भारत सरकार

स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण मंत्रालय

स्वास्थ्य अनुसंधान विभाग

लोकसभा

अतारांकित प्रश्न संख्या 3421

7 अगस्त, 2026 को उत्तर दिए जाने के लिए

अल्ट्रा-प्रसंस्कृत खाद्य पदार्थों का प्रभाव

†3421. श्री वी. वैथिलिंगमः

क्या **स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण** मंत्री यह बताने की कृपा करेंगे किः:

(क) तंबाकू उत्पादों तथा अन्य लत उत्पन्न करने वाले पदार्थों के समान अल्ट्रा-प्रसंस्कृत खाद्य पदार्थों में भी लत-जैसे व्यवहारगत गुण होने संबंधी हाल के अध्ययनों के संबंध में सरकार का क्या दृष्टिकोण है;

(ख) अल्ट्रा-प्रसंस्कृत खाद्य पदार्थों के सेवन तथा मोटापा, मधुमेह, हृदय एवं रक्तवाहिका संबंधी रोगों, मानसिक स्वास्थ्य संबंधी समस्याओं तथा अन्य गैर-संचारी रोगों के बीच संबंध के विषय में सरकार द्वारा कराए गए वैज्ञानिक अध्ययन, विशेषज्ञ परामर्श तथा स्वास्थ्य जोखिम संबंधी आकलन क्या है;

(ग) विशेषकर बच्चों एवं किशोरों के बीच अल्ट्रा-प्रसंस्कृत खाद्य पदार्थों के सेवन से जुड़े जोखिमों तथा इनके अत्यधिक सेवन के संबंध में जन-जागरूकता, पोषण साक्षरता एवं उपभोक्ता समझ विकसित करने के लिए सरकार द्वारा परिकल्पित पहलों का ब्यौरा क्या है;

(घ) अल्ट्रा-प्रसंस्कृत खाद्य पदार्थों के संबंध में उत्पाद की लेबलिंग, विज्ञापन के तौर-तरीके, विपणन संबंधी प्रतिबंधों तथा पोषण संबंधी जानकारी के प्रकटीकरण के लिए वर्तमान में क्या नियामकीय व्यवस्थाएं उपलब्ध हैं; और

(ङ) देशभर में निर्भरता के जोखिम को कम करने, अधिक स्वास्थ्यकर भोजन संबंधी आदतों को बढ़ावा देने तथा निवारक जन-स्वास्थ्य उपायों को सुदृढ़ करने के लिए सरकार द्वारा किन उपायों का प्रस्ताव किया गया हैं?

उत्तर

स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण मंत्रालय में राज्य मंत्री

(श्री प्रतापराव जाधव)

(क) और (ख): उपलब्ध वैश्विक वैज्ञानिक साक्ष्य के आधार पर, भारतीय आयुर्विज्ञान अनुसंधान परिषद (आईसीएमआर) ने यह इंगित किया है कि अल्ट्रा-प्रसंस्कृत खाद्य पदार्थों (यूपीएफ) का अधिक सेवन स्वास्थ्य पर पड़ने वाले प्रतिकूल प्रभावों के उच्च जोखिम से जुड़ा हुआ है, जिनमें वजन अधिक होना और मोटापा, टाइप 2 मधुमेह, और

हृदय रोग, साथ ही मानसिक विकार शामिल हैं। ये स्थितियां मूल रूप से बहु-कारक आधारित हैं, और यूपीएफ का उच्च सेवन कई परिवर्तनीय जोखिम कारकों में से एक माना जाता है। इसके अतिरिक्त, उपलब्ध साक्ष्य मुख्य रूप से अवलोकन पर आधारित हैं और ये स्वयं कारण/प्रभाव के रूप में स्थापित नहीं होते हैं। हालांकि, आईसीएमआर ने यह आकलन करने के लिए कोई विशिष्ट अध्ययन नहीं किया है कि क्या अल्ट्रा-प्रसंस्कृत खाद्य पदार्थ तंबाकू उत्पादों और अन्य आदत बनाने वाले पदार्थों से संबंधित खाद्य पदार्थों की तुलना में व्यसन जैसी व्यवहारिक विशेषताओं को प्रदर्शित करते हैं।

(ग) से (ड़): आईसीएमआर ने आगे जानकारी दी है कि उसने अल्ट्रा-प्रसंस्कृत खाद्य पदार्थों के अत्यधिक सेवन से जुड़े स्वास्थ्य जोखिमों के बारे में जागरूकता पैदा करने के लिए कई कदम उठाए हैं। भारतीय आहार संबंधी दिशानिर्देश, 2024 में अतिरिक्त शर्करा के सेवन को सीमित करने, मीठे पेय पदार्थों के बार-बार सेवन से बचने और अत्यधिक प्रसंस्कृत खाद्य पदार्थों के सेवन को कम करने की सलाह दी गई है। इन दिशानिर्देशों में अत्यधिक प्रसंस्कृत खाद्य पदार्थों की पहचान करने और खाद्य लेबल पढ़ने के बारे में विशेष मार्गदर्शन भी शामिल है, ताकि उपभोक्ता सोच-समझकर सही विकल्प चुन सकें। आईसीएमआर ने शिक्षा मंत्रालय और स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण मंत्रालय की 'शुगर बोर्ड्स' पहल के लिए मॉडल बोर्ड बनाने में भी योगदान दिया है। इन सुझावों को अमल में लाने के लिए, आईसीएमआर ने बच्चों और किशोरों के लिए खाने-पीने के माहौल को बेहतर बनाने के मकसद से राष्ट्रीय और अंतरराष्ट्रीय साझेदारों के साथ मिलकर "लेट्स फिक्स अवर फूड (एलएफओएफ)" पहल शुरू की है। यह पहल विद्यालयों में खाने-पीने के सेहतमंद माहौल को बढ़ावा देती है, विद्यालयों, माता-पिता, युवाओं, नीति-निर्माताओं और नागरिक समाज को शामिल करते हुए साक्ष्यों पर आधारित जानकारी और नीतिगत दस्तावेज तैयार करती है, और ऐसे उपायों की वकालत करती है जो सेहतमंद खाने की आदतों को बढ़ावा दें और साथ ही अधिक चीनी, फैट और नमक वाले खाद्य पदार्थों के सेवन को निरुत्साहित करे। इसके अतिरिक्त, आईसीएमआर विभिन्न जनसंख्या समूहों में स्वस्थ आहार प्रथाओं को बढ़ावा देने के लिए सार्वजनिक व्याख्यानों, कार्यशालाओं, प्रशिक्षण कार्यक्रमों, राष्ट्रीय पोषण माह के आयोजन और अन्य स्वास्थ्य अभियानों, मीडिया के माध्यम से जानकारी के प्रसार, और क्षेत्रीय भाषाओं में पोषण शिक्षा सामग्री के विकास के माध्यम से पोषण जागरूकता कार्यक्रम संचालित करता है|

भारतीय खाद्य सुरक्षा और मानक प्राधिकरण (एफएसएसएआई) ने सूचित किया है कि उसने उपभोक्ताओं के बीच स्वस्थ खान-पान की आदतों को प्रोत्साहित करने के लिए निम्नलिखित पहल की हैं:

i. 'ईट राइट इंडिया' अभियान तीन मुख्य स्तंभों पर आधारित है - सुरक्षित खाएं, स्वस्थ खाएं और टिकाऊ खाएं। यह देश के खाद्य पारिस्थितिकी तंत्र को बदलने के लिए सभी हितधारकों का एक सामूहिक प्रयास है, जिसका आदर्श वाक्य है 'सही भोजन, बेहतर जीवन'।
ii. 'आज से थोड़ा कम' अभियान उपभोक्ताओं को खान-पान में बदलाव करके धीरे-धीरे फैट, नमक और चीनी का सेवन कम करने के लिए प्रोत्साहित करता है।
iii. सोशल मीडिया पर "मोटापे को कम करें" और "मोटापे से लड़ें" अभियान के ज़रिए, मोटापे से जुड़ी कई शैक्षिक और जागरूकता सामग्री साझा की जाती हैं।

iv. स्कूली बच्चों, युवाओं और स्वयं सहायता समूह (एसएचजी) के सदस्यों की प्रशंसापत्र क्लिप सोशल मीडिया पर पोस्ट की जाती हैं। बच्चों को मोटापे के खतरों और स्वस्थ खान-पान व नियमित शारीरिक गतिविधि के महत्व के बारे में शिक्षित करने के लिए, बाल-सुलभ एनिमेटेड वीडियो तैयार करके सोशल मीडिया पर प्रसारित किए जाते हैं।

v. लोगों को मज़ेदार और संवादात्मक तरीके से शामिल करने और उन्हें मोटापे व स्वस्थ जीवन के विभिन्न पहलुओं के बारे में शिक्षित करने के लिए, MyGov के सहयोग से 'ईट राइट क्विज़ ऑन ओबेसिटी' नामक क्विज़ प्रतियोगिता अप्रैल 2025 में शुरू की गई।

vi. नागरिकों को जागरूक करने और सही विकल्प चुनने में सक्षम बनाने के लिए 'ईट राइट इंडिया' आंदोलन के अंतर्गत “#हर लेबल कुछ कहता है” जागरूकता अभियान भी चलाया जा रहा है। इसका उद्देश्य उपभोक्ताओं को पोषण संबंधी जानकारी (कैलोरी, वसा, चीनी, प्रोटीन, सर्विंग साइज़), सामग्री की सूची, एलर्जी संबंधी चेतावनी और तारीख के चिह्नों जैसे प्रमुख तत्वों के बारे में शिक्षित करना है।

एफएसएसएआई ने आगे सूचित किया है कि उसने विभिन्न खाद्य उत्पादों के गुणवत्ता और सुरक्षा मानकों को अधिसूचित किया है, जो कोडेक्स जैसे अंतर्राष्ट्रीय मानकों के अनुरूप हैं। खाद्य उत्पादों में चीनी, नमक और वसा की मात्रा एफएसएसएआई द्वारा उसके मौजूदा नियमों और विनियमों के तहत विनियमित की जाती है। एफएसएसएआई ने खाद्य उत्पाद लेबलिंग और विज्ञापन प्रथाओं को विनियमित करने के लिए निम्नलिखित कदम उठाए हैं:

i. निम्नलिखित प्रमुख प्रावधानों के साथ खाद्य सुरक्षा और मानक (लेबलिंग और प्रदर्शन) विनियम, 2020 अधिसूचित किए गए:

- पहले से पैक किए गए खाने के बारे में किसी भी लेबल या लेबलिंग में इस तरह से नहीं बताया या दिखाया जाएगा जो गलत, गुमराह करने वाला या धोखा देने वाला हो या जिससे किसी भी तरह से उसके बारे में गलत राय बने;

- उत्पाद लेबल पर पोषण संबंधी जानकारी जैसे कुल वसा, अतिरिक्त शर्करा, कुल शर्करा, कार्बोहाइड्रेट, प्रोटीन, ऊर्जा और सोडियम की मात्रा, साथ ही अनुशंसित आहार भत्ता (आरडीए) में प्रति सर्विंग योगदान का प्रतिशत बताना अनिवार्य है।

- सभी पैकेज्ड खाद्य वस्तुओं पर सामग्री की सूची, वज़न या आयतन के आधार पर उनकी संरचना के घटते क्रम में दर्शाया जाना आवश्यक है, जिसमें पाम ऑयल, प्रिज़र्वेटिव, रंग और एडिटिव्स भी शामिल हैं, जैसा भी लागू हो।

ii. विज्ञापनों और दावों को विनियमित करने के लिए निम्नलिखित प्रमुख प्रावधानों के साथ खाद्य सुरक्षा और मानक (विज्ञापन और दावे) विनियम, 2018 अधिसूचित किए गए:

- विज्ञापनों और दावों से स्वस्थ जीवन शैली के महत्व को कम नहीं आंका जाना चाहिए और खाद्य उत्पादों का कोई भी ऐसा विज्ञापन नहीं होना चाहिए जो उपभोक्ताओं को गुमराह करे।
- खाद्य या पेय पदार्थों के विज्ञापनों को भोजन के विकल्प के रूप में तब तक प्रचारित या प्रस्तुत नहीं किया जाएगा, जब तक कि विशेष रूप से अनुमति न दी गई हो।
- दावे सत्य, स्पष्ट, सार्थक होने चाहिए और भ्रामक नहीं होना चाहिए, तथा उपभोक्ताओं को दी गई जानकारी को समझने में सहायक होने चाहिए।
- दावों के द्वारा यह नहीं बताया, सुझाया या इंगित किया जाएगा कि एक संतुलित और विविध आहार शरीर की आवश्यकता के अनुसार पोषक तत्वों की उचित मात्रा प्रदान नहीं कर सकता है।
- जहाँ दावा किया गया लाभ, भोजन तैयार करने की विधि से संबंधित है या उस पर निर्भर है, तो उसे लेबल पर प्रदर्शित किया जाएगा।
- यह दावा कि किसी खाद्य पदार्थ में कुछ निश्चित पोषण या स्वास्थ्य संबंधी विशेषताएँ हैं, वैज्ञानिक रूप से प्रमाणित होना चाहिए।
- उक्त विनियमों की अनुसूची I उन शर्तों को निर्धारित करती है जिनके तहत किसी पोषक तत्व या खाद्य घटक को 'कम', 'उच्च/समृद्ध', 'मुक्त' और 'स्रोत' जैसे दावों का उपयोग करके वर्णित किया जा सकता है।
- इन विनियमों के तहत मानकीकृत नहीं किए गए अन्य प्रकार के दावों के लिए खाद्य प्राधिकरण से अनुमोदन की आवश्यकता हो सकती है और उन्हें ठोस वैज्ञानिक साक्ष्य द्वारा समर्थित किया जाना चाहिए।
- ऐसा कोई दावा नहीं किया जाएगा जो किसी बीमारी, विकार या खास शारीरिक हालत की रोकथाम, राहत, इलाज या इलाज के लिए खाने के उपयुक्त होने के बारे में हो, जब तक कि खाद्य सुरक्षा और मानक अधिनियम, 2006 के तहत बनाए गए किसी दूसरे नियम के तहत विशेष रूप से अनुमति न दी गई हो।
- बिक्री हेतु खाद्य पदार्थ के किसी भी पैकेज के लेबल पर "चिकित्सकों, पोषण विशेषज्ञों या स्वास्थ्य विशेषज्ञों द्वारा अनुशंसित" या ऐसे कोई शब्द नहीं होने चाहिए जिनसे यह लगे या माना जाए कि खाद्य पदार्थ चिकित्सकों द्वारा अनुशंसित, निर्धारित, या अनुमोदित या चिकित्सा उद्देश्यों के लिए अनुमोदित है।

इसके अतिरिक्त, निर्धारित मानकों से किसी भी प्रकार का विचलन या खाद्य सुरक्षा और मानक नियमों (एफएसएसआर) का उल्लंघन करने पर, खाद्य सुरक्षा और मानक अधिनियम, 2006 और उसके अधीन बनाए गए नियमों के अनुसार, नियमों का पालन न करने वाले खाद्य व्यवसाय संचालकों (एफबीओ) के खिलाफ विनियामक और दंडात्मक कार्रवाई की जाएगी।

*****