

## 한국의 영양 정책

조 병 윤

보건복지부 보건국장

안녕하십니까?

오늘 이 자리에 나와 달라는 말씀을 듣고 상당히 망설였습니다.

첫째로 영양학에 대한 지식이 전혀 없기 때문이고, 둘째로는 오늘, 연제인 우리의 영양 정책이란 지금까지 없었다고 말씀드릴 수 있기 때문입니다. 미국에서 오신 Dr. Pelletier의 말씀이 미국에도 국가적 영양 정책(National Nutrition Policy)은 없다고 하셔서 우리의 상황이 그리 창피한 것만은 아니라고 생각되어 결국 이 자리에 서게 되었습니다.

우리 나라에서 영양을 위해서 전국적인 단위에서 해본 일이라면 잘 아시다시피 '한국인의 영양 권장량 제정'으로써 1962년 우리 나라 FAO 한국 협회에서 시작하여 계속 개정되어 왔습니다. 이외에 정부 차원에서 한 일로는 국민 영양 조사 사업이 있습니다. 1969년부터 시작하여 매년 11월에 실시되어 왔으며 이것이 우리 나라의 영양 사업이랄까 또는 정책의 전부였습니다. 그러다가 영양에 대해 정부에서 지침을 내놓은 것이 1984년 7월에 발표된 보건사회부(당시)의 '국민 건강 생활 지침'이었습니다. 그 5개항의 지침은 영양보다는, 1980년대 초의 콜레라 유입에 따른 발병자의 사망에 따라 우리의 위생수준이나 건강 지식에 대한 재고가 필요하다 하여 아주 기초적인 지침을 만든 것이었습니다. 그 내용을 보면 1) 식사 전에는 손을 씻고 식사 후에는 이를 닦으시라, 2) 음식은 제때 싱겁게 골고루 먹으시라, 등입니다. 이것이 영양 교육에 관한 정부의 첫 번째 시도라고 할 수 있습니다. 1993년에 개정된 국민 건강 생활 지침은 음식에 관한 조항이 약간 바뀌어서 '음식은 싱겁고 가볍게 골고루 먹으시라'가 되었습니다. '가볍게'라는 말은 벌써 90대에 들어 국민 영양에서 과영양상태가 일부 계층에서 문

제가 되는 것을 인식했기 때문입니다.

한편, 정부에서는 1990년에 '국민 식생활 지침'을 만들었습니다. 이 국민 식생활 지침을 만든 배경은 7·80년대의 급격한 경제 성장에 맞추어 여러 생활 수준이 바뀌면서 식생활 패턴이 바뀌었기 때문으로 여러분들도 잘 아시는 일입니다. 따라서 10~20년 사이에 질병의 패턴도 바뀌어 과거의 전염병 위주의 질병 패턴이 고혈압, 당뇨병 등의 성인병의 급증으로 변화되고 이에 대한 의료비의 지출이 늘어나면서 어떤 예방책이 필요하다는 인식을 정부에서 갖게 되었습니다. 이 질병에 대한 예방이란 바로 보건 교육을 통해 가능해지며, 그 보건 교육을 위해서는 결국 영양적 측면에서 접근해야 한다는 것이 인식되고, 영양에 대한 대 국민 홍보의 필요성을 느끼게 되었습니다. 그래서 정부에서는 1990년 12월에 국민 식생활 지침을 제정하게 된 것입니다. 이 지침은 전혀 아무것도 없던 것을 개로 만들어 낸 것은 아닙니다. 그 전에 영양 관련 단체마다 상이했으므로 정부 차원에서 실천이 용이하고 알기 쉽게 단일화하여 보급하자는 논의 결정이 있었습니다. 따라서 1990년 3월에 정부 보건사회부 내의 식품위생 심의 위원회의 영양분과 위원회에 단일 지침 제정을 의뢰했습니다.

이에 영양 분과 위원회에서는 식생활 지침에 대한 가계의 의견을 물어 1990년 12월 3일에 '국민 식생활 지침'이 제정 공포되었습니다. 이 5개항 식생활 지침의 특징은 5개 항목 밑에 세부 조항이 있는 것입니다. 이 세부 조항에 처음으로 구체적인 내용, 수치적인 내용이 포함됩니다. 그 내용을 보면 첫째, '여러가지 식품을 골고루 먹으시라'입니다. 그 세부 내용을 보면 우리 나라에서는 처음으로 수치가 들어가 '지방의 섭취는 전 섭취 열량의 20% 정도로 합시다'하는 말이 있습니다. 이런 식으로 단

## 한국의 영양 정책

순히 '비타민이나 칼슘을 많이 먹읍시다'라거나 '영양소가 골고루 들어간 음식을 먹읍시다'라는 말보다는 구체적인 수치가 들어간 것입니다. 외국의 자료를 보면 홍보 내용이 상당히 구체적인 수치가 들어간 것입니다. 외국의 자료를 보면 홍보 내용이 상당히 구체적으로 표현되어 있어 우리 혈중 cholesterol 수준을 어느 이하로 유지한다거나 혈압을 얼마 이하로 낮추자는 식으로 나타나 있습니다. 그러나 우리 나라에서는 1990년 제정된 국민식생활 지침 이전에는 정부 목표로 이런 수치가 들어간 적이 없었습니다.

두번째는 '정상 체중을 유지할 수 있도록 알맞게 먹읍시다'입니다. 이는 앞서도 언급했듯이 이때 이미 영양과잉에 의한 소아 비만이 문제가 되고 있음을 알 수 있습니다. 소아 비만의 예방을 위해 이런 조항이 포함되었고, 여기 또한 정상 체중에 대한 수치가 포함되어 있어 그 범위를 유지하도록 수치적인 제시를 하고 있습니다.

세번째는 '음식은 되도록 싱겁게 먹읍시다'이고 그 세부 사항으로는 '소금은 하루 10g 이하로 섭취하도록 한다'고 구체적 수치를 제시했습니다.

네번째는 '과음을 삼갑시다' 다섯번째는 '식사를 규칙적으로 즐겁게 먹읍시다'등으로 이러한 식생활 지침을 제정공표하면서 전국적인 홍보 활동에 들어간 것이 국가에서 시행한 첫 번째의 영양 교육이 되겠습니다. 이 국민식생활 지침의 발표이래 별 특별한 정부의 영양 정책이 없다가 1994년 국민건강 증진법이 국회에서 통과되어 1995년 1월 5일에 공포되었습니다. 이 법은 1995년 9월부터 시행되며 그 내용을 보면, 앞으로 정부에서 영양 정책을 본격적으로 시행해야 한다는 명시 사항들이 있습니다. 국민 건강 증진법 제 15조에 보면 '국가와 지방자치단체는 국민의 영양 상태를 조사하여 국민 영양 개선 방안을 강구해야 한다'는 국가와 지방자치 단체에 대한 의무 조항이 있습니다. 즉, 앞으로는 국가와 지방자치 단체가 반드시 국민 영양에 관해 일을 해야 한다는 것을 명시적으로 의무화시킨 것입니다. 아마도 이것이 국가의 영양 정책 시행에 있어서 큰 분기점이 될 것으로 사료됩니다. 같은 15조 23항에서는 세부 사업을 명시했습니다. '영양 교육 사업', '영양 개선에 관한 조사·연구 사업' 및

'기타 영양 개선에 관한 사업'들을 행하도록 구체적인 사업 내용까지 명시한 것입니다. 앞으로 6월 27일에 있을 지방 자치체 선거로 본격적인 지방자치 체제로 들어가게 됩니다. 이를 염두에 두고 제 19조 2항을 보면 '시장, 군수, 구청장은 보건 소장으로 하여금 영양 관리 사업을 시행하게 할 수 있다'고 되어 있습니다. 이 조항은 앞서 필리핀의 예처럼, 앞으로는 우리 나라에서도 일선 단위에서 대 국민 영양 사업을 실시해야 한다는 내용이 됩니다.

이를 앞두고 저희 보건복지부에서 해 온 일은, 1994년 하반기부터 전국 30개 보건소에 1단계 사업인 영양 사업을 위한 기반 조성 사업으로써 50여명의 영양사를 자원 봉사 형식으로 근무케 하여, 영양 사업에 대한 지역사회의 분위기를 조성하는 일이었습니다. 이 단계에서 분위기가 조성된 것을 2단계 사업인 사범 지역으로 하여금 년도에 26개 보건소에서 영양 상담, 이유식에 관한 교육, 주부 교실을 통한 영양 교육, 성인병 환자에 대한 식사 관리 등 여러가지 대 주민 mass campaign적인 홍보 행사들을 실시하고 있습니다. 시범 사업 본부에서 나온 결과에 근거하여 정부의 중앙에서의 정책을 평가하여 국민들의 호응도가 높고 그 효과가 확실하다고 판단되면 제 3단계 사업인 전국 확대 실시 단계로 들어가게 됩니다. 저희 예상으로는 96년도까지 시범 사업을 시행하여 97년도부터는 전국 보건소에서 영양 개선 사업을 실시하는 것을 목표로 하고 있습니다. 현재 시범 사업의 결과에 따라서 약간의 변동이 있을 수 있을 것 같습니다.

이와 같이 정부에서는 1994년의 국민건강증진법 통과를 계기로 하여, 이러한 여러 가지 영양 사업을 처음으로 정부 정책으로써 실시하면서 작년도에는 우리의 식품에 대한 식품성분표를 구성하는 작업을 시작했습니다. 과거의 국민영양조사 결과들에 있어 여러 수치적인 상이점들이 우리 식품분석표의 부재로 인한 외국 식품분석표의 사용에 따른 결과라는 평가에 따라 우리 자체 식품의 분석표가 완성되면 여러 가지 좋은 결과가 나올 것이라 믿으며, 이를 이용한 학술적인 면 및 정책적인 면에서의 개선이 있으리라고 생각합니다.

이러한 정부의 정책은 정부의 몇몇 공무원들에 의해서만 이루어 질 수는 없다고 생각합니다. 공무원의 수시 이

## 조 병 윤

동 및 교체로 인해 영양에 대한 전문가가 없으므로, 영양학을 전공하신 여러분들께서 좋은 연구와 그 결과를 정책에 반영할 수 있도록 여러 기회 즉 학술지나 전문지, 모임을 통해 정부의 의사 결정 과정에 관여하는 여러 공

무원, 정치인과 언론인들에게 많은 지식을 제공해야만 국가의 영양 정책이 제대로 수립될 수 있다고 생각합니다. 그러므로 여기에 모이신 여러분들이 많은 협조를 기대하면서 간단하나마 제 말씀을 마치겠습니다. 감사합니다.