**P-35**

## 충북지역 아동들의 체격 실태 조사

김영남*, 김기남, 정은희, 최미숙, 한경희, 현태선. 한국교원대*, 충북대, 서원대, 충청대, 서원대, 충북대.

학동기의 건강은 성장은 물론, 성적 성숙과 성인 건강의 밑거름이 될 뿐만 아니라 학동기의 체질과 식습관이 성인기까지 지속되므로 이 시기의 충분하고 균형된 영양공급, 바람직한 식습관 형성은 매우 중요하다 할 수 있다. 우리나라의 남아 비만율은 1984년, 1988년, 1992년 각각 9.03%, 15.35%, 15.83%, 여아 비만율은 6.99%, 9.47%, 13.06%로 소아 비만이 최근 들어 급격히 증가하고 있으며, 여아보다 남아의 비만율이 높게 나타나고 있다. 또한 지금까지의 연구 대부분은 농촌보다 도시지역 아동들의 비만율이 높은 것으로 나타났으나, 5학년생을 대상으로 농촌과 도시를 비교한 연구(황보영숙, 1997)에 의하면 도시에 비해 농촌 아동의 과체중에 속하는 비율이 더 높게 나타나 소아비만은 이제 도시 일부 계층의 문제만은 아니라 할 수 있다.

따라서 본 연구는 충북 지역 내 3개 시 지역과 4개 농촌 지역 초등학교 5, 6학년 아동들의 지역별, 성별 성장 발육 상태를 조사 분석하였으며, 그 결과는 다음과 같다.

1) 체중을 성별에 따라 비교한 결과 남학생 41.2kg, 여학생 42.2kg으로 각각 우리나라 체위기준치의 111.4%, 117.2%를 나타내고 있으며, 남학생은 현재보다 체중이 더 증가하기를 바라는 반면, 여학생은 현재보다 체중이 더 감소하기를 희망하고 있었다. 지역에 따라서는 도시 40.9kg, 농촌 42.4kg으로 농촌 학생의 체중이 더 많은 것으로 나타났다.

2) 신장을 성별에 따라 비교한 결과 남학생 147.3cm, 여학생 150.5cm로 우리나라 체위기준치의 103.7%, 106.0%를 나타내고 있으며, 희망 신장은 남학생 156.6cm, 여학생 157.2cm로 여학생이 더 큰 키를 희망하고 있는 것으로 조사되었다.

3) BMI지수는 남학생 18.9, 여학생 18.5로 큰 차이를 보이지는 않았으나, 희망 BMI지수는 남학생 17.5, 여학생 16.7로 여학생이 더 마른 체격을 희망하고 있는 것으로 나타났다. 지역별로는 농촌 32.6%, 도시 24.1%의 학생이 BMI≥20 으로 나타나 농촌이 도시보다 과체중 및 비만 아동 비율이 높았다.

4) 체형 만족도는 여학생이 남학생보다 자신의 체형에 대해 만족하지 못하였다. 지역에 따라서는 농촌 학생이 도시 학생보다 자신의 체형에 대해 만족하지 못하였으며, 전체적으로는 자신의 체형에 만족한다고 응답한 비율이 39.9%로 만족하지 못하는 비율인 25.5%에 비해 높았다. 체형 만족도와 BMI지수는 남녀, 도시와 농촌 모두 BMI지수가 낮을수록 자신의 체형에 대해 만족하는 것으로 나타나 마른 체격을 선호하는 경향을 보이고 있다.

5) 체중 감소를 위한 시도 경험은 여학생이 남학생보다 더 많았으며, 지역에 따라서는 농촌 학생의 비율이 다소 높았다. 조사 대상 학생의 ⅓이상이 체중 감소를 시도한 경험이 있는 것으로 나타났으며, 체중 감소를 위해 가장 많이 사용하는 방법은 운동, 식사량 제한, 간식량 제한, 선택적 음식 제한 순으로 나타났다.

본 연구에서 나타났듯이 비만은 이제 도시 아동만의 문제가 아니며, 학동기 아동들도 체중 감소를 위한 시도를 많이 하고 있음을 알 수 있다. 따라서 성장기의 필수적이고 균형된 영양섭취에 대한 세심한 지도가 필요하다 하겠다.