

한국과 미국에 거주하는 한국인 사춘기 여학생의 체형인식과 섭식장애 경향에 대한 비교 연구

류호경
밀양대학교 식품과학과

과거에는 국가간에 사회·문화적 차이도 컸었고, 그 나라 고유의 식생활 양식 등을 유지하고 있어 한 나라의 건강이나 보건의 문제가 차이가 많았으나 최근 매스컴의 영향, 인터넷의 일반화 또는 빈번한 왕래 등으로 인해 그 격차는 점차 좁아지고 있다. 섭식장애의 문제도 미국이나 서구에서부터 시작되었지만 '비만에 대한 공포'와 관련된 문제성 있는 섭식 태도와 행동은 이제 국민소득이 비교적 높은 나라에서부터 시작하여 점차 세계의 전 지역으로 확산되어가고 있는 것으로 보고되고 있다.

우리나라에서는 1980년대부터 식생활의 서구화로 인한 비만의 문제가 큰 관심의 대상이었으나 최근 비만과 함께 저체중의 문제가 또 다른 관심을 모으고 있다. 그리고 청소년기에 만연하고 있는 저체중의 이유 중의 하나로 지나친 체중조절행동이 주목받고 있다. 이러한 지나친 체중조절행동이 섭식장애를 유발할 수 있음도 주지의 사실이다.

본 연구는 한국에 살고 있는 한국인과 미국에 살고 있는 한국인 사춘기 여학생들의 체형에 대한 인식과 섭식장애 경향을 비교하기 위하여 수행되었다. 최종 분석에 사용된 대상자는 한국에 거주하는 여학생(KK로 표기) 757명과 미국 New York과 New Jersey 지역에 거주하는 여학생(KA로 표기) 438명이었다. 조사는 2001년 6월부터 12월에 걸쳐 진행되었다. 체형인식을 조사하기 위해서는 9단계로 구성된 체형그림을 이용하였고, 섭식장애 정도를 알아보기 위해 EAT-26을 사용하였다.

조사의 결과는 다음과 같다.

1. 미국에 거주하는 응답자의 23%는 미국에서 태어났으며, 77%는 한국에서 태어난 후 미국으로 이주하였으며 이들의 평균 이주 후 거주기간은 8.5년이었다.
2. 조사대상자의 연령은 평균 18세 정도였고, 신장, 체중 및 BMI는 KA가 KK보다 약간 더 컸다.
3. BMI에 따라 체형을 분류하였을 때 두 군 모두에서 과체중이나 비만(KK:5.0%, KA:9.1%)보다 저체중(KK:35.9%, KA:29.2%)의 비율이 월등히 높았다.
4. 체형에 대한 인식에서 두 군 모두 현재의 체형보다 원하는 체형과 이상적이라고 생각하는 체형이 모두 더 날씬한 체형이어서 체형에 대해 불만족하고 있었다. KK의 9%와 KA의 15%만이 자신의 체형에 만족하였다. 특히 KK는 KA에 비해 더 날씬한 체형을 선호함으로써 체형에 대한 불만족도가 더 높았다.

5. 평균 EAT 점수는 KK(10.1)가 KA(8.9)보다 더 높았으나, anorexia nervosa의 범위에 포함되는 대상은 KK는 9.0%, KA는 11.2%로 나타나 차이를 보였다.

6. KK에서는 저체중인 사람만이 섭식장애 점수가 낮는데 비해 KA에서는 비만과 과체중인 사람들에서 섭식장애 점수가 높게 나타났다. 이는 KK는 개인적으로 섭식장애의 정도가 심한 사람은 많지 않으나 섭식장애의 경향이 널리 퍼져있음을 보여주는 반면, KA는 개인차가 커서 섭식장애의 정도가 심각한 사람들은 있으나 상대적으로 널리 퍼져있지 않음을 보여준다.

이상의 결과를 통해 대부분의 젊은 여성들은 그들의 현재 체형이 적당한 지 여부와 상관없이 체중을 줄여야 한다고 느끼고 있음을 알 수 있다. 또한 KK가 KA보다 더 체형에 대해 불만족하고 있었고, 바람직하지 않은 식행동에 쉽게 반응하고 있음을 보여 주었다.

저자 연락처 : 055-350-5210

이메일 : fdrhk@mnu.ac.kr