

### 영유아 보육시설의 영양관리 시범사업을 통한 어린이의 영양상태 개선효과

정효지\*<sup>1</sup>, 최영선<sup>2</sup>, 조성희<sup>3\*</sup>, 이난희<sup>4</sup>. 호남대학교 조리과학과<sup>1</sup>, 대구대학교 식품영양학과<sup>2</sup>, 대구 효성가톨릭 대학교 식품영양학과<sup>3</sup>, 대구공업대학 식품영양학과<sup>4</sup>

Improved nutritional status of children by nutritional management programs at child care centers in Korea. Hyojee Jung\*<sup>1</sup>, Young Sun Choi<sup>2</sup>, Sung Hee Cho<sup>3</sup>, Nan Hee Lee<sup>4</sup>. Dept. Culinary science, Honam University<sup>1</sup>, Dept. Food Science and Nutrition, Taegu University<sup>2</sup>, Dept. Food Science and Nutrition, Hyosung Catholic University<sup>3</sup>, Dept of Food Science and Nutrition, Taegu Technical College<sup>4</sup>

영유아기의 영양상태 불량은 신체적, 정서적, 지적발달을 지연시키는 것이 널리 알려져 있음에도 불구하고 국내의 영유아를 위한 보육시설에는 규모나 종류에 상관없이 체계적인 영양관리가 이루어지고 있지 못한 실정이다. 본 영유아 영양관리 시범사업은 우리나라의 현실에 적합한 보육시설의 영양관리 프로그램을 마련하여 영양사가 어린이집에 근무하면서 프로그램을 수행하고 영양관리 시범사업이 어린이의 영양상태에 미친 효과를 평가하였다. 본 사업의 대상보육시설은 원아수가 50-150인 미만인 보육시설로 경기지역 2곳, 대구지역 2곳, 광주지역 2곳으로 총 6개 보육시설이었으며, 운영상의 특성을 파악하기 위하여 시립 2곳, 법인 2곳, 사립 2곳으로 하였다. 대상어린이집의 원아는 생후 9개월부터 7세까지 총 443명이었고, 1998년 7월부터 10월까지 3개월간 중식 및 간식을 위한 식단제공과 급식지도, 영양교육, 위생관리등을 포함하는 영양관리사업을 실시하였다. 시범사업의 실시효과를 파악하기 위하여 시범사업 실시전과 후의 영양섭취실태조사와 신체계측을 실시하였다. 보육시설에서의 식사섭취실태는 직접측량법으로, 가정에서의 식사내용은 부모에 의한 기록법으로 원아들의 식사섭취실태를 조사하였고, 원아들의 신장, 체중, 상완위를 측정하여 신체발달정도를 파악하였다. 비록 3개월의 짧은 기간이었음에도 불구하고 영양사에 의한 영양관리결과는 1998년 한국소아발육치를 사용하여 연령과 신장에 따른 체중의 Z-score를 계산하였을 때 유의한 증가가 있었다( $p < 0.05$ ). 그리고 영양소 섭취량에 있어서는 시범사업 전에 비하여 열량은 14.9%, 단백질 34.6%, 지방 47.4%, 당질 5.4%, 칼슘 45.1%, 철분 24.4%, 비타민 B1 43.3%, 비타민 B2 54.5%, 비타민 C는 72.6%가 증가하였고, 비타민 A와 니아신은 변화가 없었다. 이러한 영양소 섭취량의 증가는 대부분이 중식보다는 간식의 질적인 향상에서 비롯된 것이었으며, 시범사업 전·후의 영양소 섭취량의 차이는 보육시설에 따라 차이가 컸다. 그리고 시범사업 전에는 단백질, 지방, 탄수화물에서 제공된 열량의 비율이 11.5%, 16.2%, 70.8%였으나, 사업후에는 13.5%, 20.8%, 65.2%로 이상적인 패턴에 가까워 졌다. 본 사업의 결과로부터 영양사에 의한 보육시설의 직접적인 급식관리는 영유아 영양관리의 질적인 향상에 크게 기여할 것으로 판단되므로 영양전문인이 보육시설의 영양관리를 할 수 있도록 하기 위하여 영양사의 공동관리, 보육정보센터의 활용, 영양관련단체의 영양사 재교육 및 정보제공기능의 활성화, 보건소 영양사의 기능강화등의 다양한 방안을 검토하여 보육시설의 영양관리 대책을 마련하여야 할 것이다.