

美國州立法限制校園垃圾食物有成效

駐美國臺北經濟文化代表處文化組

肥胖確實是現代人的一項通病。美國飲食控制與預防中心(The U. S. Centers for Disease Control and Prevention)的研究調查報告就指出：美國有將近三分之一的成年人有肥胖問題(官方網頁請詳見資料來源四)。而肥胖問題也發現與其他身體疾病，例如心臟疾病或癌症等息息相關。美國飲食控制與預防中心(The U. S. Centers for Disease Control and Prevention)的研究調查報告亦指出：2008 年間與肥胖相關的醫療成本約一千四百七十億美元；此外，肥胖人士所花費的醫療成本比一般體重人士多出約一千五百美元。可見肥胖問題不僅影響外表、傷身、也相對地耗費大量的醫療成本。因此，美國有些州政府就直接立法限制校園高卡路里(calorie)食物與飲料的販售。

最新一份發表於Pediatrics期刊的研究(詳見資料來源二)證實了這樣的立法效果。該研究指出：居住於有立法限制校園垃圾食物的州的學童有較低的美國身體質量指數(body mass index，簡稱BMI)。該研究的主要目的在於了解美國州政府立法校園垃圾食物的成效如何。研究樣本係來自「學童長期追蹤資料庫(Early Childhood Longitudinal Study-Kindergarten Class，詳見資料來源三)」，共四十州約六千三百位學童。參與研究的學童分別於五年級與八年級春天提供BMI數據資料。相關的食物立法包含校園是否販售汽水(soda)、糖果(candy)、零食或垃圾食物(snack and junk foods)等。據此，研究者可將各州分類為嚴格、寬鬆、以及無食物立法的州。有些州因為有特定的(specific, required standards)校園食物標準，因此這些州的食物規範為嚴格(strong)；有些州則是採取較為寬鬆的校園食物管制；而有些州政府無任何的法令規定。研究者先將學童的BMI與州立法情形進行配對，接著測量從 2003 年到 2006 年之間的「州校園食物立法」與「學童BMI」之間的關係。研究發現一個普遍的趨勢是：當州立法規範校園食物越嚴格時，學生的BMI有最佳的效果。尤其，當學童連續三年居住於立法最嚴格的州時，他們的BMI成長速度(BMI gains)最慢、控制得最好。其他居住於立法較寬鬆的州的學童以及居住於無此法令的州的學童有差不多的BMI成長速度。換言之，那些居住於立法最嚴格的州的學童(從五年級到八

年級)較不容易過重或過胖。該研究也指出，2003 年居住於立法較寬鬆的州的學童比起居住於無此立法的學童有較少的BMI成長。然而，居住於無此立法的學童相較於居住於立法嚴格的州的學童竟有兩倍以上的BMI成長。就 2006 年的資料而言，學童擁有有最少的BMI成長係居住於立法較寬鬆的州，而非居住於立法最嚴格的州。這是比較超乎預期的研究結果。綜合上述發現，該研究歸納研究結果如下：校園食物管制的立法能改善青少年的肥胖問題。

美國農業部門(The U. S. Department of Agriculture)希望於今年能提出一套食物規範標準，用以說明哪些食物與飲品能在校園外的自助餐廳販售。美國飲食控制與預防中心(The U. S. Centers for Disease Control and Prevention)也於八月中旬釋出最新的年度各州成人肥胖情形資料(latest annual state-by-state data regarding obesity prevalence among adults)，詳細資料可參見資料來源四。

譯稿人：陳滢方

資料來源：

[1] Toporek, B. (August 15). Laws Limiting Schools' Junk Food Linked to Lower Student BMIs. Education Week.

[2] Taber, D. R., Chriqui, J. F., Perna, F. M., Powell, L. M., & Chaloupka, F. J. (August 13, 2012). Weight Status Among Adolescents in States That Govern Competitive Food Nutrition Content. *Pediatrics*, originally published online August 13, 2012; DOI: 10.1542/peds.2011-3353

[3] Early Childhood Longitudinal Program (ECLS). From <http://nces.ed.gov/ecls/kindergarten.asp>

[4] The U.S. Centers for Disease Control and Prevention. From <http://www.cdc.gov/obesity/data/adult.html>