

# Sweet Truth

자주 묻는 질문(FAQ)

**Q: 그렇게 큰일인가요? NYC의 식당에서 왜 첨가당에 신경 써야 하나요?**

**A:** 여러분과 여러분의 가족, 친구, 이웃이 제2형 당뇨병, 심장 질환, 간 질환, 비만 또는 암을 앓고 있다면, 첨가당에 주의해야 합니다.<sup>1</sup> 첨가당의 과다 섭취는 체중 증가, 제2형 당뇨병, 심혈관 질환, 충치 및 기타 만성 질환으로 이어질 수 있습니다.<sup>2,3</sup>

이러한 건강 문제를 개인적으로 겪지 않았다고 해도 이러한 질환에는 큰 폭의 뉴욕시 예산이 들어가며<sup>4</sup> NYC와 NYS의 동료 직원들의 건강에도 부정적인 효과를 불러올 수 있습니다.<sup>5</sup>

**Q: 이 법안으로 무엇을 하게 되나요?**

**A:** 이 법안은 첨가당 50g 이상이 포함된 품목에 대한 메뉴판과 표지판에 경고 표시를 의무화하며,<sup>6</sup> 이는 2015년 말 시에서 확립했던 나트륨 경고 표시와 유사한 것입니다.<sup>7</sup>

**Q: 왜 50g인가요? 이보다 작거나 크면 어떻게 하나요?**

**A:** 첨가당 50g은 미국 식품의약국(FDA)이 하루 2,000칼로리를 섭취하는 사람에게 권장하는 일일 한도입니다.<sup>8</sup> 한 번에 설탕 12.5 티스푼을 섭취해야 합니다. 설탕이 너무 많아요.



**Q: 왜 총 당류가 아니라 첨가당일까요?**

A: 섬유와 도움이 되는 영양 성분으로 채워진 채소나 과일에서 나오는 천연당과는 다르게 첨가당은 농축 상태인 사람들이 더 많은 가공식품과 음료를 찾게 만드는 영양가 없는 칼로리입니다.<sup>9</sup>

---

**Q: 여러 식당에서 코로나19 팬데믹 이후로 어려움을 겪고 있다고 들었습니다. 이 요건이 그들에게 부담이 되지는 않을까요?**

A: 이 조치는 5개 자치구에서 15곳의 이상의 지점이 있는 체인 식당에만 적용됩니다. 최근 식당 업계 데이터에 따르면 더 큰 규모의 체인 식당은 팬데믹에서 수월하게 회복한 것으로 나타났습니다. 실제로 500대 식당 체인(그룹으로)은 2021년에 18%로 판매율이 증가해 수천억 달러의 수익을 올려 팬데믹으로부터 효과적으로 회복했습니다.<sup>10</sup>

규모가 큰 체인 식당은 표준화된 레시피에서 첨가당을 쉽게 계산할 수 있습니다. 이는 새로운 연방법에 따라 2020년에 식품 라벨에 첨가당 정보를 표시하기 시작한 식품 제조사에서 이미 의무화된 사항입니다.

실제로 뉴욕시에서 가장 큰 체인인 던킨 도넛에서는 이미 온라인으로 메뉴의 첨가당 정보를 게시하고 있습니다.<sup>11</sup>

---

**Q: 뉴욕 시민이 지지한 법안인가요?**

A: 예. 2021년에 실시한 조사에 따르면 뉴욕시 주민의 85%가 하루 권장량을 초과하는 첨가당이 함유된 체인 식당 메뉴 항목의 경고 표시를 지지하는 것으로 나타났습니다.<sup>12</sup>

---

**Q: 이 캠페인은 건강 형평성을 어떻게 뒷받침하나요?**

A: 주로 흑인과 히스패닉 커뮤니티는 경계 지역 지정, 투자 중단, 타겟 마케팅 등의 역사적인 정책에 뿌리를 둔 거주 지역 분리의 산물인 패스트푸드에 노출 비율이 높습니다.<sup>13</sup> 이러한 지역은 패스트푸드 식당이 많고<sup>14</sup> 건강한 식단 선택지가 적을 가능성이 높습니다.<sup>15</sup> 이와 더불어 어린 흑인 및 라틴계 아동들은 많은 첨가당 음료와 기타 정크푸드의 광고 대상이 되고 있습니다. 2019년에 맥도날드, 도미노, 타코벨 같은 체인에서는 흑인 및 히스패닉 아동 및 청소년을 대상으로 한 TV 광고에 15억 달러를 지출했으며 거의 모든 패스트푸드 광고에서는 아동용이 아닌 완전 칼로리의 성인용, 레귤러 메뉴 품목을 광고했습니다.<sup>16</sup>

---

## Q: 시의회에서 이런 법안을 이미 통과시키지 않았나요?

A: 맞기도 하고 아니기도 합니다. 2021년 말에 통과된 법안은 몇 가지 이유로 약화되었고 사전 포장된 품목(냉장 음료 등)에만 적용됩니다. 새로운 법안은 청량음료를 비롯한 모든 메뉴에 적용됩니다.<sup>17</sup>

---

<sup>1</sup> 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.

<sup>2</sup> 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>

<sup>3</sup> 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>

<sup>4</sup> 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](https://milkeninstitute.org/sites/default/files/reports-pdf/ChronicDiseases-HighRes-FINAL_0_1.pdf)

<sup>5</sup> 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.

<sup>6</sup> 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>

<sup>7</sup> 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>

<sup>8</sup> 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>

<sup>9</sup> 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.

<sup>10</sup> 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>

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

<sup>12</sup> 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>

<sup>13</sup> 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.

<sup>14</sup> Kwate, N. O. A., Yau, C. Y., Loh, J. M., & Williams, D. (2009). Inequality in obesogenic 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.

<sup>15</sup> 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. Available at: <http://council.nyc.gov/data/wp-content/uploads/sites/73/2019/08/growing-food-equity-1.pdf>

<sup>16</sup> Harris, J.L., Fleming-Milici, F., Phaneuf, L., 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>

<sup>17</sup> CSPI (2021)