경남 청소년의 신체 및 정신건강 현황

박 지 영 연구위원

Vol. 54
2026. 06

1 경남 청소년의 주 3일 이상 고강도 신체활동 실천율

- 경남 청소년의 신체활동 실천율은 39.1%로 전국 평균(38.3%)보다 0.8%p 높으며, 17개 시·도 중 중간 수준임
- 경남 여성 청소년의 실천율은 26.7%로 전국 여성 청소년(26.0%)보다 0.7%p 높으나, 경남 남성 청소년(50.8%)과의 격차는 24.1%p로 나타남

(단위: %)

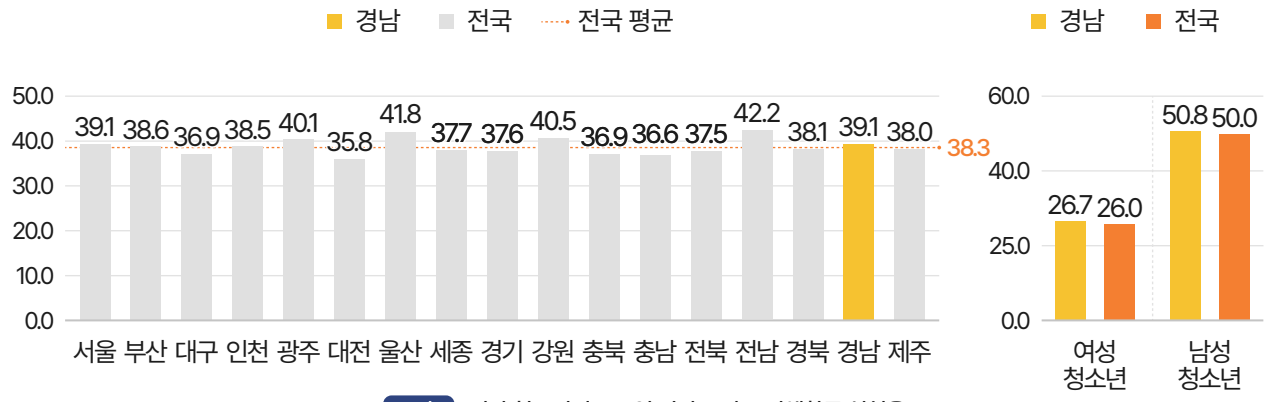


그림1 경남 청소년의 주 3일 이상 고강도 신체활동 실천율

자료: 질병관리청. 「청소년건강행태조사」. 국가데이터처.

2 경남 청소년의 비만율 (자가보고)

- 경남 청소년의 비만율은 12.7%로 전국 평균(12.6%)과 유사한 수준으로, 17개 시·도 중 중간 수준에 위치함
- 경남 여성 청소년의 비만율은 8.1%로 전국 여성 청소년(8.4%)보다 다소 낮으나, 경남 남성 청소년(16.9%)과의 격차는 8.8%p로 나타남

(단위: %)

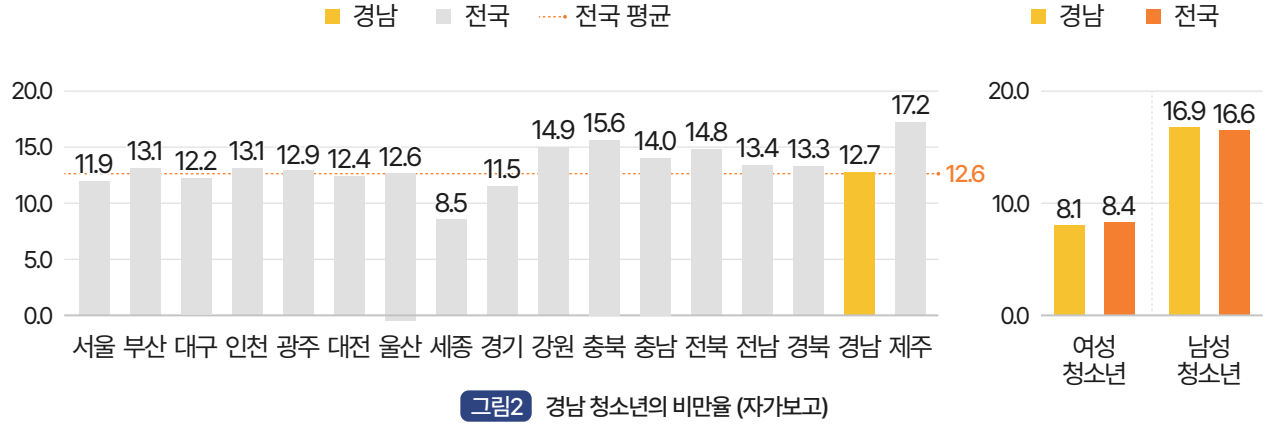


그림2 경남 청소년의 비만율 (자가보고)

자료: 질병관리청. 「청소년건강행태조사」. 국가데이터처.

3 경남 청소년의 스트레스 인지율

- 경남 청소년의 스트레스 인지율은 38.8%로 전국 평균(41.3%)보다 2.5%p 낮으며, 17개 시·도 중 낮은 편에 속함
- 경남 여성 청소년의 스트레스 인지율은 48.1%로 전국 여성 청소년(50.3%)보다 낮으나, 경남 남성 청소년(30.1%)보다 18.0%p 높은 것으로 나타남

(단위: %)

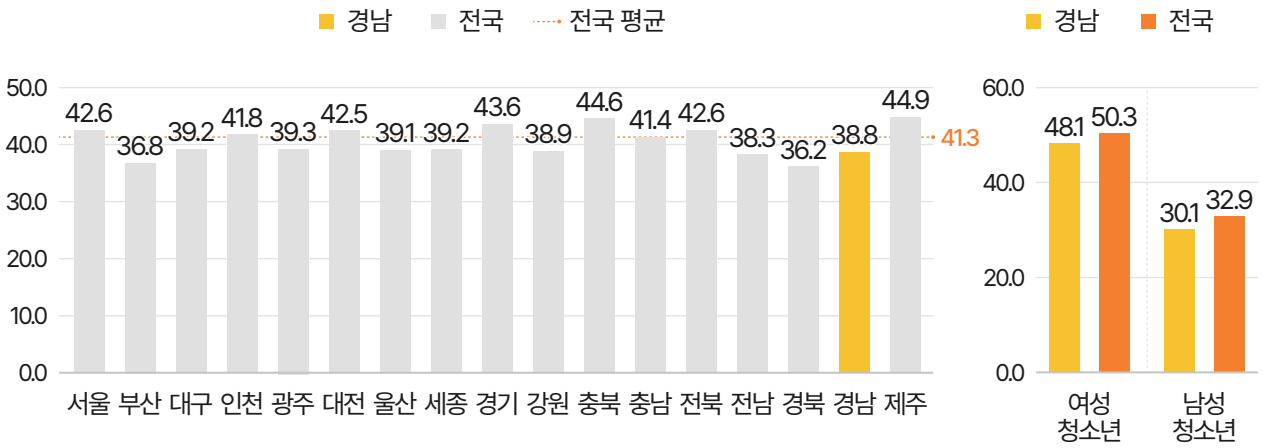


그림3 경남 청소년의 스트레스 인지율

자료: 질병관리청. 「청소년건강행태조사」. 국가데이터처.

4 경남 청소년의 우울감 경험률

- 경남 청소년의 우울감 경험률은 25.2%로 전국 평균(25.7%)과 유사함
- 경남 여성 청소년의 우울감 경험률은 31.0%로 전국 여성 청소년(29.9%)보다 1.1%p 높으며, 경남 남성 청소년은 19.8%로 전국 남성 청소년(21.7%)보다 1.9%p 낮게 나타남

(단위: %)

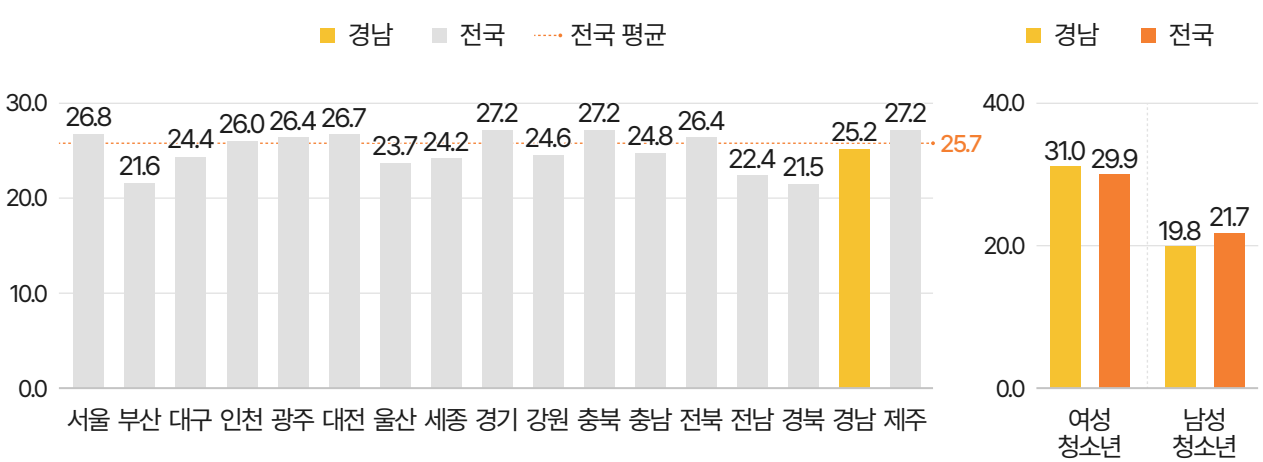


그림4 경남 청소년의 우울감 경험률

자료: 질병관리청. 「청소년건강행태조사」. 국가데이터처.

본 인포그래픽스의 저작권은 경상남도여성가족재단에 있습니다.
www.gnwff.or.kr