

## WHO, 전염병 수준에 도달한 유럽의 비만 및 과체중 경고

- 유럽 지역 성인의 59%, 어린이 3명 중 1명은 과체중이거나 비만 -
- 비만은 단순히 해로운 식단, 운동부족 뿐 아니라 환경적 요인이 결합된 복합 질병 -
- 코로나19로 식품소비 및 신체활동 패턴 변화, 개인문제가 아닌 국가차원의 종합대책 필요 -

박봉현 책임연구원  
한국바이오협회 바이오경제연구센터

### ◇ 유럽, 비만 및 과체중 비율 전염병 수준에 도달<sup>1,2</sup>

- 2022년 5월 3일 발표된 세계보건기구(WHO) 유럽 지역 비만 보고서 2022에 따르면 유럽 지역에서 성인의 59%와 어린이 3명 중 1명(남아의 경우 29%, 여아의 경우 27%)이 과체중이거나 비만으로 조사됨.
- 만성적 과체중과 비만은 유럽에서 사망 및 질병의 주요 원인 중 하나임. 매년 120만 명이 넘는 사망자가 발생한다고 추정되며 이는 전체 사망률의 13% 이상에 해당됨.
- 비만은 최소 13가지 유형의 암, 심혈관질환 및 제2형 당뇨병을 비롯한 비전염성 질환의 위험을 증가시키고 매년 최소 200,000건의 신규 암 발생의 직접적인 원인이 됨.
- 코로나19 팬데믹 기간 동안 식품 소비 및 신체활동 패턴의 변화는 몇 년 동안 인구 건강에 영향을 미치며 이를 되돌리기 위해서는 상당한 노력이 필요함.

### ◇ 비만은 복합적 요인이 반영된 질병으로 인식 해야<sup>1,2</sup>

- 어린시절의 정상체중을 벗어난 영향이 어떻게 비만으로 발전하는 사람의 성향에 영향을 미칠 수 있는지 최신 증거를 보여줌
- WHO 보고서에 따르면 어린이와 청소년은 건강에 해로운 음식과 음료의 마케팅을 포함한 디지털 환경에 영향을 받기 때문에 다양한 각도에서 문제를 바라보는 것이 중요
- WHO는 비만의 원인이 “단순히 건강에 해로운 식단과 신체활동 부족보다 훨씬 더 복잡하다”고 설명하며 정부가 비만 문제를 해결하기 위해 건강에 대한 투자와 혁신을 촉진하고 회복력 있는 건강시스템을 개발함으로써 비만 궤도(trajjectory)를 변경할 수 있다고 강조

### ◇ WHO, 비만을 예방하고 해결하기 위한 국가적 정책 및 개입 제안<sup>1,2</sup>

- 이런 추세라면 유럽 지역을 구성하는 53개 국가 중 어디도 2025년까지 비만 증가를 감소시키려는 비전염성질환(Noncommunicable Disease) 목표를 달성하지 못할 것이라 밝힘.
- 비만은 복잡한 원인으로 발생하기 때문에 단일개입으로는 전염병적인 확산을 막을 수 없으며 국가 정책에서 높은 수준의 정치적 노력이 필요하며 포괄적인 결정요인을 고려해야 함.

- WHO 보고서는 비만 및 과체중 감소를 위한 몇 가지 정책을 제안함.
  - » 당(sugar)이 함유된 음료에 대한 세금 인상 또는 건강식품에 대한 보조금 확대
  - » 건강에 해로운 식품의 어린이 대상 마케팅 제한
  - » 건강 보장의 일부로서 1차 의료에서 비만 및 과체중 관리 서비스에 대한 접근 개선
  - » 건강에 좋은 음식과 신체활동에 대한 접근성을 향상시키는 환경 조성 뿐만 아니라 선입견 및 임신 관리, 모유 수유 촉진 및 학교 기반 개입을 포함하여 "평생 동안" 식이 및 신체 활동을 개선하기 위한 노력

◇ 한편, 한국인의 비만율도 점차 증가하고 있어 종합적인 대책 마련 필요<sup>3,4</sup>

- 한국은 비만 관리에서 상대적으로 양호한 나라에 속하지만 코로나19 팬데믹 후 비만율은 남자는 큰 폭으로 증가하였고('19년 41.8% → '20년 48.0%), 여자는 소폭 증가함('19년 25.0% → '20년 27.7%).
- 또한 서울시 초·중·고등학생의 과체중 및 비만 비율은 코로나19 이전인 2019년 26.7% 대비 지난해 32.1%로 크게 증가
- 비만이 개인의 문제로 받아들여졌던 것에서 국가와 사회가 책임져야 한다는 인식이 확대되고 있으며 사회적 문제로 삼고 국가차원의 관리가 절실

〈참고자료〉

1. New WHO report: Europe can reverse its obesity “epidemic”, WHO, 2022.5.3.
2. WHO warns of worsening obesity ‘epidemic’ in Europe, UN, 2022.5.3.
3. 코로나19 유행 이후 건강행태와 만성질환 변화, 질병관리청, 2021.12
4. 서울시교육청 학교건강검사 표본조사 결과, 2022.1