

Sweet Truth

باوا ای پچھے گئے سوال (FAQS)

سوال: کیہڑیک وڈھی گل اے؟ مینیوں این وائی سی وچ چین ریسٹوران دے کھانیاں وچ پائی گئی کھنڈ دی پرواہ کیوں کرنی چائییدی اے؟

الف: جے تہوانوں تہواڈے خانوادے دے لوکاں، بیلیاں یا گوہانڈیاں نوں دوجی قسم دی ذیابیطیس، دل دی بیماری، جگر دی بیماری، ودھے ہوئے وزن یا کینسر دا مسئلہ ہیگا اے تے تہوانوں پائی گئی شوگر وارے خیال کرنا چائییدا اے۔¹ وادھو دی کھنڈ دا بوبتا استعمال، ودھیا ہویا وزن، دوجی قسم دی ذیابیطیس، دل دا مرض، ٹٹے ہوئے دند یا دوجیاں دائمی بیماریاں وچ ثابت ہو سکدا اے۔^{2,3}

بور جے تہوانوں صحت دے اینہاں مسئلایاں وارے ذاتی طور تے واہ نئیں پیا ہیگا اے تے فیر وی ٹسیں شہر دے بجٹ⁴ توں اینہاں شرطان وچ کٹوتی دی پہاری رقم تے این وائی سی تے نیو یارک شہر وچ افرادی قوت دے صحت اتے اینہاں دے منفی اثراں توں متاثر او۔⁵

سوال: ایہہ بل کیہ کرو گا؟

الف: ایہس بل لئی مینو بورڈز اُتے وارننگ آئیکون تے چین ریسٹوران وچ 50 گرام یا ایہس توں ودھ پائی گئی شکر آلی شیواں دے نشان دی لوڑ ہووے گی، 2015⁶ دے اخیر وچ شہر ولوں قیم کیتے گئے سوڈیم وارننگ آئیکون نال بوبتا ملدا جلد اے۔⁷

سوال: 50 گرام کیوں؟ کیوں کھٹ ودھ نئیں؟

الف: امریکی فوڈ تے ٹرگ انتظامیہ (ایف ڈی اے) ایہو جہے بندے نوں جیہڑا 2000 کیلوری اک دیہاڑی وچ کھا جاؤندا اے اوہدے لئی اک دیہاڑی دی پائی گئی کھنڈ سے حد پچا (50) گرام لین دا مشورہ دیندا اے۔⁸ ایہہ گل زہن وچ رکھو کہ ساڈھے بارہ چاہ دے چمچے اک و فیری دینے چاہیدے نیں۔ ایہہ بوبتی کھنڈ اے۔



سوال: کیوں شامل کیتی گھنڈ نہ کہ گھنڈ دی پوری مقدار؟

الف: پہلاں تے سبزیں وچ موجود قدرتی شکر دے خلاف جیہڑا فائبر تے فیدہ مند غذا دے ٹکڑے نوں پہرن دے نال آوندے نیں، پائی گئی شکر وچ ہندی اے، خالی کیلوری لوکاں نوں ودھ پروسسیسڈ کھاؤں آلی تے پین آلی شیواں خریدن لئی استعمال کیتیاں جاؤندیاں نیں۔⁹

سوال: میں سنیا بیگا اے کہ کوڈ-19 ہماری دی وجہ توں کئی ریستورانوں نوں اوکھیاں ویلیاں دا سامنا کرنا پیندا اے۔ کیہ ایہ لوڑ اینہاں لئی بوجھ نہیں ہووے گی؟

الف: ایہ کم صرف پُنج یورو وچ پندرہ (15) تھاون یا ایہس توں ودھ دے نال ریستورانوں دی چین نوں مننا ہووے گا۔ ریستوران دی صنعت دے بُن دے اعداد و شمار دے مطابق وڈھے ریستورانوں دی چین ایہس بیماریاں توں بوبتی چنگی طرح صحت یاب ہوئی نیں۔ اصل اچ ریستورانوں دیاں سب توں وڈھیاں 500 چیناں (اک گروپ وانگوں) نیں 2021 وچ اپنی فروخت اچ 18 فیصد وادھا کیتا تے ایہس وباء نوں ٹھیک طریقے نال نجات دتی کیونکہ اونہاں نیں سیکڑاں ارب ڈالر دے فروخت کیتی۔¹⁰

ریستورانوں دی وڈھی چین سوکھیاں میعاری ترکیباں وچ پائی گئی گھنڈ دا حساب کتاب لا سکتے نیں۔ ایہ پہلاں ای خوراک بناؤں آلیاں لئی ضروری اے، جنہاں نیں نویں وفاقی قیدیاں دے مطابق 2020 وچ کھان دے لیبل اتے گھنڈ دی وادھو معلومات پانا شروع کیتیاں نیں۔

اصل اچ، نیو یارک شہر وچ سب توں وڈی چین، ڈنکن ڈونٹس، پہلاں ای آن لائن ان دے مینیو لئی پائی گئی گھنڈ دی معلومات شائع کر رہا اے۔¹¹

سوال: کیہ ایہس بل نیویارک دے ریہن آلیاں دی حمایت بیگی اے؟

الف: ہاں۔ سال 2021 وچ کیتے گئے اک سروے توں پتہ چلیاں اے کہ ایہدے لئی تگڑے دوباں پاسے دی حمایت بیگی اے، 85 فیصد نیو یارک شہر دے ریہن آلیاں نیں چین ریستوران مینیو آئٹمز اتے الانبے دی حمایت کیتی اے جیدے وچ اک دن توں ودھ وادھو دی گھنڈ شامل بیگی اے۔¹²

سوال: ایہ مہم صحت دی مساوات دی حمایت کینج کردی اے؟

الف: بوبتے سیاہ فام تے ہسپانوی برادریاں نوں فاسٹ فوڈ توں ودھ نمائش دا سامنا کرنا پیندا اے، ایہ ریہن دے حساب نال وکھرے ہون دی پیداوار اے جیدی جڑاں تریخی پالیسیاں جسران کہ ریڈ لائننگ، غیر سرمایہ کاری تے تاکڈ مارکیٹنگ وچ بندے نیں۔¹³ اینہاں دے گوانڈ وچ فاسٹ فوڈ دے ریستوران ہون دا امکان ودھ¹⁴ تے کج صحت مند کھانے دا انتخاب ودھ ہندا اے۔¹⁵ ایہس توں علاوہ نوجوان سیاہ فام تے لاطینی نیانھے مٹھے شرب تے دوجے جنک فوڈ لئی بوبتیاں مشہوریاں دا ہدف نیں۔ سال 2019 وچ میک ڈونلڈ، ڈومینوز تے ٹیکو بیل ورگی زنجیراں نیں سیاہ فام تے ہسپانوی نیانیاں تے وڈھی عمر دے نیانیاں نوں نشانہ بناؤں لئی ٹی وی مشہوریاں اتے 1.5 ارب ڈالر توں ودھ خرچ کیتے تے اینہاں فاسٹ فوڈ اشتہاراں وچ نیانیاں دے کھانیاں نوں نئیں بلکہ پوری کیلوری، بالغ سائز، باقیدہ مینو آئٹمز دی مشہوری کیتی۔¹⁶

سوال: کیہ سٹی کونسل نیں پہلاں ای کوئی بل منظور نہیں کیتا جینیں ایہہ کیتا؟

الف: 2021 دے اخیر اچ منظور ہون آلے بل دا ورژن کئی وجہ توں مازا ہو گیا سی تے ایہدے وچ صرف پہلاں دے پیک کیتان گیاں شیواں (جسراں کہ کولر ڈرنکس) ناں شامل کیتا گیا اے۔ نویں بل اچ فاؤنٹین ڈرنکس سمیت ساریاں مینو شیواں نوں شامل کیتا جاؤ گا۔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. Available 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, 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)