



Issai

भारतीय खाद्य सुरक्षा और

मानक प्राधिकरण

विश्वास के प्रेरक, सुरक्षित और पोषक आहार के आश्वासक

तुरंत जारी करने के लिए

प्रेस विज्ञप्ति

माननीय केंद्रीय स्वास्थ्य मंत्री द्वारा एफ.एस.एस.ए.आई के 'ट्रांस-फैट मुक्त' लोगो का लोकार्पण; पाककर्मियों ने ट्रांस-फैट मुक्त भोजन बनाने की शपथ ली

नई दिल्ली, 04 अक्टूबर, 2019: डॉ. हर्षवर्धन, केंद्रीय स्वास्थ्य और परिवार कल्याण मंत्री ने आज एअरो सिटी, नई दिल्ली में आयोजित आठवें अंतर्राष्ट्रीय पाककर्मि सम्मेलन में 'ट्रांस-फैट मुक्त' लोगो का औपचारिक रूप से लोकार्पण किया। ट्रांस-फैट की समाप्ति के अभियान को स्वास्थ्य और परिवार कल्याण मंत्रालय के अंतर्गत एफ.एस.एस.ए.आई की अगुआई में 'ईट राइट इंडिया' अभियान में तेजी लाने के महत्वपूर्ण कदमों में से एक माना गया।

खाद्य सुरक्षा और मानक (विज्ञापन और दावे) विनियम, 2018 के अनुपालन में ट्रांस-फैट मुक्त वसा/तेल तथा खाद्य में 0.2 ग्रा/100 ग्रा से अनधिक औद्योगिक ट्रांस-फैट का उपयोग करने वाले खाद्य प्रतिष्ठान अपने यहाँ और अपने उत्पादों पर 'ट्रांस-फैट मुक्त' लोगो प्रदर्शित कर सकते हैं। उक्त लोगो का उपयोग स्वैच्छिक है।

अपने अभिभाषण में डॉ. हर्षवर्धन, माननीय केंद्रीय स्वास्थ्य और परिवार कल्याण मंत्री ने कहा, 'ट्रांस फैट सबसे बुरी वसाएँ होती हैं, जिनके स्वास्थ्य जोखिम सबको ज्ञात हैं। भारत खाद्य आपूर्ति श्रृंखला से इसकी समाप्ति के लिए प्रतिबद्ध है और इसे 2022 तक समाप्त कर देने के ध्येय की ओर बढ़ रहा है; यह डब्ल्यू.एच.ओ द्वारा तय वैश्विक लक्ष्य से एक वर्ष पूर्व होगा। एफ.एस.एस.ए.आई उद्योगों में उत्पादित ट्रांस-फैटी एसिडों को 2022 तक चरणबद्ध रूप में 2% से कम करने के लिए प्रतिबद्ध है और इसने 'इंडिया@75; ट्रांस-फैटों से मुक्ति' ध्येय के साथ ट्रांस-फैटों से मुक्ति के लिए कमर कस ली है।' यह बड़ी खुशी की बात है कि देश भर के पाककर्मि एफ.एस.एस.ए.आई को इस प्रयोजन में सहयोग करने के लिए एकत्रित हुए और स्वस्थ भारत बनाने के लिए एकजुट हुए।' उन्होंने ट्रांस-फैट को समाप्त करने के लिए पकाई की ज्यादा स्वास्थ्यकर रीतियाँ स्वैच्छिक रूप से अपनाने के लिए बेकरियों की भी प्रशंसा की। डॉ. हर्ष वर्धन ने आगे कहा, 'पाककर्मि हमारे खाद्य ईकोसिस्टम के बहुत महत्वपूर्ण अंग होते हैं और जीवन में बढ़ती जटिलताओं के कारण लोगों

में बाहर खाना खाने की प्रवृत्ति के बढ़ने के कारण पाककर्मियों की यह सुनिश्चित करने की जिम्मेदारी बढ़ जाती है कि परोसा

गया भोजन न केवल सुरक्षित और स्वादिष्ट हो, बल्कि ज्यादा स्वास्थ्यकर तथा पर्यावरण के हिसाब से अनुकूल भी हो।' उन्होंने विभिन्न हितधारकों को एकजुट करने तथा 'ईट राइट इंडिया' अभियान को और आगे ले जाने के लिए एफ.एस.एस.ए.आई के प्रयासों की सराहना भी की।

डॉ. हर्ष वर्धन ने 'चेफ्स 4 ट्रांस-फैट फ्री' नारा भी जारी किया, जिसके तहत देश के विभिन्न भागों से 1,000 से अधिक पाककर्मियों ने अपने नुस्खों में ट्रांस-फैट मुक्त तेलों/वसाओं का उपयोग करने और अंततः इसे भारतीय जनता के आहारों से समाप्त कर देने की दिशा में प्रतिबद्ध होने की शपथ ली। डॉ. हर्ष वर्धन ने अपने उत्पादों में ट्रांस-फैट मुक्त वसाओं/तेलों का उपयोग करने वाली अथवा भविष्य में इसके लिए प्रतिबद्ध होने वाली अनेक बेकरियों की प्रशंसा भी की।

औद्योगिक ट्रांस-फैट द्रव वनस्पति तेलों में हाइड्रोजन मिलाकर बनाए जाते हैं, जिससे वे अधिक ठोस बन सकें और खाद्यों की भंडारण अवधि बढ़ सकें। अंशतः हाइड्रोजनीकृत वनस्पति वसाओं/तेलों, मार्जरीन और बेकरी शोर्टनिंगों में ट्रांस-फैट बहुतायत रूप में विद्यमान होते हैं और ये बेक किए गए तथा तले गए खाद्य पदार्थों में मिलते हैं। उद्योगों में उत्पादित ट्रांस-फैटों के सेवन से होने वाली हृदवाहिनी की बीमारी से विश्व में हर वर्ष 51,00,000 और भारत में 60,000 से अधिक लोगों की मृत्यु होती है।

- श्री पवन अग्रवाल, मुख्य कार्यकारी अधिकारी ने कहा, "एफएसएसएआई चरणबद्ध रूप से वर्ष 2022 तक उद्योगों में उत्पन्न ट्रांस फैटी एसिड को कम करके 2% तक करने के लिए प्रतिबद्ध है। यह ट्रांस फैट मुक्त - 'इंडिया@75; ट्रांस फैट मुक्त'- प्राप्त करने के हमारे उद्देश्य के अनुरूप है। मुझे उम्मीद है कि इस लक्ष्य को प्राप्त करने में पाककर्मियों हमारे साथ मिलकर कार्य करेंगे।"

इस आयोजन के दौरान, एफ.एस.एस.ए.आई की 'स्वच्छता रेटिंग और खाद्य सेवन के सही स्थान' योजना के संबंध में भी सत्र आयोजित किए गए। यह योजना ऑनलाइन है और अंक प्रदान करने की पारदर्शी और रेटिंग प्रणाली है जिसका लक्ष्य उपभोक्ताओं को घर से बाहर खाद्य सेवन के समय खाद्य के संबंध में सुविज्ञ पसंद से उन्हें सशक्त बनाना है। पाक कर्मियों को यह अखिल भारतीय योजना अपनाने के लिए

प्रोत्साहित किया गया ताकि वे इस बात पर गर्व कर सकें कि उनके यहां खाद्य सेवन का सही स्थान है। भारतीय व्यंजनों में से सोडियम/नमक की मात्रा कम करने की जरूरत के संबंध में भी एक अन्य सत्र आयोजित किया गया। अतिशय मात्रा में नमक के सेवन से उच्च रक्त चाप की स्थिति उत्पन्न होती है जो दिल का दौरा पड़ने का एक बड़ा कारण होता है। भारत में प्रत्येक 6 मौतों में से एक मौत का कारण अधिक मात्रा में नमक का सेवन होता है। विश्व स्वास्थ्य संगठन ने यह संस्तुति की है कि वयस्कों के लिए नमक के सेवन की मात्रा प्रति दिन 5 ग्राम (~2100 mg सोडियम) है, जबकि औसत भारतीय संस्तुत मात्रा (5 ग्राम प्रतिदिन) से दो गुनी अधिक मात्रा (लगभग 11 ग्राम प्रतिदिन) में नमक का सेवन करता है। नमक की कम मात्रा का प्रयोग करते हुए पाककर्मियों को व्यंजन तैयार करने के लिए प्रेरित किया गया था, क्योंकि इससे दिल का दौरा पड़ने के खतरे में कमी आती है और जो लोग उच्च रक्त चाप से पीड़ित नहीं हैं, उन्हें भी दिल का दौरा पड़ने का खतरा कम हो जाता है।

एफ.एस.एस.ए.आई अपने 'ईट राइट इंडिया' अभियान के माध्यम से आहार में नमक, चीनी और वसा की खपत को सीमित करने के बारे में उपभोक्ताओं को निरन्तर शिक्षित करने के लिए प्रयास करती रहती है। विगत में, खाद्य प्राधिकरण ने 'आज से थोड़ा कम' जैसे अभियान शुरू किए थे जिनके अंतर्गत वसा, चीनी और नमक की अधिक मात्रा से युक्त खाद्य पदार्थों के उपभोग को सीमित करने के लिए उपभोक्ताओं का ध्यान आकर्षित करने हेतु राष्ट्रीय पुरस्कार विजेता अभिनेता श्री राज कुमार राव को जोड़ा गया। इसके अतिरिक्त, एफ.एस.एस.ए.आई ने "हर्ट अटैक रिवाइंड" अभियान भी प्रारंभ किया था, ताकि उपभोक्ताओं को ट्रांस-फैट के बुरे प्रभावों से शिक्षित किया जा सके और खाद्य पदार्थों में इसकी कम मात्रा में सेवन के प्रति लोगों में विश्वास उत्पन्न किया जा सके। हाल ही में, श्रेष्ठ क्रिकेट खिलाड़ी और भारतीय क्रिकेट टीम के कप्तान श्री विराट कोहली 'ईट राइट इंडिया' आंदोलन से जुड़े हैं, ताकि वे अपने शुभचिंतकों को 'ईट राइट, स्टे फिट, तभी इंडिया सुपर हिट' के राष्ट्रव्यापी अभियान का संदेश दे सकें।

इस अवसर पर खाद्य क्षेत्र के लोग भी उपस्थित थे, जिनमें वैज्ञानिक समुदाय, उद्योग और औद्योगिक एसोसिएशन, चिकित्सा और पोषण विशेषज्ञों के साथ-साथ

विश्व के ख्याति-प्राप्त पाककर्मि सन्मिलित थे। उन्होंने खाद्य आपूर्ति से ट्रांस-फैट को समाप्त करने की आवश्यकता को उजागर किया।

मीडिया संबंधी जानकारी के लिए संपर्क करें :

रुचिका शर्मा

भारतीय खाद्य सुरक्षा और मानक प्राधिकरण

E-sharmaruchika.21@gmail.com