



자유주의 정보 18-131

본 내용은 아래 (기사)를 요약 번역한 내용임

Terence Kealey,

Why Does the Federal Government Issue Damaging Dietary Guidelines?

Lessons from Thomas Jefferson to Today,

10 July, 2018

연방정부는 왜 식이요법 지침서를 발행하는가?

2015년 보건복지부와 농림부는 미국인들의 식단에 대해 조언하는 내용을 담고 있는 “2015-2020 식이요법 지침서”의 최신 버전을 발표했다. 이에 따라 의회는 과학적 오류에 대한 우려를 표하며 국립의학원에 그 지침서의 작성 과정을 검토하도록 요청했다. 의회는 국립의학아카데미에 완전한 투명성, 편견의 결여, 그리고 가능한 한 모든 최신 자료를 포함시켜 달라고 요청했다.

의회는 연방 정부의 식이요법 지침서에 대한 의구심을 드러냈다. 특히 지방에 대한 평가 절하와, 탄수화물에 대한 찬양이 의심스럽다고 했다.

이 이야기는 1977년 1월 14일, 영양 및 인간육구 상원특별위원회가 처음으로 과식을 비난하는 “미국인을 위한 식단 목표”을 발표하면서 시작됐다. 이전에 위원회는 과소 섭취에 대해 우려했지만 1970년대 후반에 들어서면서 심장마비의 확산은 과도한 포화지방 섭취에 기인할 수 있다고 우려했다. 따라서 미국인들은 대신 탄수화물을 섭취할 것을 권장했다.

그러나 포화지방을 탄수화물로 대체하면 심장마비의 위험을 낮출 수 있다는 이론은 증명되지 않았다. 게다가 정부의 식이요법 조언은 미국인들로 하여금 트랜스 불포화 지방의 과도한 소비에 빠지게 만들었는데, 트랜스 불포화 지방 자체가 더 위험하다는 사실을 알아둬야 한다. 게다가 이 조언은 비만과 제2형 당뇨병의 전염과 동시에 발생하여, 트랜스 불포화 지방이 비만과 제2형 당뇨병의 원인일 수도 있다는 의견도 많이 있었다.

오늘날 대부분의 비정부 식이요법 조안은 식물성 지방과 지중해식의 식이요법에 초점을 맞추고 있으며, 아직은 부족하지만 1970년대 정부에 의해 발표된 식이요법 지침서의 형태보다 훨씬 뛰어나다. 하지만 여전히 정부는 지방은 나쁘고 탄수화물은 좋다는 지나치게 단순화된 생각만을 전파하고 있다.

사실 정부는 1787년 토마스 제퍼슨이 그의 저서 "Notes on the State of Virginia"에서 주장한 것처럼, 제도적으로 현명한 식이요법 조언을 제공할 수 없을지도 모른다.

번역: 이희망

출처: <https://www.cato.org/publications/policy-analysis/why-does-federal-government-issue-damaging-dietary-guidelines-lessons>