



## 40-50대 중년여성의 노화인식에 따른 피부관리행동 연구

송아람<sup>1</sup> · 김현경<sup>2</sup> · 최미옥<sup>3,\*</sup>

<sup>1</sup>광주여자대학교 일반대학원 미용학과, 대학원생

<sup>2</sup>영산대학교 일반대학원 미용예술학과, 박사

<sup>3</sup>광주여자대학교 미용학과, 교수

### A Study on Skincare Behavior According to the Perception of Aging Among Middle-aged Women in Their 40s and 50s

A-Ram Song<sup>1</sup>, Hyeon-Gyeong Kim<sup>2</sup>, and Mee-Ok Choi<sup>3,\*</sup>

<sup>1</sup>Graduate Student, Department of Beauty Science, Kwangju Woman University

<sup>2</sup>Doctoral, Department Beauty Art, Youngsan University

<sup>3</sup>Professor, Department of Beauty Science, Kwangju Woman University

The paper aimed to investigate the perception of aging and corresponding skincare behaviors among women in their 40s and 50s. A survey was conducted from September 1, 2023, to October 10, 2023, involving 221 women aged 40 to 50. Data collected were analyzed using SPSS WIN 25.0. Frequency analysis was conducted to understand the general characteristics of the respondents and their perception of skin aging symptoms. Cross-analysis was performed to determine if there were differences in skincare behaviors based on the perception of skin aging symptoms. The results indicated that the onset of skin aging was generally perceived to begin in the late 30s, with particular concern about eye wrinkles. The initial recognition of skin aging was primarily through the appearance of eye wrinkles, with 47.5% of respondents identifying increased fine lines as the main symptom. Participants generally perceived their skin aging rate as slow compared to others. Analysis of preferred skincare methods to delay skin aging revealed statistically significant differences based on the perception of skin aging symptoms ( $p < .05$ ). Regarding self-care methods for the skin, statistically significant differences were observed based on the perception of skin aging rate ( $p < .05$ ). However, no statistically significant differences were found in the frequency of skincare investment based on the perception of skin aging symptoms ( $p > .05$ ). The study also identified a desire among participants to hide or improve aging through professional skincare. Thus, it is suggested that promotional strategies for skincare tailored to middle-aged women and educational initiatives based on professional expertise should be implemented to enhance opportunities for healthy aging among this demographic.

**Keywords:** Middle-aged women, Perception of aging, Skincare behaviors

## I. 서 론

중년기는 생의 전환 과정으로 정신적·신체적으로 많은 변화와 전환을 겪는 시기로, 우울감과 상실감을 경험하기 쉽고, 자신의 가치에 대한 의문을 제기한다(Kim, 2018).

최근 중년들 사이에서 대표할 수 있는 트렌드는 ‘젊어지기(Down-Aging)’로 이를 위한 인식이 점점 높아지고 있으며(Nam et al., 2013), 자신보다는 가정을 위해 희생하던 중년의

개념에서 이제는 자기 관리와 여가 생활에 집중하는 40-50대를 지칭하는 ‘루비족(Refresh Uncommon Beautiful Young)’과 자신의 삶을 가꾸는 것에 대한 관심이 많은 중년 여성을 지칭하는 ‘와인족(Well Integrated New Elder)’ 등과 같은 신조어들이 등장하고(Lee & Ha, 2022), 젊어 보이기 위해 성형수술을 고려하거나 나이를 밝히기 꺼리는 모습, 젊어 보이는 옷차림에 신경을 쓰는 모습 등 노화 불안의 모습을 보여주고 있다(Kim & Lee, 2007).

특히 중년여성의 시기적 특성으로 과거보다 사회진출이 확대되고, 사회적 지위, 학력 수준 등이 높아지면서 다양한 소비 형태에 높은 영향력을 지닌 주체로 자리매김하고 있는데 이러한 중년여성의 특성은 자연스럽게 외모와 건강을 증진시키

\*Corresponding author: Mee-Ok Choi

Tel : +82-10-7930-8008

E-mail : happyday540@naver.com

접수일(2024년 2월 13일)/수정일(2024년 3월 29일)/채택일(2024년 4월 6일)

는 요인들에 더 많은 관심을 두게 되고 특히 외모 관리 중 피부관리는 가장 기초가 되는 요인으로 더욱 중요하게 평가되고 있다(Son, 2017).

여성에게 피부는 건강 상태와 아름다움을 나타내는 중요한 일부분으로(Gwon, 2012), 피부관리는 전문 관리실에서의 전문적인 피부관리뿐만 아니라 가정에서 행하는 개인 관리도 포함되므로 건강한 피부 상태의 유지 및 개선을 위해서는 적절한 운동, 충분한 수면, 청결, 올바른 영양 섭취 등 효율적으로 조절해야 하고 피부관리에 있어서는 체계적이고 과학적인 관리가 뒷받침되어야 한다(Kim et al., 2010).

신체적 노화가 일어나는 중년층은 타인에게 직접 노출되는 안면 피부에 미관상으로도 더욱 관심을 가지게 되고 개인의 심리적 상태와 건강상태에도 영향을 받지만, 개인의 관리 방법에 의해서도 큰 영향을 받을 수 있으므로 더욱 합리적이고 정확한 지식, 관리 습관 등이 요구된다(Jeong & Yoo, 2003).

중년기 특유의 외적 심리적 변화로 인해 자아 정체감의 변화가 일어나기 쉬우며(Choi, 1997), 개인적 노화 과정에서 늙어가는 것에 대한 두려움이나 근심을 경험하고 심리적 안정을 손상시킬 수 있고(Kim et al., 2009), 중년기 이후 삶의 질까지 영향을 끼칠 수 있어 중년기에 관한 연구가 빼놓을 수 없는 중요한 부분이다(Byeon & Kim, 2007).

선행연구들을 살펴보면 라이프스타일에 따른 연구(Lim, 2011), Piao(2019)의 중국 중년여성들의 피부관리행동, Oh(2020), Lee(2019)의 20-30대 남성의 피부관리행동 등과 같이 피부관리행동에 관한 연구는 많으나, 중년 여성의 노화 인식에 따른 피부관리행동에 관한 연구는 미비한 실정이다.

이에 본 연구에서는 선행 연구들에 기초하여 4,50대 중년여성을 대상으로 피부노화 증상 인식도에 따라 피부 관리 행동에 대해 알아보고 중년여성들을 위한 체계적인 피부관리 프로그램 및 노화 예방과 건강한 중년의 삶을 위해 정확하고 올바른 지식을 제공하는 데 도움이 되고자 한다.

## II. 이론적 배경

### 1. 40-50대 중년여성의 특징

최근 평균 수명의 연장으로 인하여 노년기의 시기가 길어지면서 인생 주기와 가족생애주기에 있어 가장 중요한 단계라고 할 수 있는 중년기에 대한 관심이 증가하고 있다(An, 2021).

중년기는 다양한 변화를 경험하는 시기이며 내면의 변화에서는 신체적, 정서적, 생리적 변화 등이 있고, 외부의 변화에서는 가족, 사회생활, 직업 등이 있을 수 있다(Shim & Park, 2007).

또한 중년기에 접어들면서 외모 변화가 나타나는데 흰머리와 주름살의 증가, 머리카락 수의 감소 등이 있고, 생리적 기

능에서는 시력, 청력, 후각, 미각 등의 기능들이 약해지며, 신체적 변화가 나타남에 따라 젊음과 매력의 상실을 가져올 수 있다. 특히 중년 남성보다 중년 여성들이 나이가 들어가는 것에 대한 두려움을 크게 느끼며(Yang, 2022), 이는 심리적 불안, 스트레스, 우울로 이어져 전반적인 삶의 질에 있어 큰 영향을 미치게 되고 나아가 정신적 질환인 갱년기나 우울증을 경험하기도 한다(Jeon & Jeon, 2016).

이러한 변화를 극복하기 위해 중년여성들은 여러 가지 방법을 찾으며 시도하려는 노력을 보이고 있다. Kim(2017)의 연구에서는 최근 중년여성들의 인식 변화로 나이가 들면서 나타나는 노화 현상 등 여러 가지 요인들을 그저 나이 탓으로 돌리지 않고 외적인 매력을 높일 수 있는 운동, 식이요법, 미용 관리, 성형, 패션 연출 등의 관리 행동을 통해 자신의 외모에 더욱 신경을 쓰며 관심을 가지고 있다고 하였으며, Jung & Kwon(2017)의 연구에서는 중년여성들의 응답자 대부분이 현재보다 젊어지고 싶은 욕구가 강하였으며, 노화 개선 방법으로는 미용시술, 피부 관리실 이용, 기능성화장품 사용이 높은 응답의 결과가 나타나 노화 불안으로 인한 여러 가지 부정적인 판단을 가지고 있는 중년여성들에게 회복의 기회를 가져다줄 수 있는 중요 수단이 될 것이라고 하였다.

중년기 연령 기준은 여러 분야나 연구에서 30-60대까지 넓은 범위로 정의되지만, 미용 분야에서의 기준은 대체로 40-59세 시기로 정의되고 있다(Yoon, 2022).

따라서 본 연구에서는 선행연구를 바탕으로 중년여성의 연령 기준을 40-59세로 정의하였다.

### 2. 피부관리행동

피부관리행동은 자신의 피부가 가진 본연의 기능 및 깨끗한 피부 상태를 유지하고 피부 노화 예방을 위한 목적으로 피부건강관리나 증진 행위를 실행한다고 할 수 있으며, 피부는 우리 신체에서 첫인상으로 인식될 수 있는 부위로 이에 관한 관심도는 꾸준한 증가세를 보이고 있다(Jeong, 2023). 또한 Lee & Lee(2017)의 연구에서는 여러 가지 외모 관리 중 기본이 되는 피부 관리에 더욱 집중되는 것을 볼 때 피부 관리에 관한 가치관 반영에도 적극적이라고 볼 수 있다고 하였으며, Lee(2014)의 연구에서는 미용적인 관점에서 피부는 나이를 인지시키고 쉽게 평가되는 부분이기 때문에 아름다움을 유지하기 위해 피부 건강 관리가 필요하다고 하였으며, 특히 안면부에 대한 관리를 하고자하는 욕구가 가장 높다고 하였다.

또한, 피부관리행동의 구분으로 Park(2015)의 연구에서는 피부관리에 대한 전문성, 화장품 선택과 사용, 생활 습관, 자가피부관리형태 등에 대한 것을 의미한다고 하였으며, Lee & Park(2013)의 연구에서는 피부관리행동을 미용적 문제점을 개인의 피부 타입에 따라서 개선 후 건강한 피부를 유지하고 손상된 피부를 회복시키는 것뿐만 아니라 전문적인 피

부치료, 전문관리사를 통한 피부관리 등이 있다고 하였고, Kim(2022)의 연구에서는 관리 목적에 따라 크게 피부 상태를 전반적으로 유지 및 관리하기 위한 홈 스킨케어, 정서적 이완과 피부 문제 완화에 목적을 두는 살롱 스킨케어, 피부 문제에 대한 빠른 개선 및 치료가 이루어지는 메디컬 스킨케어로 구분하였다.

또한, 신항미(2002)는 자가 피부관리 방법을 목욕, 사우나, 가벼운 마사지, 고가의 기능성 화장품, 특수 마사지로 구분하였다.

따라서 본 연구에서는 선행연구를 바탕으로 피부관리행동을 크게 자가관리, 전문적인 관리, 기능성 화장품 사용, 메디컬 관리로 구분하였다.

### III. 내용 및 방법

#### 1. 연구 문제

본 연구의 문제는 다음과 같다.

첫째, 40-50대 중년여성의 피부노화 증상 인식도에 대해 알아본다.

둘째, 40-50대 중년여성의 피부노화 증상 인식도에 따른 피부관리행동에 대해 알아본다.

#### 2. 연구 대상자 및 자료수집

연구 대상자는 4-50대 중년여성으로 연구 목적을 충분히 설명하고 동의를 구한 후 설문조사를 실시하였으며, 자기 기입식 설문조사 방법과 URL을 이용한 온라인 설문으로, 네이버 오피스, 카카오톡을 사용하여 무기명으로 실시하였다. 조사 기간은 2023년 9월 01일부터 2023년 10월 10일까지 약 40일간 이루어졌으며, 230명을 대상으로 온·오프라인 방법으로 실시하였으나 부적합한 설문지를 제외한 221부가 최종 분석 자료로 사용되었다.

#### 3. 연구 방법

본 연구는 4-50대 중년여성의 피부 노화 증상 인식도와 그에 따른 피부관리행동에 대해 알아보기 위해 온·오프라인을 통한 설문조사로 실시하였으며, 예비조사 후 선행연구를 바탕으로 설문지 질문의 내용과 형식, 구성 등을 수정, 보완하여 재구성하였다. 일반적 특성 4문항은 본 연구자가 구성하였으며, 노화증상 인식도와 피부관리 방법에 관한 문항은 Shin(2002), Seo(2012)의 연구를 참고하여 설문지를 완성하였다.

#### 4. 자료 분석 및 방법

본 연구를 수행하는 데 있어서 회수된 자료는 SPSS WIN 25.0 프로그램을 사용하여 분석하였으며, 사용된 구체적인 실증분석 방법은 다음과 같다.

첫째, 조사대상자의 일반적 특성과 피부노화 증상 인식도에 대해 알아보기 위하여 빈도분석을 실시하였다.

둘째, 피부노화 증상 인식도에 따른 피부관리행동에 차이가 있는지를 알아보기 위하여 교차분석을 실시하였다.

## IV. 결과 및 고찰

### 1. 조사대상자의 일반적 특성

조사대상자의 일반적 특성에 대해 분석한 결과는 <Table 1>과 같다. 분석결과 연령은 40대 109명(49.3%), 50대 112명(50.7%)으로 나타났고, 직업은 주부 59명(26.7%), 사무직/기술직 51명(23.1%), 자영업 43명(19.5%), 전문직 34명(15.4%) 순으로 나타났다. 최종학력은 고졸이하 100명(45.2%), 2년제 대학 졸업 35명(15.8%), 4년제 대학 졸업 60명(27.1%), 대학원 졸업 9명(4.1%)으로 나타났고, 결혼여부는 기혼 196명(88.7%), 미혼 25명(11.3%)으로 나타났다.

### 2. 피부노화 증상 인식도

피부노화 증상 인식도에 대해 분석한 결과는 <Table 2>와 같다. 분석결과 피부노화 최초 시점은 '20대 초반' 12명(5.4%), '20대 후반' 41명(18.6%), '30대 초반' 63명(28.5%), '30대 후반' 105명(47.5%)으로 나타나 대체적으로 30대 후반에 피부노화가 시작되었다고 생각하는 것으로 볼 수 있고, 신경 쓰이는 피부노화 부위는 '눈가주름' 75명(33.9%), '탄력 저하' 63명(28.5%), '입가주름' 31명(14.0%), '목주름' 29명(13.1%), '미간주름' 23명(10.4%) 순으로 나타나 대체적으로 눈가주름이 특히 신경쓰이는 것으로 볼 수 있다. 또한 피부노화를 최초로 인식한 부위는 '눈가주름' 105명(47.5%), '탄력 저하' 38명(17.2%), '입가주름' 31명(14.0%), '목주름' 26명(11.8%), '미간주름' 21명(9.5%) 순으로 나타나 대체적으로 눈가주름을 통해 피부노화를 최초로 인식한 것으로 볼 수 있고, 피부노화 주 증상은 '잔주름 증가' 75명(33.9%), '탄력 저하' 68명(30.8%), '잡티 증가' 45명(20.4%), '넓어진 모공' 24명(10.9%), '각질 증가' 9명(4.1%) 순으로 나타나 대체적으로 잔주름이 많아진 것으로 볼 수 있다. 마지막으로 타인과 비교하여 피부노화 인지속도는 '느린 편' 139명(62.9%), '빠른 편' 82명(37.1%)으로 나타나 비교적 타인과 비교하여 피부노화 속도가 느린 편이라고 생각하는 것으로 나타났다.

Kim & Kim(2021)의 연구 결과 '노화 최초 시작 시기'는 '25세 이상-30세 미만', '30세 이상-35세 미만' 순으로 높게 나타나 본 연구와의 유사함을 보였다. 또한, Lee(2016)의 연구 결

**Table 1.** General Characteristics of Survey Subjects

	Sortation	Frequency(N)	Percentage(%)
Age	40's	109	49.3
	50's	112	50.7
Job	Office work/Technical post	51	23.1
	Specialized job	34	15.4
	Homemaker	59	26.7
	Self-employment	43	19.5
	Etc	34	15.4
Last educational background	High school graduation	100	45.2
	A two-year college graduation	35	15.8
	A four-year college graduation	60	27.1
	Graduate school graduation	9	4.1
	Etc	17	7.7
Marital status	Single	25	11.3
	Married	196	88.7
Total		221	100.0

**Table 2.** Recognition of Skin Aging Symptoms

	Sortation	Frequency(N)	Percentage(%)
The first point of skin aging	In one's early 20's	12	5.4
	In one's late 20's	41	18.6
	In one's early 30's	63	28.5
	In one's late 30's	105	47.5
On the edge of one's mind skin aging area	Wrinkles in the brow	23	10.4
	Wrinkles around the eyes	75	33.9
	Wrinkles around the mouth	31	14.0
	Neck wrinkles	29	13.1
	A decrease in elasticity	63	28.5
The first recognized skin aging area	Wrinkles in the brow	21	9.5
	Wrinkles around the eyes	105	47.5
	Wrinkles around the mouth	31	14.0
	Neck wrinkles	26	11.8
	A decrease in elasticity	38	17.2
Skin-aging main symptoms	Increase in fine wrinkles	75	33.9
	A decrease in elasticity	68	30.8
	An increase in dead skin cells	9	4.1
	Enlarged pores	24	10.9
	Increased blemishes	45	20.4
Skin aging recognition speed	Fast	82	37.1
	Slower	139	62.9
Total		221	100.0

과에서도 ‘최초로 인식한 안면 피부노화 부분’은 ‘눈가 주름’이 가장 높게 나타나 본 연구의 결과와 일치함을 보였고, Park & Im(2021)의 연구에서 피부가 노화할수록 주름이 많아진다는 높은 응답의 결과가 나타나 본 연구의 ‘피부노화 주 증상’ 중 ‘잔주름 증가’ 응답이 가장 높게 나타난 결과와 유사함을 보였다.

### 3. 피부노화 증상 인식도에 따른 피부관리행동 차이

#### 1) 피부노화 지연을 위해 선호하는 관리방법

피부노화 지연을 위해 선호하는 관리방법을 분석한 결과는 <Table 3>과 같다. 분석결과 전체적으로 볼 때, ‘자가 관리’가 93명(42.1%)으로 가장 높게 나타났고, ‘스트레스를 받지 않도록 노력’ 48명(21.7%), ‘운동’ 38명(17.2%), ‘전문 관리실 이용’ 27명(12.2%) 순으로 나타났으며, ‘관심 없다’는 15명(6.8%)으로 나타났다.

피부노화 증상 인식도에 따라서는 신경 쓰이는 피부노화 부위, 피부노화 주 증상에 따라 통계적으로 유의미한 차이가 나타났다( $p < .05$ ). 먼저 신경 쓰이는 피부노화 부위에 따라서는 미간 주름이 신경 쓰이는 경우 대체적으로 스트레스를 받지 않도록 노력하는 것으로 나타났으나 눈가주름, 입가주름, 목주름, 탄력 저하가 신경 쓰이는 경우 자가 관리를 하는 것으로 나타나 차이를 보였고, 피부노화 주 증상에 따라서는 각질 증가가 많은 경우 대체적으로 스트레스를 받지 않도록 노력하는 것으로 나타났으나 잔주름 증가, 탄력 저하, 넓어진 모공, 잡티 증가가 많은 경우 자가 관리를 하는 것으로 나타나 차이를 보였다. Shin & Yun(2012)의 연구 결과 피부노화의 주 증상이 잔주름, 잡티 증가인 응답자 75.6%가 피부 노화 방지를 위해 얼굴에 관리하는 것으로 나타나 본 연구의 결과와 유사함을 보였으며, An(2014)의 피부노화가 여성 심리상태에 미치는 영향과 피부관리 선택 형태에 관한 연구에서 피부 노화를 방지하기 위한 노력으로 40-50대 이상이 세안, 클렌징, 필

**Table 3.** Differences in Preferred Management Methods for Delayed Skin Aging According to the Recognition of Skin Aging Symptoms

Sortation		Preferred care method for delayed skin aging					$\chi^2$ (p)
		Exercise	Try not to get stressed out	Using a professional management office	Self-management	Not interested	
Skin aging the first point of view	In one's early 20's	3(25.0)	1(8.3)	4(33.3)	4(33.3)	0(.0)	16.170 (.184)
	In one's late 20's	9(22.0)	7(17.1)	8(19.5)	15(36.6)	2(4.9)	
	In one's early 30's	12(19.0)	12(19.0)	7(11.1)	29(46.0)	3(4.8)	
	In one's late 30's	14(13.3)	28(26.7)	8(7.6)	45(42.9)	10(9.5)	
On the edge of one's mind skin aging area	Wrinkles in the brow	6(26.1)	7(30.4)	3(13.0)	5(21.7)	2(8.7)	26.283* (.049)
	Wrinkles around the eyes	9(12.0)	27(36.0)	5(6.7)	31(41.3)	3(4.0)	
	Wrinkles around the mouth	6(19.4)	3(9.7)	5(16.1)	14(45.2)	3(9.7)	
	Neck wrinkles	8(27.6)	2(6.9)	4(13.8)	13(44.8)	2(6.9)	
A decrease in elasticity		9(14.3)	9(14.3)	10(15.9)	30(47.6)	5(7.9)	22.721 (.121)
	Wrinkles in the brow	2(9.5)	8(38.1)	2(9.5)	8(38.1)	1(4.8)	
	Wrinkles around the eyes	14(13.3)	26(24.8)	10(9.5)	50(47.6)	5(4.8)	
	Wrinkles around the mouth	5(16.1)	8(25.8)	6(19.4)	8(25.8)	4(12.9)	
The first recognized skin aging area	Neck wrinkles	7(26.9)	4(15.4)	3(11.5)	9(34.6)	3(11.5)	31.791* (.011)
	A decrease in elasticity	10(26.3)	2(5.3)	6(15.8)	18(47.4)	2(5.3)	
	An increase in fine lines	9(12.0)	24(32.0)	4(5.3)	35(46.7)	3(4.0)	
	A decrease in elasticity	14(20.6)	10(14.7)	10(14.7)	29(42.6)	5(7.4)	
Skin aging main symptom	An increase in dead skin cells	3(33.3)	4(44.4)	0(.0)	2(22.2)	0(.0)	8.548 (.073)
	Enlarged pores	7(29.2)	3(12.5)	2(8.3)	8(33.3)	4(16.7)	
	Increased blemishes	5(11.1)	7(15.6)	11(24.4)	19(42.2)	3(6.7)	
	Fast	15(18.3)	19(23.2)	16(19.5)	28(34.1)	4(4.9)	
Skin aging cognitive speed	Slower	23(16.5)	29(20.9)	11(7.9)	65(46.8)	11(7.9)	15(6.8)
	Total	38(17.2)	48(21.7)	27(12.2)	93(42.1)	15(6.8)	

\* $p < .05$

링 등의 자가 관리에 가장 신경을 쓴다는 응답 결과와 유사하였다. 이는 대부분의 중년여성들이 자가 관리에 대한 선호도가 높은 것을 알 수 있다.

## 2) 피부를 위해 스스로 행하는 방법

피부를 위해 스스로 행하는 방법을 분석한 결과는 <Table 4>와 같다. 분석결과 전체적으로 볼 때, ‘가벼운 마사지’가 75명(33.9%)으로 가장 높게 나타났고, ‘목욕/사우나’ 64명(29.0%), ‘기능성 화장품’ 63명(28.5%), ‘네 가지 모두’ 14명(6.3%), ‘특수 마사지’ 5명(2.3%) 순으로 나타나 대체적으로 피부를 위해 주로 가벼운 마사지를 하는 것으로 볼 수 있다.

피부노화 증상 인식도에 따라서는 피부노화 인지속도에 따라 통계적으로 유의미한 차이가 나타났으며( $p < .05$ ), 타인과 비교하여 피부노화 속도가 빠른 편이라고 생각하는 경우 대체적으로 가벼운 마사지를 하거나 목욕/사우나를 하는 것으로 나타났으나 타인과 비교하여 피부노화 속도가 느린 편이라고 생각하는 경우 기능성 화장품을 사용하거나 가벼운 마

사지를 하는 것으로 나타나 차이를 보였다. Lee(2009)의 연구 결과 화장품을 사용하여 자가피부관리를 하는 여성들의 응답이 높게 나타나 본 연구의 결과와 차이를 보였다.

## 3) 피부 관리를 위한 투자 횟수

피부 관리를 위한 투자 횟수를 분석한 결과는 <Table 5>와 같다. 분석결과 전체적으로 볼 때, ‘주1회’가 141명(63.8%)으로 가장 높게 나타났고, ‘주2회’ 50명(22.6%), ‘주3회 이상’ 30명(13.6%) 순으로 나타나 대체적으로 주1회 정도 피부 관리를 위해 투자하는 것으로 볼 수 있다.

피부노화 증상 인식도에 따라서는 통계적으로 유의미한 차이가 나타나지 않았다( $p > .05$ ). Lee(2017)의 연구 결과 중년 여성들의 피부관리(전문, 셀프) 이용 횟수로 주 1-2회가 가장 높게 나타나 본 연구와의 유사함을 보였으며, Kim(2011)의 연구 결과에 따르면 연령이 적고, 학생, 미혼의 여성, 여드름이나 민감성 피부를 가진 여성일수록 주 1회 이상의 관리를 하는 것으로 나타나 본 연구의 결과와 차이를 보였다.

**Table 4.** Differences in Self-help Methods According to the Perception of Skin Aging Symptoms

	Sortation	Do it for your skin					$\chi^2$ (p)
		Bath/ Sauna	Light massage	Functional cosmetics	Special massage	All four of them	
Skin aging the first point of view	In one's early 20's	3(25.0)	5(41.7)	3(25.0)	0(0)	1(8.3)	13.728 (.318)
	In one's late 20's	13(31.7)	8(19.5)	16(39.0)	2(4.9)	2(4.9)	
	In one's early 30's	12(19.0)	23(36.5)	20(31.7)	2(3.2)	6(9.5)	
	In one's late 30's	36(34.3)	39(37.1)	24(22.9)	1(1.0)	5(4.8)	
On the edge of one's mind skin aging area	Wrinkles in the brow	9(39.1)	8(34.8)	5(21.7)	0(0)	1(4.3)	14.168 (.586)
	Wrinkles around the eyes	28(37.3)	22(29.3)	20(26.7)	2(2.7)	3(4.0)	
	Wrinkles around the mouth	4(12.9)	15(48.4)	10(32.3)	1(3.2)	1(3.2)	
	Neck wrinkles	6(20.7)	10(34.5)	10(34.5)	1(3.4)	2(6.9)	
The first recognized skin aging area	A decrease in elasticity	17(27.0)	20(31.7)	18(28.6)	1(1.6)	7(11.1)	13.114 (.664)
	Wrinkles in the brow	4(19.0)	9(42.9)	6(28.6)	0(0)	2(9.5)	
	Wrinkles around the eyes	31(29.5)	34(32.4)	33(31.4)	3(2.9)	4(3.8)	
	Wrinkles around the mouth	10(32.3)	12(38.7)	7(22.6)	0(0)	2(6.5)	
Skin aging main symptom	Neck wrinkles	4(15.4)	8(30.8)	9(34.6)	1(3.8)	4(15.4)	11.859 (.754)
	A decrease in elasticity	15(39.5)	12(31.6)	8(21.1)	1(2.6)	2(5.3)	
	Increase in fine wrinkles	22(29.3)	29(38.7)	19(25.3)	1(1.3)	4(5.3)	
	A decrease in elasticity	18(26.5)	25(36.8)	19(27.9)	2(2.9)	4(5.9)	
	An increase in dead skin cells	4(44.4)	3(33.3)	1(11.1)	0(0)	1(11.1)	
Skin aging cognitive speed	Enlarged pores	5(20.8)	5(20.8)	12(50.0)	0(0)	2(8.3)	11.897* (.018)
	Increased blemishes	15(33.3)	13(28.9)	12(26.7)	2(4.4)	3(6.7)	
	Fast	27(32.9)	30(36.6)	14(17.1)	4(4.9)	7(8.5)	
	Slower	37(26.6)	45(32.4)	49(35.3)	1(7)	7(5.0)	
	Total	64(29.0)	75(33.9)	63(28.5)	5(2.3)	14(6.3)	

\* $p < .05$

**Table 5.** Differences in the Number of Investments for Skin Care According to the Recognition of Symptoms of Skin Aging

Sortation		Number of investments for skincare			$\chi^2$ (p)
		Once a week	Twice a week	More than three times a week	
Skin aging the first point of view	In one's early 20's	7(58.3)	3(25.0)	2(16.7)	7.760 (.256)
	In one's late 20's	22(53.7)	11(26.8)	8(19.5)	
	In one's early 30's	36(57.1)	19(30.2)	8(12.7)	
	In one's late 30's	76(72.4)	17(16.2)	12(11.4)	
On the edge of one's mind skin aging area	Wrinkles in the brow	13(56.5)	5(21.7)	5(21.7)	9.623 (.293)
	Wrinkles around the eyes	41(54.7)	22(29.3)	12(16.0)	
	Wrinkles around the mouth	19(61.3)	7(22.6)	5(16.1)	
	Neck wrinkles	20(69.0)	7(24.1)	2(6.9)	
The first recognized skin aging area	A decrease in elasticity	48(76.2)	9(14.3)	6(9.5)	6.339 (.609)
	Wrinkles in the brow	13(61.9)	4(19.0)	4(19.0)	
	Wrinkles around the eyes	60(57.1)	28(26.7)	17(16.2)	
	Wrinkles around the mouth	21(67.7)	6(19.4)	4(12.9)	
Skin aging main symptom	Neck wrinkles	18(69.2)	5(19.2)	3(11.5)	8.201 (.414)
	A decrease in elasticity	29(76.3)	7(18.4)	2(5.3)	
	An increase in fine lines	46(61.3)	15(20.0)	14(18.7)	
	A decrease in elasticity	45(66.2)	17(25.0)	6(8.8)	
Skin aging cognitive speed	An increase in dead skin cells	5(55.6)	1(11.1)	3(33.3)	3.293 (.193)
	Enlarged pores	17(70.8)	6(25.0)	1(4.2)	
	Increased blemishes	28(62.2)	11(24.4)	6(13.3)	
Skin aging cognitive speed	Fast	48(58.5)	24(29.3)	10(12.2)	3.293 (.193)
	Slower	93(66.9)	26(18.7)	20(14.4)	
Total		141(63.8)	50(22.6)	30(13.6)	

#### 4) 노화를 숨기거나 개선하고 싶은 형태

노화를 숨기거나 개선하고 싶은 형태를 분석한 결과는 <Table 6>과 같다. 분석결과 전체적으로 볼 때, '전문적인 관리'가 126명(57.0%)으로 가장 높게 나타났고, '보톡스 요법' 31명(14.0%), '섬세한 화장' 29명(13.1%), '네 가지 모두' 25명(11.3%), '성형수술' 10명(4.5%) 순으로 나타나 대체적으로 전문적인 관리를 통해 노화를 숨기거나 개선하고 싶은 것으로 볼 수 있다.

피부노화 증상 인식도에 따라서는 피부노화 최초 시점에 따라 통계적으로 유의미한 차이가 나타났으며( $p < .05$ ), 20대 초반이나 30대 후반에 피부노화가 시작되었다고 생각하는 경우 대체적으로 전문적인 관리나 섬세한 화장을 통해 노화를 숨기거나 개선하고 싶은 것으로 나타났으나 20대 후반이나 30대 초반에 피부노화가 시작되었다고 생각하는 경우 전문적인 관리나 보톡스 요법을 통해 노화를 숨기거나 개선하고 싶은 것으로 나타나 차이를 보였다. 또한, 본 연구의 피부노화 증상 인식도에 따라 피부노화 최초 시점의 결과를 살펴보면 공통적으로 '전문적인 관리'를 통해 노화를 숨기거나 개선하

고 싶은 것을 알 수 있으며, Park & Kwon(2023)의 연구 결과에서 20-24세부터 피부노화를 인식하고 이를 개선하기 위해 전문 관리를 받고자 하는 것으로 나타나 본 연구와 유사함을 보였다.

## V. 결 론

본 연구는 40-50대 중년여성의 노화 인식에 대해 알아보고 그에 따른 피부관리행동을 알아보려고 하였으며, 2023년 9월 01일부터 2023년 10월 10일까지 40-50대 중년여성 221명을 대상으로 설문지 조사를 하였고, 본 연구를 수행하는 데 있어서 회수된 자료는 SPSS WIN 25.0 프로그램을 사용하였다. 조사대상자의 일반적 특성과 피부노화 증상 인식도에 대해 알아보기 위하여 빈도분석을 실시하였고, 피부노화 증상 인식도에 따른 피부관리행동에 차이가 있는지를 알아보기 위하여 교차분석을 실시하였다.

다음 본 연구 문제에 대한 연구 결과는 다음과 같다.

첫째, 연구 문제 1에 대한 40-50대 중년여성의 피부노화 증

**Table 6.** Differences in the Form that You Want to Hide or Improve Aging According to Your Perception of Skin Aging Symptoms

	Sortation	How you want to hide or improve aging					$\chi^2$ (p)
		Delicate makeup	Professional management	Botox	Cosmetic surgery	All four of them	
Skin aging the first point of view	In one's early 20's	4(33.3)	6(50.0)	1(8.3)	0(0)	1(8.3)	22.051* (.037)
	In one's late 20's	2(4.9)	25(61.0)	8(19.5)	1(2.4)	5(12.2)	
	In one's early 30's	4(6.3)	33(52.4)	14(22.2)	2(3.2)	10(15.9)	
	In one's late 30's	19(18.1)	62(59.0)	8(7.6)	7(6.7)	9(8.6)	
On the edge of one's mind skin aging area	Wrinkles in the brow	3(13.0)	12(52.2)	4(17.4)	1(4.3)	3(13.0)	14.381 (.570)
	Wrinkles around the eyes	11(14.7)	46(61.3)	10(13.3)	3(4.0)	5(6.7)	
	Wrinkles around the mouth	5(16.1)	14(45.2)	8(25.8)	1(3.2)	3(9.7)	
	Neck wrinkles	3(10.3)	14(48.3)	6(20.7)	1(3.4)	5(17.2)	
The first recognized skin aging area	A decrease in elasticity	7(11.1)	40(63.5)	3(4.8)	4(6.3)	9(14.3)	18.091 (.319)
	Wrinkles in the brow	2(9.5)	13(61.9)	2(9.5)	3(14.3)	1(4.8)	
	Wrinkles around the eyes	14(13.3)	59(56.2)	12(11.4)	6(5.7)	14(13.3)	
	Wrinkles around the mouth	6(19.4)	16(51.6)	5(16.1)	0(0)	4(12.9)	
Skin aging main symptom	Neck wrinkles	1(3.8)	14(53.8)	7(26.9)	0(0)	4(15.4)	18.125 (.317)
	A decrease in elasticity	6(15.8)	24(63.2)	5(13.2)	1(2.6)	2(5.3)	
	Increase in fine wrinkles	9(12.0)	44(58.7)	11(14.7)	1(1.3)	10(13.3)	
	A decrease in elasticity	10(14.7)	34(50.0)	11(16.2)	6(8.8)	7(10.3)	
	An increase in dead skin cells	2(22.2)	5(55.6)	1(11.1)	0(0)	1(11.1)	
Skin aging cognitive speed	Enlarged pores	4(16.7)	9(37.5)	4(16.7)	2(8.3)	5(20.8)	3.289 (.511)
	Increased blemishes	4(8.9)	34(75.6)	4(8.9)	1(2.2)	2(4.4)	
	Fast	10(12.2)	47(57.3)	9(11.0)	6(7.3)	10(12.2)	
	Slower	19(13.7)	79(56.8)	22(15.8)	4(2.9)	15(10.8)	
	Total	29(13.1)	126(57.0)	31(14.0)	10(4.5)	25(11.3)	

\*p&lt;.05

상 인식도를 알아본 결과, 피부노화 최초 시점은 대체로 30대 후반에 피부노화가 시작되었다고 생각하였으며, 신경 쓰이는 피부노화 부위는 눈가주름이 특히 신경 쓰이는 것으로 알 수 있다. 또한 피부노화를 최초로 인식한 부위는 눈가주름이고, 피부노화 주 증상은 잔주름이 많아진 것으로 인식하였으며, 타인과 비교하여 피부노화를 느리게 인지하는 것으로 나타났다.

둘째, 연구 문제 2에 대한 40-50대 중년여성의 피부노화 증상 인식도에 따른 피부관리행동에 대해 알아본 결과에서 피부노화 지연을 위해 선호하는 관리 방법은 자가 관리가 93명 (42.1%)으로 가장 높게 나타났으며, 피부노화 증상 인식도에 따라서는 신경 쓰이는 피부노화 부위, 피부노화 주 증상에 따라 통계적으로 유의미한 차이가 나타났다(p<.05). 이러한 연구 결과에 따라 중년여성들이 자가 관리에 대한 올바른 방법을 알고 관리를 할 수 있어야 할 것으로 사료된다.

피부를 위해 스스로 행하는 방법에서 타인과 비교하여 피부노화 속도가 빠른 편이라고 생각하는 경우, 대체로 가벼운

마사지를 하거나 목욕/사우나를 하는 것으로 나타났으나 타인과 비교하여 피부노화 속도가 느린 편이라고 생각하는 경우 기능성 화장품을 사용하거나 가벼운 마사지를 하는 것으로 나타나 피부노화 증상 인식도에 따라서는 피부노화 인지 속도에 따라 통계적으로 유의미한 차이가 나타났다(p<.05).

피부 관리를 위한 투자 횟수는 주 1회가 141명(63.8%)으로 가장 높게 나타났고 피부노화 증상 인식도에 따라서는 통계적으로 유의미한 차이가 나타나지 않았다(p>.05).

노화를 숨기거나 개선하고 싶은 형태는 20대 초반이나 30대 후반에 피부노화가 시작되었다고 생각하는 경우 대체로 전문적인 관리나 섬세한 화장을 통해 노화를 숨기거나 개선하고 싶은 것으로 나타났으나 20대 후반이나 30대 초반에 피부노화가 시작되었다고 생각하는 경우 전문적인 관리나 보톡스 요법을 통해 노화를 숨기거나 개선하고 싶은 것으로 나타나 피부노화 증상 인식도에 따라서는 피부노화 최초 시점에 따라 통계적으로 유의미한 차이가 나타났다(p<.05).

이상의 연구 문제에 대한 결과를 종합해 보면, 40-50대 중



년여성들은 대체로 30대 후반부터 노화를 인식하고 있으며 노화 속도가 타인과 비교해 빠르다고 생각되는 경우 가벼운 마사지나 목욕/사우나, 타인과 비교해 느리다고 생각되는 경우에는 기능성 화장품이나 가벼운 마사지 등 주 1회 정도로 자가 관리를 하는 것을 알 수 있다. 그러나 본 연구 결과에서 57.0%의 중년여성이 전문적인 관리를 통해 노화를 숨기거나 개선하고 싶은 것으로 나타났다. 이는 전문적인 관리를 통해 노화 관리를 하고 싶은 인식이 높은 것을 알 수 있다. 따라서 보다 적극적이고 체계적인 전문 프로그램을 통해 노화 관리를 제공하고 기능성 화장품을 활용한 가벼운 마사지를 전문 관리 후 자가관리 방법으로 제시해 줌으로써 전문관리실을 이용하는 중년여성들을 늘리고 자가관리를 통해 노화 관리를 하는 중년 여성들에게도 올바른 방법을 배울 수 있는 기회를 제공함으로써 전문 피부관리사들의 신뢰가 높아지고 건강한 노화 관리가 이루어질 것으로 사료된다.

본 연구 결과를 일반화하기에는 지역적 제한 및 조사 대상자의 한계가 있으며, 향후 연구에서는 40-50대 중년여성을 위한 여러 변수 및 다양한 요인을 활용한 활발한 연구가 이루어져야 할 것이다.

## References

- An, E. J. (2014). Study on the anti-aging and skin aging, and officials to recognize women by age group behavior. Unpublished master's thesis, Konkuk University, Seoul.
- An, E. M. (2021). Changes in Perceptions of the Anticipatory Socialization of Middle-aged Women Who Participated in the Successful Aging Preparation Education. Doctoral dissertation, Ajou University, Suwon.
- Byeon, W. J., & Kim, C. K. (2007). Effects of Depression, The sense of crisis, Self-differentiation, Social Support, Internal Family Systems on Ego-Identity of Middle-aged Women. *The Korean Journal of Woman Psychology*, 12(3), 255-276.
- Choi, K. S. (1997). Ego Identity Changes Reported by Middle Aged Women - Comparison among Housewives, Nurses and School Teachers, *The Institute for Social Science Research Kyungpook National University*, 9, 159-182.
- Gwon, J. S. (2012). Skin Research According to Menopause Awareness, Stress, Self-Awareness Symptoms of Middle-age women. Unpublished master's thesis, SeoKyeong University, Seoul.
- Jeon, H. R., & Jeon, H. J. (2016). Effects of Stress and Depression on Cosmetic Surgery in Middle-aged Women. *Journal of the Korean Society of Cosmetology*, 22(6), 1196-1206.
- Jeong, M. K. (2023). The Effects of Social Media on Skin Care Product Consumption and Skin Care Behavior on Millenials and Generation Z men. Unpublished master's thesis, Dongshin University, Naju.
- Jeong, M. K., & Yoo, W. K. (2003). The Study of the use of Cosmetics and Skin Care of Middle-aged Women in Young-nam Province. *Journal of the Korean Society of Fashion & Beauty*, 1(1), 49-64.
- Jung, M. S., & Kwon, H. J. (2017). Satisfaction on Perception and Improvement Measure About Aging Anxiety of Middle-aged Women. *Asia-pacific Journal of Multimedia Services Convergent with Art, Humanities, and Sociology*, 7(3), 493-501, doi:10.35873/ajmahs.2017.7.3.061
- Kim, H. J. (2011). A study on the women's conducting of skin care and its case. Unpublished master's thesis, Sookmyung Women's University, Seoul.
- Kim, H. M. (2017). A Study of Hairstyling for Dongan ('Baby-face') Image in Middle-aged Women in their 50s. Unpublished master's thesis, Kwangju Women's University, Kwangju.
- Kim, H. S. (2022). The self-evaluation impact analysis of skin health management behaviors through skin awareness. Doctoral dissertation, Dongbang Culture University, Seoul.
- Kim, H. S., Choi, E. J., & Yang, J. N. (2009). A Study of Knowledge about Aging and Aging Anxiety. *Mental Health & Social Work*, 32, 135-165.
- Kim, K. L., Lee, Y. M., Jang, S. N., Lee, J. N., & Choe, T. B. (2010). The Differences of Skin Conditions of Face According to Facial Treatment. *Journal of the Korean Society of Cosmetology*, 16(3), 871-884.
- Kim, M. H. (2018). The Effects of Demographic Characteristics, Self-Perception, and Social Support on Depression among Middle-Aged Women. Unpublished master's thesis, Daegu University, Daegu.
- Kim, M. J. (2021). A study on the awareness of skin aging and management behavior. *The Korean Beauty Management Society*, 9(2), 55-66, doi: 10.35883/kbmj.2021.9.2.1.5
- Kim, S. Y., & Lee, J. I. (2007). A Study on Aging Anxiety, Depression, and Self-esteem of Middle-aged People. *Journal of the Korean Academy of Fundamentals of Nursing*, 14(1), 103-109.
- Lee, B. K. (2017). The effect of Skin Aging Stress on the Skin Care Style of Middle Aged Women. Unpublished master's thesis, Hansung University, Seoul.
- Lee, H. W. (2009). A Study on the Women's Understanding of Skin Care and Preference. Unpublished master's thesis, Sookmyung Women's University, Seoul.
- Lee, J. A., & Lee, J. Y. (2017). A Study of Adult Women's Values, Desired Skincare Benefits and Skincare Behavior. *Journal of the Korean Society of Cosmetology*, 23(6), 1159-1168.
- Lee, J. H., & Ha, J. S. (2022). Korean Middle-aged Women's Sports and Sportswear - Focused on Women in Their 40s and 50s on Social Media. *Journal of Fashion Design*, 22(1), 59-80, doi: 10.18652/2022.22.1.4
- Lee, J. Y. (2014). The Effect of Self-consciousness and Self-monitoring on Their Skincare Attitude, Skincare Subjective Norm, Skincare Perceived Behavioral Control. *Korean Journal of Aesthetics and Cosmetology*, 12(5), 669-675.
- Lee, J. Y., & Park, K. S. (2013). A corrding to demographic characteristics to research of skincare behavioral control factors. *Journal of the Korean Society of Beauty and Art*, 14(3), 209-223.
- Lee, M. R. (2019). The Effects of Skin Care Awareness on Cosmetics Use and Skin Care Behavior of Male Adults in their 20s-30s. Unpublished master's thesis, Konkuk University, Seoul.

- Lee, Y. R. (2016). A study on the Perception towards Skin Aging and Usage of Cosmeceutical. Unpublished master's thesis, Kwangju University, Kwangju.
- Lim, Y. H. (2011). A Study on Skin and Body Care Behaviors by Lifestyle of Women in Their 40s to 50s. Unpublished master's thesis, Kwangju Women's University, Kwangju.
- Nam, Y. R., Choi, H. S., & Kim, E. K. (2013). A Comparative Study on the Clothing Wearing Conditions and Fit for Middle-aged women in their 40s and 50s. *Journal of the Korea Fashion & Costume Design Association*, 15(3), 137-156.
- Oh, H. H. (2020). In the relationship between skin care and skin care behavior of men in their 20s and 30s, the Mediation Effect of Consumption Value. Unpublished master's thesis, SeoKyeong University, Seoul.
- Park, C. H., & Im, E. J. (2021). Effect of Middle-aged Women's Perception of Facial Skin Aging on Health-promoting Behaviors. *The Korean Society for Aesthetics and Cosmetology*, 17(3), 285-293, doi:10.15810/jic.2021.17.3.008
- Park, M. S., & Kwon, K. H. (2023). Investigation of Anti-aging Perception, Beauty Care Behavior, and Skin Care Sops Selection Attributes according to the Subjective Perception of Skin Aging. *Journal of Beauty Art Management*, 17(4). <http://dx.doi.org/doi:10.22649/JBAM.2023.17.4.35>
- Park, S. M. (2015). The Influence on Self-esteem for Skin & Health Care Behavior According to the Lifestyle of New Sliver Generation, *Korean Journal of Aesthetics and Cosmetology*, 13(1), 669-675.
- Piao, Y. Y. (2019). A Study on Consumption Propensity and Behavior of Skin Care in Middle-Aged Women : Focusing on residents in Dalian, China. Unpublished master's thesis, Kwangju Women's University, Kwangju.
- Seo, S. H. (2012). Study on the Recognition Rate of Skin Aging and Cosmetic Using Habits for Improving the Skin Aging of Middle-aged Women. Unpublished master's thesis, Catholic University of Daegu. Gyeongbuk.
- Shim, J. H., & Park, S. J. (2007). Transactions : A Study of the Middle-Aged Women's Clothing Attitudes Depending on Their Somatotype. *Journal of the Korean Society of Clothing and Textiles*, 31(1), 33-43, doi: 10.5850/jksct.2007.31.1.033
- Shin, H. M. (2002). Psychological States in Women with Skin Aging and Skin Care Behavior. Unpublished master's thesis, Koshin University. Busan.
- Shin, H. M., & Yun, B. H. (2012). Psychological States in Women with Skin Aging and Skin Care Behavior. *The International Society of Health and Beauty*, 6(1), 41-63.
- Son, G. B. (2017). Influence of Skin Care Management Behaviors on Appearance Satisfaction, Self-Esteem and Happiness in Middle-Aged Women. Unpublished master's thesis, Konkuk University, Seoul.
- Yang, M. K. (2022). Development and Effectiveness of Self-Beauty Education Programs for Anti-Aging in Middle-Aged Women. Doctoral dissertation, Seokyeong University, Seoul.
- Yoon, H. J. (2022). The Effect of Middle-Aged Women's Cosmetics Consumption Related Desire on the Intention to Purchase Customized Cosmetics –Regulating Effect of the Customized Cosmetics' Safety Perception. Unpublished master's thesis, Seokyeong University, Seoul.