

加拿大校園禁售垃圾食品，有助降低學生肥胖問題

駐溫哥華辦事處教育組

為改善學生肥胖問題，過去 12 年來，加拿大許多省份陸續禁止學校販售垃圾食品(junk food)。最近一項研究調查顯示，此舉確實有助於增進學生身體健康。

紐布朗維克大學(University of New Brunswick)健康經濟學者 Philip Leonard 研究分析「加拿大社區健康調查」8 年間的數據中，調查了 15 萬 3 千名 12 歲至 25 歲年輕人的身高體重指數(BMI)，其中有超過 2 萬 2 千名學生至少在過去一年，無法在校內購買垃圾食品。研究顯示，當學生無法在校園內購買垃圾食品時，每一年他們的身高體重指數則會相對降低 0.05。當學生無法在校園內購買垃圾食品長達 5 年或以上時，這些學生的體重比不受禁止的學生平均輕兩磅。Philip Leonard 認為，雖然這個差距並不是很大，但意味著這項政策是正確的方向，配合其他類似的措施，長期下來肯定會有顯著的效果。同時，研究也發現，禁止垃圾食品對於女性的影響大於男性。但是 Philip Leonard 表示尚不清楚原因。而年紀較小的學生效果也較佳，這可能是年紀較大的學生有較高的機率至校外購買食物。

根據世界衛生組織(World Health Organization, 簡稱 WHO)的標準，加拿大統計局(Statistic Canada)的數據指出，在 2009 年至 2011 年間，有 31.5%的加國兒童和青少年過重或肥胖。2005 年，紐布朗維克省成為加拿大第一個禁止學校販售垃圾食品的省份，愛德華王子島(Prince Edward Island)同年跟進，Nova Scotia 省及魁北克省於 2007 年跟進，而卑詩省和安大略省則分別從 2008 年和 2011 年開始禁售。

資料來源:2017 年 6 月 26 日 Globe and Mail、明報