

美國食品藥物管理局（FDA）提案更新食品營養標示



為了讓美國消費者可以完全明瞭日常購買食品所蘊含的營養內容，美國食品藥物管理局（Food and Drug Administration, FDA）於二月提案更新現行食品營養標示（Nutrition Facts Label）所必須彰顯的營養物內容。本次食品營養標示的調整，主要是針對從最新飲食建議、共識報告與全國調查數據所彙整出的結果，就攸關消費者疾病、健康與日常需求的營養物，重新就標示內容進行調整，以強化食品安全的資訊透明，落實保障消費者在選擇食品的資訊平等地位。以下，將針對本次主要調整事項分別作簡要說明：

在新的食品營養標示中，首先，要求額外列出添加糖（added sugars）的數量，以避免消費者因食用過多的糖分而導致肥胖（obesity）或促發其他疾病的發生；第二，要求更新食品營養物份量（serving size），對於食品營養標示需顯示消費者「實際食用」的份量，而非顯示消費者「可能食用」的份量；第三，要求標示鉀（potassium）與維他命D（vitamin D）的含量，以反應相關報告顯示美國人普遍對於鉀與維他命D有攝取不足的現象；第四，調整不同營養素（例如：鈉、膳食纖維與維他命D）的每日攝取標示，使消費者瞭解食品所含營養素內容；第五，持續要求標示總體脂肪（Total Fat）、飽和脂肪（Saturated Fat）與反式脂肪（Trans Fat），並去除卡路里來自脂肪的標示，以提供消費者攸關其健康更有用的資訊；最後，針對食品營養標示的型式進行調整，強調例如像是卡路里、份量與每日攝取比率之標示，以緩和美國近來日益嚴重的肥胖與心臟疾病等問題。

考量美國公共健康問題日益浮出檯面，FDA近來針對食品營養標示型式與內容進行調整，希望藉由資訊透明化的方式，讓消費者明瞭市售食品營養素是否影響自身健康，以作為挑選食品時的首要考量，進而降低不健康食品對消費者所帶來的危害。鑑於近來台灣食安問題日益嚴重，衛生主管機關是否亟需就食品營養標示，參酌美國或國外規範重新另作檢視，來確保消費者買得放心、食得安心，並吃出健康，則是現行衛生主管機關需另考量的重點。

本文為「經濟部產業技術司科技專案成果」

相關連結

- [CNN, Fat, calories, sugar : Nutrition labels getting a makeover](#)
- [The White House, The White House and FDA Announce Proposed Updates to Nutrition Facts Label](#)
- [U.S. Food and Drug Administration, FDA proposes updates to Nutrition Facts Label on Food Packages](#)

葉于豪 編譯整理

上稿時間：2014年04月

資料來源：

U.S. Food and Drug Administration, FDA proposes updates to Nutrition Facts Label on Food Packages, <http://www.fda.gov/NewsEvents/Newsroom/PressAnnouncements/ucm387418.htm> (last visited Mar. 6, 2014).

The White House, The White House and FDA Announce Proposed Updates to Nutrition Facts Label, <http://www.whitehouse.gov/the-press-office/2014/02/27/white-house-and-fda-announce-proposed-updates-nutrition-facts-label> (last visited Mar. 6, 2014).

CNN, Fat, calories, sugar : Nutrition labels getting a makeover, <http://edition.cnn.com/2014/01/24/health/food-labels-fda/> (last visited Mar. 6, 2014).

 推薦文章