

전세계 10억명 이상이 비만

한국바이오협회 바이오경제연구센터

□ 세계보건기구 및 국제연구진, 란셋에 최근 비만 및 저체중 연구 결과 발표(2.29)

- 세계보건기구(WHO)와 국제 연구진이 최근 세계적인 의학저널 란셋(The Lancet)에 게재한 연구결과에 따르면 현재 전 세계적으로 10억명 이상의 사람들이 비만으로 간주되고 있으며, 이는 심각한 건강문제의 위험 증가와 관련이 있는 상태라고 밝힘.
- 가장 권위 있는 독립적인 추정치 중 하나로 간주되는 이 연구결과는 세계보건기구(WHO)와 비전염성 질병위험요인협력(Non-Communicable Diseases Risk Factor Collaboration)의 1500명 이상의 연구진이 1990년부터 2022년까지 200개국 2억 2천만명 이상의 참가자를 대상으로 한 3663건의 연구데이터를 사용해 일반 인구의 대표 표본에서 키와 몸무게를 분석한 결과임.
- 이 분석은 저체중과 비만의 개별 및 복합 유병률과 그 변화에 초점을 맞췄으며, 성인(20세 이상)은 체질량지수(BMI)가 30 이상이면 비만으로 18.5 미만이면 저체중으로, 어린이와 청소년(5세~19세)은 연령별 성별 기준에 따라 비만 또는 저체중으로 정의하였음.
- 이 분석에 따르면 2022년에 8억 8천만명의 성인과 1억 5천 9백만명의 어린이 및 청소년이 비만으로 추정됨. 연구진은 1990년에 세계 대부분의 지역에서 성인들 사이에서 뚜렷하게 나타났던 비만이 이제 어린이와 청소년들에게까지 나타나고 있다는 것은 매우 우려스러운 일이라고 언급하고 있음.
- 또한, 저체중은 전 세계적으로 감소하는 추세이나 많은 국가에서 저체중은 여전히 심각한 문제로 남아 있으며 점점 많은 국가들이 영양실조라는 이중 부담에 직면해 있다고 밝힘.
- 통가, 미국령 사모아 및 나우루의 섬나라들은 2022년 기준 성인 인구의 60% 이상이 비만으로 나타나 가장 높은 비만 유병률을 보였음. 저체중과 비만의 복합 유병률은 카리브해와 폴리네시아, 미크로네시아에 있는 섬나라들과 중동 및 북아프리카에 있는 나라들이 가장 높았음.
- 성인의 비만율은 1990년에서 2022년 사이에 2배 이상 증가했고, 5세~19세 어린이와 청소년 사이에서는 4배 이상 증가했음. 같은 기간 저체중으로 간주되는 소녀, 소년 및 성인의 비율은 각각 1/5, 1/3, 1/2으로 감소했음.
- 1990년부터 2022년까지 성인의 저체중 유병률은 여성의 경우 129개국, 남성의 경우 149개국에서 감소했음. 저체중이 역학적으로 유의미하게 증가(2% 이상)한 유일한 나라는 일본과 한국 여성이었음.
- 한편, 심각한 저체중은 어린이의 발달에 매우 해로울 수 있으며, 비만인 사람들은 당뇨병, 심장병 및 신장 질환 등 여러 심각한 건강상태의 조기 발병과 관련되어 있기 때문에 조기 사망 및 장애의 위험에 처해 있다고 연구진은 경고하고 있음.

WHO 테드로스 사무총장은 이번 연구결과에 대한 보도자료를 통해 '비만 억제를 위해서는 WHO와 각국의 증거기반 정책과 식품업계의 협력이 필요하다'고 말함.

<참고자료>

1. Worldwide trends in underweight and obesity from 1990 to 2022: a pooled analysis of 3663 population-representative studies with 222 million children, adolescents, and adult, The Lancet, 2024.2.29
2. More than 1 billion people in the world now live with obesity, analysis finds, CNN, 2024.2.29.
3. More than a billion people worldwide are obese, WHO study finds, Reuters, 2024.3.2