NYU & Yale：餐廳標示卡路里，改變不了民眾的飲食習慣
(Calorie Postings Don’t Change Habits, Study Finds)

駐紐約文化組（EDU/TW/NY/1684）

紐約大學與耶魯大學數名教授，藉由追蹤消費者在紐約市貧窮區的麥當勞、溫蒂、漢堡王、肯德基等四家速食店點餐情形，研究發現，自從紐約市規定餐廳標示卡路里含量後，民眾飲食習慣幾乎沒有改變，顯然胃比腦更能影響人們做決定。

研究人員觀察，一半的顧客會注意餐廳標示的卡路里含量，這一半的人當中有 28%認為標示會影響他們點餐，但最後只有不到 12%的民眾會因此選擇較健康的食物。

不過當經過研究人員比對點餐發票後，民眾選擇食物的卡路里含量，卻反而高於在 2008 年 7 月標示法生效之前所點食物的卡路里含量。正當政府推行健康飲食之際，這份報告剛好刊載於最新一期的「健康期刊」（Health Affairs），令人覺得有點諷刺。紐約大學醫學院助理教授 Brian Elbel 認為，顯然餐廳的標示對民眾的正面影響還不夠。

這份研究的受訪者主要是針對包括哈林區、布朗區等紐約市數個較為貧窮的區域的黑人及西班牙語裔的消費者，以及還未實行卡路里標示政策的新澤西州紐華克市民眾。因為以往報告顯示，這些貧窮區民眾肥胖和糖尿病的機率較高。研究人員在實施標示前兩週及實施之後四週，收集了 1100 份收據，完成以上結果。

報告指出，實施標示政策後，紐約市的民眾一餐的熱量平均值約在 846 卡路里，實施前則為 825 卡路里；而紐華克市民實施前後的熱量平均值大概在 825 卡路里左右。營養專家及公共衛生學者認為，從研究結果顯示民眾很難改變飲食習慣，但並不能因此而放棄卡路里標示政策。

專家則提到，營養並非低收入民眾最優先的考量點，因為經濟條件不足，他們對於餐點價錢的在意程度遠高於卡路里含量多寡。所以報告只針對此特定族群可能會無法反映出真實情況。而紐約市衛生官員也提到，此

份報告的調查時間點就在政策實施之後，民眾飲食習慣的改變或許還沒辦法立即顯現出來。

在紐約大學做這份報告的同時，市政府也針對 1 萬 2,000 家餐廳進行收據的調查，分析結果將會數個月後公布，了解民眾的飲食習慣是否真的改變不大。

參考資料來源：紐約時報 (The New York Times)
http://www.nytimes.com/2009/10/06/nyregion/06calories.html?partner=rssnyt&emc=rss
資料日期：2009 年 10 月 6 日

國立教育資料館 NATIONAL INSTITUTE OF EDUCATIONAL RESOURCES AND RESEARCHES