 연구의 목적은 유해물질의 섭취량을 산정하기 위한 과학적 근거자료로서 식품섭취량을 산출하는 것으로서 연령별 및 지역별 특성을 고려한 식품소비 동향을 분석하고자 하였다. 서울과 대구에 거주하는 만 60세 이상에 해당하는 노인 400명, 춘천과 대구 인근 지역(경산, 포항, 경주)에 거주하는 만 20-59세에 해당하는 성인 391명을 대상으로 설문조사를 시행하여 일반사항, 식생활실태, 식품섭취빈도, 식품섭취량(1-day 24hr recall)을 파악하고 식품별 섭취상황, 체격, 연령층 및 성별에 따른 식품섭취량을 분석·비교하였다.

중·소도시지역 성인 및 대도시 지역 노인의 식품별 섭취 빈도 조사 결과 성인의 경우 주식으로서는 쌀밥, 부식으로서는 무우를 이용한 음식과 된장국·찌개, 청국장찌개 및 김 그리고 유제품의 섭취빈도가 높은 것으로 조사되었다. 노인의 경우 녹색채소, 담색채소 및 과일의 섭취 빈도가 높았으며 우유 또는 유제품 및 뼈째 먹는 생선이나 해조류를 1일 1회 이상 먹는다고 답한 경우와 거의 먹지 않는다고 답한 비율이 공히 30%를 넘어서 상반된 결과를 나타내고 있었다.

섭취량이 많은 식품으로는 주식으로서 쌀, 부식으로서 이용되고 있는 채소류 및 어패류, 과일류이었다. 성인과 노인에게서 식품섭취량의 차이를 보였던 것은 알콜음료(맥주, 소주, 막걸리)와 육류(쇠고기, 돼지고기) 이었는데, 일반적으로 다른 식품의 경우 섭취량의 차는 별로 없었으나 순위면에서 차이를 보여 전체 식품섭취량에 대한 비율의 차이와 연령별로 식품의 선호도가 다름을 알 수 있었다. 이 밖에도 체격에 따른 식품섭취량 분석을 위해 조사대상자를 체중별로 3군(하위체중군 <Mean-1SD≤정상체중군≤Mean+1SD<상위체중군)으로 분류하여 식품섭취량을 분석하였으며 식품별 최대섭취량까지도 제시하여 식품내 유해물질에 대한 노출평가에 근거자료로서 고려될 수 있도록 하였다.