유럽·중앙아시아 과체중과 비만에 따른 질병 발생률 증가[1)]

"역내에서 특히 중앙아시아와 코카서스 지역의 국가들이 영양부족 문제를 감축하는데 큰 성과를 보였다. 그러나 오늘날 우리는 사람들이 충분한 칼로리를 소비하고 있는지 따져봐야 한다. 균형 잡힌 건강한 식습관이야말로 우리 모두, 특히 아이들을 위해 보장해야 하는 것이다"

Vladimir Rakhmanin – FAO 유럽·중앙아시아 지역사무소 대표

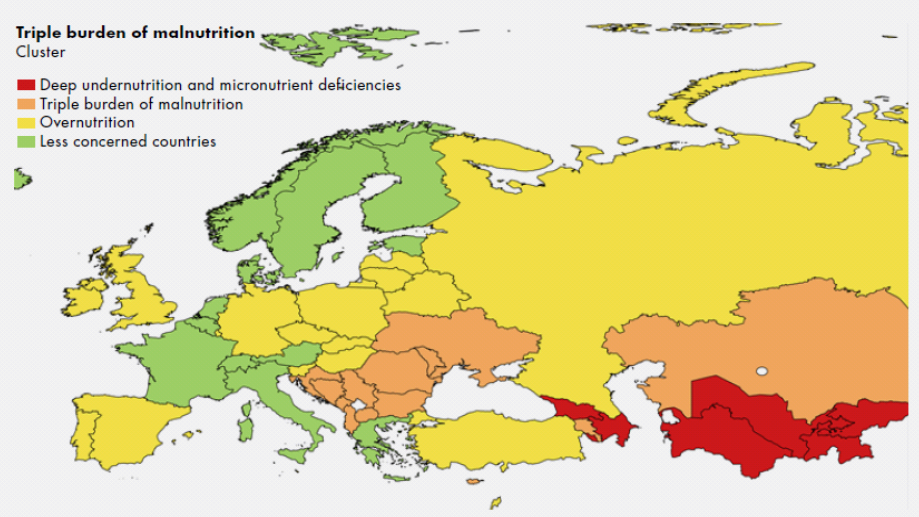
➲ 3월 14일 발간된 FAO의 유럽·중앙아시아 식량불안 보고서는 역내 국가들의 경제 성장에 따른 식품 소비 패턴의 변화와 건강에 대한 위협 등 식량불안의 변화(1장)와 이를 해결하기 위한 각국의 주요 모범 정책사례 소개(2장)를 포함함

- 대부분의 국가들은 영양부족과 미량영양소 결핍과 같은 문제(역내 인구 7%에 불과)에서 벗어나 현재 식이지방, 설탕, 육류, 유제품, 가공식품 섭취 증가에 따른 퇴행성 질환 발병률 증가에 따른 문제에 직면함. 이와 같은 전환은 좌식 생활 방식의 확산에 따름
- 소득증가에 따른 식습관 구조 변화를 추적한 결과 감미료, 식물성유지, 동물성 식품 섭취로 인한 총 칼로리 비율이 증가한 반면, 곡물 섭취에 따른 칼로리는 감소함

➲ 철분, 비타민 A, 아연 부족에 따른 영양불량 및 과체중과 비만 등에 따른 영양과다는 지속 또는 증가하였으며, 오늘날 역내 인구의 13%는 영양부족, 미량영양소 부족, 영양과다 등 영양 삼중고가 공존하는 국가에 거주하는 것으로 나타남

- 역내 인구의 57%는 영양과다 문제에 직면한 국가에 거주하고 있으며, 70%는 영양 삼중고에 해당하거나 영양과다로 인한 영양불량 상태인 것으로 나타남
- 보다 많은 국가들이 영양 삼중고에 시달리고 있으며, 당뇨, 심장 관련 질환 및 식습관 관련된 비전염성 질환 등에 대한 의료보험 비용을 충당하기 위해 건강 관련 지출이 급증할 것으로 전망됨

〈유럽·중앙아시아 영양불량 현황〉



극심한 영양부족 및 미량영양소 결핍
영양 삼중고
영양과다
비교적 양호한 국가

출처: Mazzocchi et al., (2014)

1) 동 자료는 FAO가 2017년 3월 14일 발표한 "Europe and Central Asia Transitioning to New Forms of Malnutrition"을 번역·정리한 것이다.

FAO KOREA
유엔식량농업기구 한국협회