

भारत सरकार
स्वास्थ्य और परिवार कल्याण मंत्रालय
स्वास्थ्य और परिवार कल्याण विभाग

लोक सभा
अतारांकित प्रश्न संख्या: 1272
दिनांक 06 फरवरी, 2026 को पूछे जाने वाले प्रश्न का उत्तर

कृत्रिम शर्करा और स्वास्थ्य पर इसका प्रभाव

†1272. श्री बालाशौरी वल्लभनेनी:

क्या स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण मंत्री यह बताने की कृपा करेंगे कि:

(क) क्या यह सच है कि विश्व स्वास्थ्य संगठन (डब्ल्यूएचओ) ने वजन को नियंत्रित करने और मधुमेह जैसी जीवन-शैली से जुड़ी बीमारियों को रोकने के लिए कृत्रिम शर्करा का उपयोग न करने की सिफारिश की है और यदि हां, तो तत्संबंधी ब्यौरा क्या है;

(ख) क्या यह भी सच है कि कृत्रिम शर्करा के अधिक सेवन से टाइप-2 मधुमेह के जोखिम में 23 प्रतिशत और हृदय रोगों में 32 प्रतिशत तथा उच्च रक्तचाप, मूत्राशय के कैंसर आदि के जोखिम में 13 प्रतिशत की वृद्धि होने की सूचना मिली है और यदि हां, तो तत्संबंधी ब्यौरा क्या है; और

(ग) क्या आहार और शून्य कैलोरी वाले शीतल पेयों में उपयोग किए जाने वाले कृत्रिम शर्करा के सेवन से स्वास्थ्य पर कोई प्रतिकूल प्रभाव पड़ता है और यदि हां, तो तत्संबंधी ब्यौरा क्या है?

उत्तर

स्वास्थ्य और परिवार कल्याण मंत्रालय में राज्य मंत्री
(श्री प्रतापराव जाधव)

(क) से (ग): भारतीय आयुर्विज्ञान अनुसंधान परिषद (आईसीएमआर) ने सूचित किया है कि विश्व स्वास्थ्य संगठन (डब्ल्यूएचओ) ने मई 2023 में एक दिशानिर्देश जारी किया था जिसमें वजन नियंत्रण या मधुमेह और

हृदय रोग जैसी जीवनशैली संबंधी बीमारियों की रोकथाम के लिए गैर-शर्करा (कृत्रिम) मिठास के उपयोग के खिलाफ सलाह दी गई थी। डब्ल्यूएचओ ने कृत्रिम शर्करा के साथ चीनी को प्रतिस्थापित करने के बजाय आहार में शर्करा की समग्र मात्रा को कम करने की सिफारिश की है।

विश्व स्वास्थ्य संगठन (डब्ल्यूएचओ) द्वारा मूल्यांकित किए गए अध्ययनों सहित बड़े व्यवस्थित समीक्षाओं और मेटा-विश्लेषणों से प्राप्त साक्ष्य बताते हैं कि गैर-शर्करा (कृत्रिम) मिठास के अधिक सेवन से स्वास्थ्य पर प्रतिकूल प्रभावों का खतरा बढ़ जाता है। इन समीक्षाओं में टाइप 2 मधुमेह का 23% अधिक जोखिम, हृदय रोगों का 32% अधिक जोखिम और उच्च रक्तचाप तथा मूत्राशय कैंसर सहित कुछ प्रकार के कैंसर का लगभग 13% अधिक जोखिम बताया गया है, विशेष रूप से दीर्घकालिक सेवन से। तथापि, ये निष्कर्ष मुख्य रूप से प्रेक्षण संबंधी साक्ष्यों पर आधारित हैं, और डब्ल्यूएचओ ने आहार संबंधी मार्गदर्शन में साक्ष्यों की समग्रता पर विचार करते समय सावधानीपूर्वक व्याख्या करने की आवश्यकता पर बल दिया है।

भारतीय खाद्य सुरक्षा एवं मानक प्राधिकरण (एफएसएसएआई) ने खाद्य सुरक्षा एवं मानक (खाद्य उत्पाद मानक एवं खाद्य योजक) विनियम, 2011 में विभिन्न कृत्रिम शर्करा के लिए मानक निर्धारित किए हैं। कैलोरी रहित शर्करा के ये मानक और विभिन्न खाद्य उत्पादों में इनके उपयोग की सीमाएं खाद्य एवं कृषि संगठन (एफएओ)/विश्व स्वास्थ्य संगठन (डब्ल्यूएचओ) की संयुक्त खाद्य योजक विशेषज्ञ समिति (जेईसीएफए) द्वारा स्थापित जोखिम मूल्यांकन और स्वीकार्य दैनिक सेवन (एडीआई) के आधार पर निर्धारित की गई हैं और ये सीमाएं कोडेक्स एलमेंटेरियस आयोग के अनुरूप हैं।
