



关于超加工食品和含糖饮料的事实

影响：健康（[国际癌症研究机构](#)、[世界癌症研究基金会](#)和[世界肥胖地图](#)）。

- 约有 20 亿成年人有高身体质量指数 (BMI) ，其中 8 亿人患有肥胖症 (BMI \geq 30) 。
- 到 2030 年，全球 10 亿人中，五分之一的女性和七分之一的男性会有肥胖问题。
- 中低收入国家/地区 (LMICs) 受影响程度最大，肥胖人数自 2010 年增长了双倍多，低收入国家/地区肥胖人数甚至增长了三倍。
- 肥胖与 12 种癌症有关联，分别是：口腔、咽和喉癌；食道癌；胃癌；胰腺癌；胆囊癌；肝癌；结肠和直肠癌；绝经后乳腺癌；卵巢癌；子宫内膜或子宫癌；前列腺癌和肾癌。
- 肥胖最容易在女性中引起的五种癌症分别为乳腺癌、子宫癌、胆囊癌、肾癌和结肠癌。
- 肥胖最容易在男性中引起的五种癌症分别为结肠癌、肾癌、直肠癌、胰腺癌和食道癌。
- 肥胖患者经常遭受污名化和歧视，在医疗环境中也是如此（[世界肥胖联盟](#)）。
- [肥胖是由多种因素导致的](#)，这些因素无法由个人控制。除遗传因素外，[有毒食物环境](#)和落后的营养教育也会导致肥胖 ([Healthline](#)) 。
- 不健康的饮食选择通常更加廉价（根据一份对 10 个国家的 27 项研究的[回顾](#)，约比健康食品每日少花 1.50 美元）、更加方便（更快烹煮或购买）且更加容易满足对盐或糖的需求 ([Plutus Foundation](#)) 。

食品和饮料业

- 在 2019 年，美国快餐店在广告费上投入 50 亿美元，与 2012 年相比增长超过了 9%。（[2021 年快餐事实](#)）
- 广告持续以西班牙裔和非裔青年为目标群体，且快餐店没有积极推出更健康的菜单。在 2019 年，美国学龄前儿童、儿童和青少年平均每天观看 2.1 到 2.3 次快餐电视广告，其中非裔学龄前儿童和青少年观看的快餐广告数量约比同龄白人多出 75%。

- 不健康食品业通常支持对其商业发展有利的研究；比如，可口可乐支持的研究显示含糖饮料与糖尿病之间没有关联。（[世界营养期刊](#)）
- 一项开展于印度的研究发现大多数包装食品和快餐食品中盐和脂肪的含量非常高，远远高出印度食品安全和标准局设定的标准。（[科学与环境中心](#)，印度）

全球承诺

- 在2013年，各国政府共同通过了一[系列减少非传染性疾病的志愿目标](#)，旨在2025年前实现包括将肥胖率降低至2010年水平的目标。目前所有的国家都偏离了轨道，大多数国家实现这一目标的可能性不足10%。
- [欧盟](#)有一系列解决糖摄入问题的法规和自发性（行业自律）政策，并且限制向儿童推销高糖、高盐和高脂肪的食物；[欧盟承诺](#)便是行业自律一项努力的成果。