

가정 내에서의 성장기 우유섭취행동이 대학생의 우유소비행태에 미치는 영향

김경자 (가톨릭대 소비자주거학과 교수)
윤여임 (가톨릭대 소비자주거학과 석사과정)

1. 서론

칼슘의 주요급원으로 알려진 우유는 오랫동안 모든 연령층에 최적의 식품으로 알려져 왔고 뼈와 치아의 건강을 위한 이상적인 식품으로 인식되어 왔다. 소비량을 기준으로 보아도 우유는 우리나라 국민들이 많이 소비하고 있는 다소비식품 중의 하나이다. 식품음료신문(2008)에 따르면 2007년 국민 1인당 우유소비량은 63kg로, 주식인 쌀의 소비량인 1인당 76.9kg에 버금가는 수치를 기록하고 있다. 그러나 우리나라 우유소비량은 2002년을 정점으로 더 이상 증가하지 않고 오히려 약간 감소하는 양상을 나타낸다. 우유 외의 다양한 음료와 차가 시장에 점점 더 많이 등장하고 있고 소비자들이 첨가제와 당분이 함유된 음료에 익숙해지고 있어 우유의 상대적인 입지는 앞으로도 그리 밝지 않다.

영양학자들은 완전식품의 우유의 섭취가 성장기의 아동은 물론 전 연령대에 걸쳐 단백질과 칼슘을 공급해주는 중요한 역할을 한다고 주장한다. 우유에 관한 기존 연구들(김정현, 2006; 홍금진 외, 2007)은 특히 성장기의 우유섭취가 이후의 생애의 영양균형을 위해 매우 중요한 일임을 지적하고 성장기의 아동과 학생들에게 우유를 먹는 습관을 들임으로써 성인기 및 노인기에 이르기까지 균형된 영양을 공급할 기초를 마련하는 것이 중요함을 역설하고 있다. 그런 의미에서 성장기의 학교급식과 가정내에서의 지속적인 우유 섭취는 매우 중요하다. 그러나 우유섭취에 관한 기존 연구들은 주로 성장기 학교에서의 우유급식행동에 주목하고 가정내에서의 우유섭취에 대한 연구에는 상대적으로 소홀하였다.

본 연구의 목적은 성장기 가정내에서의 우유섭취행동과 그 성장기 섭취경험이 성장기가 끝난 것으로 여겨지는 대학생 시기의 우유소비행태와 어떤 관련을 갖고 있는지를 검토해보는 것이다. 구체적으로는 유치원기에서 고등학생기까지의 성장기 중 가정내에서의 우유섭취 시작시기와 지속적 우유섭취경험이 대학생들의 현재 우유소비량과 우유선호도에 어떤 관련을 갖고 있는지 파악하고자 한다.

1. 연구방법

본 연구의 자료는 수도권 및 중부권의 4년제 대학 5곳에 재학 중인 대학생 428명을 대상으로 10월 26일부터 11월 5일에 걸쳐 설문조사를 실시하여 수집하였다. 응답자 중 남자와 여자는 각각 각각 220명(51.4%)과 208명(48.6%)이고 평균연령은 남자가 23세, 여자가 21세였다. 주거형태는 부모님과 함께 거주하는 경우가 가장 많아 193명(45.1%), 그 외 자취나 하숙을 하거나 기숙사에 사는 경우가 235(54.9%)이었다. 주성장지는 서울

및 대도시가 244명(57%), 중소도시가 138명 (32.2%) 읍면 이하 단위가 44명(10.3%)였다. 주요변수 중 가정내에서의 성장기 우유섭취행동은 성장기를 유치원, 초등학교, 중학교, 고등학교의 4단계로 나누어 그 기간에 가정에서 지속적으로 우유를 섭취하였는지를 조사하였다. 현재의 우유소비행태 중 우유소비량은 주당 소비량을 ml로, 우유소비빈도는 5점 리커트 척도로 측정하였다. 우유선호도는 청량음료나 차음료 등 다른 음료 대비 우유의 상대적 선호도와, 각종 가공우유 대비 흰 우유의 상대적 선호도를 측정하였다. 자료의 분석은 기술통계와 t-검증, ANOVA를 이용하였다.

III. 조사결과

가정내에서의 우유섭취시기

가장 많은 응답자들이 우유를 지속적으로 섭취한 시기는 초등학교 시기로 응답자의 73.1%가 우유를 섭취하였다고 답하였다. 그러나 이 비율은 그 이후 점차 줄어 고등학생 때는 겨우 절반 정도의 학생만이 지속적으로 우유를 섭취한 것으로 나타났다.

	유아기	초등학교	중학교	고등학교
지속적 섭취자수(n, %)	207(48.4)	313(73.1)	257(60)	220(51.4)

우유소비량과 우유섭취빈도

우유소비량은 1주일을 기준으로 할 때 평균 694ml정도였다. 초등기 이후 우유를 섭취하기 시작한 사람보다 유아기에 우유를 섭취하기 시작한 경우 대학생이 되어서도 더 많은 우유를 섭취하는 것으로 나타났고, 유치원부터 고등학생 때까지 지속적으로 우유를 섭취한 사람은 우유섭취 경험이 전혀 없거나 일부 시기에만 우유를 섭취한 사람보다 현재 우유섭취량이 더 많았다(+: p=.053 * p<.05).

우유섭취 시작시기	우유섭취량	t값	우유섭취 지속시기	우유섭취량	F값
유아기 섭취시작(195)	759.7	1.93 ⁺	전혀 섭취 안함(36)	522.8	6.89 [*]
초등기이후 시작(212)	633.0		한 시기 섭취(89)	573.0	
			두 시기 섭취(90)	579.6	
			세 시기 섭취(84)	670.8	
			네 시기 모두 섭취(108)	963.1	
계	694.5(ml)				

우유섭취 시작시기와 가정내 지속적 우유섭취 경험은 우유소비빈도와도 정적인 관계를 보였다. 유치원기에 우유섭취를 시작한 사람 중 우유를 매일 먹는다는 비율은 67.2%였는데 초등학교 때 섭취를 시작한 사람은 그 비율이 32.8%였다. 또한 유치원부터 고등학생때까지 우유를 계속 먹은 사람 중에서는 53.4%가 현재도 우유를 매일 먹고 있었으나 우유를 어느 한 시기 또는 두 시기에만 먹은 사람은 그 비율이 각각 8.6%와 12.1%였다.

우유선호도

청량음료나 차음료, 물 등 다른 음료에 비해 상대적으로 우유를 얼마나 선호하는가를 조사한 결과 그 상대적 선호도는 우유섭취 시작시기나 우유섭취 지속시기와 유의한 관련이 없었다. 또한 우유 중 흰 우유와 가공우유(딸기우유, 바나나우유, 커피우유 등)에 대한 상대적인 선호도를 조사한 결과 우유섭취 시작시기는 아무런 관련이 없었으나 우

유를 지속적으로 오랫동안 먹은 사람은 일부 시기에만 먹은 사람보다 가공우유에 비해 흰 우유를 선호하는 비중이 높았다. 네 시기 모두 우유를 먹었던 사람 중 흰 우유를 좋아한다는 응답은 52.3%였는데 비해 우유를 전혀 안 먹었거나 한 시기에만 먹었던 사람 중 흰 우유를 좋아한다는 응답은 각각 34.2%와 28.3%였다($\chi^2 = 31.8^*$).

IV. 결론

조사결과 가정내에서의 우유섭취 시작시기와 지속적인 우유섭취가 대학생 시기의 우유 소비량과 소비빈도, 그리고 우유선호도와 상당한 연관성이 있음을 알 수 있었다. 따라서 성장기 이후의 우유섭취 습관을 지속시키기 위해서는 학교급식과 아울러 가정내에서의 지속적인 우유섭취가 중요할 것으로 보인다. 이를 위해 성장기 자녀에게 이른 시기부터 지속적으로 우유를 섭취시키도록 부모를 대상으로 한 교육과 홍보가 이루어져야 할 것이다.