

Sweet Truth

अक्सर पूछे जाने वाले प्रश्न (FAQS)

प्रश्न: बिग डील क्या है? मुझे NYC में चेन रेस्टोरेंट के फूड में एडेड शुगर की परवाह क्यों करनी चाहिए?

उत्तर: यदि आप, आपके परिवार के सदस्य, दोस्त या पड़ोसी टाइप 2 मधुमेह, हृदय रोग, यकृत रोग, अधिक वजन या कैंसर से जूझ रहे हैं, तो आपको एडेड शुगर का ध्यान रखना चाहिए।¹ एडेड शुगर का अधिक सेवन वजन बढ़ने, टाइप 2 मधुमेह, हृदय रोग, डेंटल कैविटीज़, और अन्य पुरानी बीमारियां में योगदान दे सकता है।^{2,3}

और यहां तक कि अगर आप इन स्वास्थ्य समस्याओं से व्यक्तिगत रूप से प्रभावित नहीं हुए हैं, तो भी आप उस बड़ी राशि से प्रभावित हैं जो इन स्थितियों ने शहर के बजट से काटा है⁴ और NYC और NYS में जनबल के स्वास्थ्य पर उनका नकारात्मक प्रभाव पड़ा है।⁵

प्र: यह बिल क्या करेगा?

उत्तर: इस बिल में मेनू बोर्ड पर वॉर्निंग आइकंस और चेन रेस्टोरेंट में 50 ग्राम या उससे अधिक एडेड शुगर वाले आइटम्स के लिए संकेत की आवश्यकता होगी,⁶ जो 2015 के अंत में शहर द्वारा स्थापित सोडियम वॉर्निंग आइकंस के समान है।⁷

प्र: 50 ग्राम ही क्यों? उससे ज्यादा और कम क्यों नहीं?

उत्तर: यू.एस. फूड एंड ड्रग एडमिनिस्ट्रेशन (FDA) द्वारा प्रतिदिन 2,000 कैलोरी का उपभोग करने वाले व्यक्ति के लिए अनुशंसित दैनिक सीमा पचास (50) ग्राम एडेड शुगर है।⁸ ध्यान रहे कि एक बार में साढ़े बारह चम्मच चीनी हो। यह बहुत ज्यादा चीनी है।



प्रश्न: एडेड शुगर क्यों, कुल शुगर क्यों नहीं?

उत्तर: फलों और सब्जियों में पाए जाने वाले प्राकृतिक शुगर के विपरीत, जो फिलिंग फाइबर और लाभकारी पोषक तत्वों के साथ आती है, एडेड शुगर कंसंट्रेट होती है, एम्प्टी कैलोरीज़ का उपयोग लोगों को अधिक प्रॉसेस्ड फूड और ड्रिंक्स खरीदने के लिए किया जाता है।

प्रश्न: मैंने सुना है कि कई रेस्टोरेंट COVID-19 महामारी के प्रभावों के कारण संघर्ष कर रहे हैं। क्या यह आवश्यकता उनके लिए बोझ नहीं होगी?

उत्तर: यह माप केवल पांच नगरों में पंद्रह (15) या उससे अधिक स्थानों वाले चेन रेस्टोरेंट पर लागू होती है। हाल के रेस्टोरेंट उद्योग के आंकड़ों के अनुसार, बड़े चेन रेस्टोरेंट्स महामारी से काफी अच्छी तरह से उभर चुके हैं। वास्तव में, 2021 में 500 सबसे बड़ी रेस्टोरेंट चेंस (एक समूह के रूप में) ने अपनी बिक्री में 18% की वृद्धि की, प्रभावी रूप से महामारी से उभरने के साथ-साथ उन्होंने बिक्री में सैकड़ों अरब डॉलर की कमाई की।¹⁰

बड़े चेन रेस्टोरेंट्स अपनी मानकीकृत रेस्पीज़ से एडेड शुगर की गणना आसानी से कर सकते हैं। यह पहले से ही उन खाद्य निर्माताओं के लिए आवश्यक है, जिन्होंने नए संघीय नियमों के तहत 2020 में फूड लेबल्स पर एडेड शुगर की जानकारी डालना शुरू किया।

वास्तव में, NYC में सबसे बड़ी चेन, डंकिन डोनट्स पहले से ही अपने मेनू के लिए एडेड शुगर की जानकारी ऑनलाइन प्रकाशित कर रहा है।¹¹

प्रश्न: क्या इस बिल को न्यू यॉर्कर्स ने समर्थन दिया है?

उत्तर: हां। 2021 में किए गए एक सर्वेक्षण में पाया गया कि NYC के 85% निवासियों ने चेन रेस्टोरेंट मेनू आइटम पर एक दिन से अधिक एडेड शुगर के साथ वॉर्निंग्स का समर्थन करके इसके लिए मजबूत, द्विपक्षीय समर्थन किया था।

प्रश्न: यह कैम्पेन स्वास्थ्य समानता का समर्थन कैसे करता है?

उत्तर: मुख्य रूप से काले और हिस्पैनिक समुदायों को फास्ट फूड के लिए उच्च जोखिम का सामना करना पड़ता है, जो कि रेडलाइनिंग, डिसइंवेस्टमेंट और टार्गेटेड मार्केटिंग जैसी ऐतिहासिक नीतियों में निहित आवासीय अलगाव का एक उत्पाद है।¹³ इन पड़ोसियों में फास्ट फूड रेस्टोरेंट¹⁴ और कम स्वस्थ वाले भोजन के विकल्प होने की अधिक संभावना है।¹⁵ इतना ही नहीं, युवा काले और लैटिनो बच्चे शुगरी बेवरेजेस और अन्य जंक फूड के बहुत सारे विज्ञापनों के निशाने पर हैं। 2019 में, मैकडॉनल्ड्स, डोमिनोज़ और टैको बेल जैसी चेंस ने ब्लैक और हिस्पैनिक बच्चों और किशोरों को टार्गेट करने के लिए टीवी विज्ञापनों पर \$1.5 बिलियन से अधिक खर्च किए, और इनमें से लगभग सभी फास्ट-फूड विज्ञापनों ने फुल-कैलोरी, अडल्ट-साइज़्ड, रेग्यूलर मेनू आइटम्स का प्रचार किया, ना कि बच्चों की मीलस।

प्रश्न: क्या सिटी काउंसिल ने पहले ही ऐसा कोई विधेयक पारित नहीं किया था?

उत्तर: हां और नहीं। 2021 के अंत में पारित बिल का वर्जन कई कारणों से कमजोर हो गया था और इसमें केवल प्री-पैकड आइटम (जैसे कूलर ड्रिंक्स) शामिल थे। नए बिल में फाउंटेन ड्रिंक समेत सभी मेन्यू आइटम शामिल होंगे।¹⁷

¹ Per the World Cancer Research Fund/American Institute for Cancer Research “being overweight or obese throughout adulthood increases the risk of cancers of the mouth, pharynx and larynx; esophagus (adenocarcinoma); stomach (cardia); pancreas; gallbladder; liver; colorectum; breast (postmenopause); ovary; endometrium; prostate (advanced); and kidney.” World Cancer Research Fund/American Institute for Cancer Research (2018). Continuous Update Project Expert Report 2018. “Body fatness and weight gain and the risk of cancer.” Available at HYPERLINK “http://www.dietandcancerreport.org/” dietandcancerreport.org

Cf also Rock, C. L., Thomson, C., Gansler, T., Gapstur, S. M., McCullough, M. L., Patel, A. V., et al. (2020). American Cancer Society guideline for diet and physical activity for cancer prevention. CA: a cancer journal for clinicians, 70(4), 245-271.

² Malik, V. S., Schulze, M. B., & Hu, F. B. (2006). Intake of sugar-sweetened beverages and weight gain: a systematic review. The American journal of clinical nutrition, 84(2), 274–288. <https://doi.org/10.1093/ajcn/84.1.274>

³ Hu F. B. (2013). Resolved: there is sufficient scientific evidence that decreasing sugar-sweetened beverage consumption will reduce the prevalence of obesity and obesity-related diseases. Obesity reviews : an official journal of the International Association for the Study of Obesity, 14(8), 606–619. <https://doi.org/10.1111/obr.12040>

⁴ Waters, H., & Graf, M. (2018). The costs of chronic disease in the US. Santa Monica, CA: The Milken Institute. Available at https://milkeninstitute.org/sites/default/files/reports-pdf/ChronicDiseases-HighRes-FINAL_0_1.pdf

⁵ Chronic illness hinders workforce productivity by increasing absenteeism, reducing the focused energy of workers, and depleting critical workplace skills.” Singh, M., James, P. S., & Ganguli, S. (2018). Managing employees with chronic illness. Human Resource Management International Digest 26(1), 7-10.

⁶ CSPI (2021). “New York City passes the Sweet Truth Act, requiring warnings on chain restaurants’ prepackaged foods and drinks that are high in added sugars.” Available at <https://www.cspinet.org/press-release/new-york-city-passes-sweet-truth-act-requiring-warnings-chain-restaurants-prepackaged>

⁷ New York City Department of Health and Mental Hygiene (2016). “New sodium (salt) warning rule: What food service establishments need to know.” Available at: <https://www1.nyc.gov/assets/doh/downloads/pdf/cardio/sodium-warning-rule.pdf>

⁸ U.S. Food and Drug Administration (2022). “Added sugars on the new nutrition facts label.” [webpage]. Available at <https://www.fda.gov/food/new-nutrition-facts-label/added-sugars-new-nutrition-facts-label>

⁹ Lee, A. K., Chowdhury, R., & Welsh, J. A. (2015). Sugars and adiposity: The long-term effects of consuming added and naturally occurring sugars in foods and in beverages. Obesity Science & Practice, 1(1), 41-49.

Moss, M. (2021). Hooked: Food, free will, and how the food giants exploit our addictions. Random House.

¹⁰ Restaurant Business (2022). “A look at which chains stood out in 2021.” Available at: <https://www.restaurantbusinessonline.com/financing/look-which-chains-stood-out-2021>

¹¹ Dunkin’ Donuts (n.d.) “Nutrition.” Available at: <https://www.dunkindonuts.com/en/menu/nutrition>

¹² Center for Science in the Public Interest (2021). “New York added sugars warning label poll.” Available at <https://www.cspinet.org/resource/new-york-added-sugars-warning-label-poll>

¹³ New York Law School Racial Justice Project., “Unshared Bounty: How Structural Racism Contributes to the Creation and Persistence of Food Deserts. (with American Civil Liberties Union).” (2012). Racial Justice Project. Book 3.

¹⁴ Kwate, N. O. A., Yau, C. Y., Loh, J. M., & Williams, D. (2009). Inequality in obesigenic environments: Fast food density in New York City. Health & Place, 15(1), 364-373.

James, P., Arcaya, M. C., Parker, D. M., Tucker-Seeley, R. D., & Subramanian, S. V. (2014). Do minority and poor neighborhoods have higher access to fast- food restaurants in the United States?. Health & Place, 29, 10-17.

¹⁵ Johnson, N., Vazquez, A., Pond, C., Rivera, C. & Popa, L. (2019). Growing food equity in New York City: A City Council agenda. New York City Council. Avail- able at: <http://council.nyc.gov/data/wp-content/uploads/sites/73/2019/08/growing-food-equity-1.pdf>

¹⁶ Harris, J.L., Fleming-Milici, F., Phaneuf, L., Jensen, Jensen, M., Choi, Y.Y., McCann, M., et al. (2021). Fast food facts 2021: Fast food advertising: Billions in spending, continued high exposure by youth. UConn Rudd Center for Food Policy & Obesity. Available at <https://media.ruddcenter.uconn.edu/PDFs/FACTS2021.pdf>

¹⁷ CSPI (2021)