

भारतीय बाजार में खाद्य लेबलिंग के प्रभाव: उपभोक्ताओं के दृष्टिकोण से एक अध्ययन

प्राची¹ डॉ. सुनीता सिंह²

¹शोधार्थी ²शोध निर्देशक

गृह विज्ञान, विभाग

एन.आई.आई.एल.एम. विश्वविद्यालय, कैथल (हरियाणा)

सार

खाद्य लेबल पैकेज्ड खाद्य पदार्थों की प्रस्तावना है। इसमें पोषण तथ्य पैनल (NFP) के रूप में जाना जाने वाला एक महत्वपूर्ण घटक है, जो प्रति 100 ग्राम या एक सर्विंग में मैक्रो और माइक्रोन्यूट्रिएंट्स की मात्रा को सटीक रूप से बताता है। पाया गया कि उपभोक्ता उन्हें पढ़ते हैं लेकिन उसके अनुसार अपने खरीद व्यवहार में बदलाव नहीं करते हैं। इसलिए इस अध्ययन का उद्देश्य खाद्य लेबल के उपयोग में बाधा डालने वाले कारकों की पहचान करना है। 2013 से 2021 तक किए गए लेखों की समीक्षा की गई, जो भारतीय आबादी पर अन्य स्वतंत्र भारतीय और अंतर्राष्ट्रीय पत्रिकाओं में प्रकाशित हुए। कुछ कारक जैसे: शिक्षा, लिंग, आय और निवास का क्षेत्र खाद्य पदार्थों को पढ़ने और खरीदने पर प्रभाव डालता है। खाद्य लेबल के उपयोग में बाधा डालने वाले अन्य प्रमुख कारक खरीदारों का ज्ञान था। इस अध्ययन ने सभी भारतीय खाद्य उत्पादों में अनिवार्य खाद्य लेबलिंग आवश्यकताओं की सिफारिश करके और उपभोक्ताओं को भविष्य में स्वस्थ खाद्य विकल्पों का चयन करने में सक्षम बनाने के लिए उचित शिक्षा और जागरूकता प्रदान करके निष्कर्ष निकाला। निष्कर्षों को सामान्य बनाने और संकीर्ण रास्तों को सही करने के लिए बड़े पैमाने पर आगे के अध्ययन भी किए जाने की आवश्यकता थी।

खोज शब्द: खाद्य लेबल; पैकेज्ड खाद्य पदार्थ; खाद्य लेबल ज्ञान; उपभोक्ता

परिचय

भारत चीन के बाद दुनिया का दूसरा सबसे बड़ा खाद्य उत्पादक है, और खाद्य और कृषि क्षेत्र में सबसे बड़ा होने की क्षमता रखता है। खाद्य प्रसंस्करण उद्योग भारत के सबसे बड़े उद्योगों में से एक है- और उत्पादन, खपत, निर्यात और अपेक्षित वृद्धि के मामले में पांचवें स्थान पर है। खाद्य क्षेत्र में विशेष रूप से भोजन के मामले में खपत पैटर्न में भारी बदलाव देखा जा रहा है। आखिरकार, दुनिया भर में पिछले कुछ वर्षों से आहार से संबंधित स्वास्थ्य संबंधी समस्याएं बहुत बढ़ गई हैं। यह महत्वपूर्ण हो गया है कि उपभोक्ता को उस उत्पाद के बारे में जानकारी होनी चाहिए जिसका वे उपभोग कर रहे हैं।

उपभोक्ता को उत्पाद और उसमें मौजूद पोषक तत्वों के बारे में सूचित करने का सबसे अच्छा तरीका उत्पाद के बारे में जानकारी प्रदान करना है। उत्पाद पर खाद्य लेबल उपभोक्ता को उत्पाद, उसके अवयवों और उसमें मौजूद पोषक तत्वों के बारे में सूचित करने में भूमिका निभाता है।

एक लेबल बुनियादी उत्पाद जानकारी प्रदान करता है जिसमें सामान्य नाम, सामग्री की सूची, शुद्ध मात्रा, शेल्फ लाइफ, ग्रेड/गुणवत्ता, शाकाहारी समाज का लोगो, उत्पत्ति का देश, निर्माता, विक्रेता या आयातक और खाद्य मानक एजेंसी का नाम और पता शामिल है। यह स्वास्थ्य, सुरक्षा, पोषण संबंधी जानकारी भी प्रदान करता है जिसमें सुरक्षित भंडारण, हैंडलिंग, पोषण संबंधी जानकारी जैसे वसा, प्रोटीन, कार्बोहाइड्रेट, विटामिन और खनिज और परिरक्षकों की मात्रा, रंग, यदि कोई उपयोग किया जाता है, भोजन के बताए गए आकार की प्रति सर्विंग मात्रा और विशेष आहार उपयोग के लिए उत्पादों की विशिष्ट जानकारी शामिल है।

इसके अलावा, यह खाद्य विपणन प्रचार और विज्ञापन प्रचार संबंधी जानकारी और कम वसा, कोलेस्ट्रॉल मुक्त, फाइबर का उच्च स्रोत, प्राकृतिक, कार्बनिक, कोई परिरक्षक नहीं मिलाया गया जैसी दावों के लिए एक वाहन के रूप में भी कार्य करता है। सामाजिक-जनसांख्यिकीय, ज्ञान, दृष्टिकोण और वरीयता के साथ-साथ स्वास्थ्य संबंधी कारक जो खाद्य लेबल के उपयोग को प्रभावित करते हैं और भारतीय उपभोक्ताओं के बीच लेबल के उपयोग को प्रभावित करने वाले कारक निम्नलिखित उद्देश्यों के साथ हैं

- सामाजिक-जनसांख्यिकीय विशेषताओं और खाद्य लेबल के उपयोग के बीच संबंध
- खाद्य लेबल के ज्ञान, दृष्टिकोण और उपयोग के बीच संबंध।
- लोगों द्वारा खाद्य लेबल का उपयोग न करने के कारण।
- खाद्य लेबल पर सबसे अधिक जाँची जाने वाली जानकारी।

क्रियाविधि

वर्तमान अध्ययन वर्णनात्मक प्रकृति का है और यह विभिन्न शोध पत्रों, समीक्षा पत्रों, पब मेड, रिसर्च गेट और गूगल स्कॉलर जैसे ई-स्रोतों से एकत्रित द्वितीयक डेटा पर आधारित है, जिसमें खाद्य लेबल, पोषण लेबल जैसे कीवर्ड का उपयोग किया गया है।

पृष्ठभूमि अध्ययन

सामाजिक-जनसांख्यिकीय विशेषताओं और खाद्य लेबल उपयोग के बीच संबंध

शिक्षा

उपभोक्ता की शिक्षा खाद्य लेबल के उपयोग के कारकों में से एक है। पहले से पैक किए गए खाद्य लेबल के बारे में जागरूकता उपभोक्ताओं की शिक्षा से जुड़ी पाई गई। पोषण लेबल पर समझ और व्याख्या करना केवल शिक्षा के लिए जिम्मेदार ठहराया जाता है। खाद्य लेबल पर स्वास्थ्य संबंधी जानकारी स्पष्ट होती है और शिक्षित लोग इस बारे में अधिक जागरूक होते हैं कि वे क्या खाते हैं और इसका उनके स्वास्थ्य से क्या संबंध है जिन लोगों की शैक्षणिक योग्यता अधिक है, उन्हें कम या बिल्कुल भी शिक्षा न रखने वालों की तुलना में पोषण लेबल की व्याख्या करना आसान लगा। यह भी साबित हुआ कि कम

शिक्षित लोगों को खाद्य लेबल में इस्तेमाल तकनीकी शब्दों को समझने में कठिनाई हुई।

हालांकि, इसके विपरीत अध्ययन हुए हैं, जिन्होंने साबित किया है कि उपभोक्ताओं की शैक्षिक योग्यता का पोषण लेबल के ज्ञान पर शायद ही कोई प्रभाव पड़ता है। समय की कमी लेकिन पर्याप्त शिक्षा वाले लोग खाद्य लेबल को देखे बिना खरीदारी करते पाए गए

आयु

खाद्य लेबल का ज्ञान उम्र के साथ महत्वपूर्ण रूप से जुड़ा हुआ है। उपभोक्ताओं की उम्र खाद्य लेबल को पढ़ने और समझने के प्रति उनके महत्व के स्तर को निर्धारित करती है। पाया गया कि युवा आबादी वृद्ध लोगों की तुलना में पोषण संरचना और स्वास्थ्य दावों के अनुसार खाद्य पदार्थ खरीदने में अधिक सतर्क है।

लिंग

पाया गया कि महिलाएँ खरीदारी में ज़्यादा समय बिताती हैं, जिसके कारण वे अंततः पोषण संबंधी सामग्री को पढ़ने लगती हैं। पाया गया कि महिलाएँ कैलोरी, विटामिन और खनिज जैसे सूक्ष्म पोषक तत्वों, वसा, नमक और चीनी के सेवन के बारे में ज़्यादा चिंतित रहती हैं। हालाँकि, पुरुषों की तुलना में महिलाओं द्वारा खाद्य लेबल का अधिक उपयोग करने के बारे में पर्याप्त जानकारी साबित नहीं हुई है, लेकिन कुछ मामलों में यह विवाद का विषय भी हो सकता है।

आय

उच्च आय वाले लोगों के पास अलग-अलग दरों पर समान खाद्य उत्पादों की तुलना करने का विकल्प होता है, जबकि जो लोग केवल एक विशेष प्रकार का भोजन खरीद सकते हैं, उनके पास यह विकल्प नहीं होता। कुछ उपभोक्ता पौष्टिक भोजन खाने के बजाय जंक फूड पर अपनी आय बर्बाद करते पाए गए, जो उनके लिए वहन करने योग्य है। उन्हें अच्छी आय अर्जित करने के लिए काम के कारण खरीदारी करने में भी समय लगता है।

परिवार का आकार

खाद्य लेबल के उपयोग को निर्धारित करने में परिवार की संरचना एक महत्वपूर्ण पहलू है। परिवार के सदस्यों की संख्या में वृद्धि से खराब खाद्य विकल्प हो सकते हैं क्योंकि वे सभी के लिए स्वस्थ भोजन का खर्च वहन करने में सक्षम नहीं होंगे। एक अन्य प्रमुख पहलू घर में सभी को संतुष्ट करना है जो विशेष रूप से बड़े परिवार की संरचना में बहुत मुश्किल है। कुछ विपरीत अध्ययनों में परिवार के आकार को खाद्य खरीद व्यवहार से जुड़ा नहीं माना गया था।

क्षेत्र

लोग जिस इलाके में रहते हैं, वह भी खाद्य पदार्थ खरीदने में खाद्य लेबल के उपयोग को निर्धारित करता है। भारत में शहरी निवासी खाद्य लेबल के महत्व के बारे में अधिक जागरूक पाए गए, जबकि ग्रामीण

क्षेत्रों में रहने वाले लोग उन्हें नहीं जानते या उन्हें समझने या उन्हें वहन करने के लिए पर्याप्त शिक्षित नहीं हैं। स्वास्थ्य शिक्षा और सोशल मीडिया अभियान ग्रामीण लोगों के बीच जागरूकता बढ़ाने में मदद कर सकते हैं जिससे उन्हें स्वस्थ विकल्प चुनने में मदद मिलेगी।

ज्ञान, दृष्टिकोण और खाद्य लेबल उपयोग का संघ

पोषण संबंधी ज्ञान और जागरूकता का उपभोक्ताओं द्वारा खाद्य और पोषण लेबल की समझ और उपयोग पर महत्वपूर्ण प्रभाव पड़ता है। बेहतर पोषण संबंधी ज्ञान से बेहतर आहार गुणवत्ता प्राप्त की जा सकती है। उपभोक्ताओं को जिन खाद्य पदार्थों से परिचित हैं, वे उन्हें खाद्य लेबल का उपयोग करने से रोकते हैं। कम पोषण संबंधी जागरूकता से स्वास्थ्य संबंधी आहार संबंधी समस्याएं भी होती हैं।

हालाँकि कई लोग खाद्य लेबल पढ़ते पाए गए, लेकिन मुद्दा यह है कि वे कई कारणों से अपने खरीद निर्णय को नहीं बदलते हैं। यह उनके द्वारा पढ़ी गई जानकारी को समझने में असमर्थता के कारण हो सकता है। कुछ उपभोक्ता पोषण संबंधी तथ्यों के आधार पर खरीद निर्णय लेते पाए गए। कई लोग खाद्य और पोषण लेबल पढ़ने के महत्व के बारे में जानते थे, लेकिन लेबल पढ़ने में कठिनाई और नीरसता के कारण वे इसके उपयोग से बचना पसंद करते थे।

इसका मुख्य कारण यह था कि लेबल सरल नहीं थे और यह उत्पाद के बारे में सटीक जानकारी नहीं देते थे। आसानी से समझ में आने वाले लेबल को इस तरह से तैयार किया जाना चाहिए कि हर कोई उन्हें पढ़ने में रुचि ले। लोगों ने पसंद किया कि पोषण संबंधी जानकारी सर्विंग साइज़ के बजाय प्रति 100 ग्राम सूचीबद्ध होनी चाहिए क्योंकि यह अधिक संबंधित है और किसी के लिए भी आसान गणना करने में सक्षम बनाता है। वे यह भी चाहते थे कि खाद्य लेबल पर पोषण सामग्री प्रदर्शित करते समय एक मानक प्रारूप का पालन किया जाए।

ट्रैफ़िक लाइट पोषण लेबलिंग प्रभावी है क्योंकि वे स्व-व्याख्यात्मक हैं, लेकिन उपभोक्ताओं द्वारा इसे अधिक महत्व दिया जा सकता है और वे उपयोग किए गए रंगों के कारण भोजन की गलत व्याख्या कर सकते हैं। उपभोक्ता पोषण संबंधी जानकारी को पैक के सामने रखना पसंद करते हैं क्योंकि इससे उन्हें जानकारी खोजने की बजाय आवश्यक निर्णायक कारकों तक आसानी से पहुँच मिल सकती है।

इस अध्ययन के तहत शोधकर्ताओं ने पोषण संबंधी लेबलिंग से संबंधित विभिन्न परिभाषाएँ दीं और वैकल्पिक रूप से उपभोक्ताओं को स्वस्थ खाद्य उत्पाद चुनने के लिए प्रभावित करने के लिए पोषण संबंधी लेबल की भूमिका का भी पता लगाया। खाद्य लेबल पर उल्लिखित पोषण संबंधी साक्ष्य के प्रति उपभोक्ता का रवैया सकारात्मक है, लेकिन अधिकांश उपभोक्ता केवल ब्रांड तुलना के लिए खाद्य लेबल का संदर्भ लेते हैं। उपभोक्ता खरीद निर्णयों को प्रभावित करने वाले कुछ कारक खाद्य लेबल डिज़ाइन, पोषण संबंधी जानकारी, स्वास्थ्य संबंधी दावे और उत्पाद की गुणवत्ता आदि थे।

उपभोक्ताओं के ज्ञान और उनके खाद्य लेबल उपयोग को निर्धारित करने के लिए 2013 में वेमुला, एट अल द्वारा एक क्रॉस-सेक्शनल अध्ययन किया गया था। इस अध्ययन में मात्रात्मक और गुणात्मक दोनों रूप शामिल थे। उनमें से 1/5 लोग रोजाना पहले से पैक किया हुआ खाना खरीदते थे, जबकि 45% लोग हफ्ते में एक बार खरीदते थे। 90% लोग खाद्य लेबल पढ़ते पाए गए, जिनमें से 81% ने सिर्फ निर्माण की तारीख और समाप्ति तिथि की जांच की। 1/3 ने केवल पोषण संबंधी जानकारी और सामग्री की सूची की जांच की। पोषण संबंधी ज्ञान की कमी के कारण, कई उपभोक्ता पोषण लेबल पढ़ना पसंद नहीं करते थे और उन्हें ये शब्द बहुत तकनीकी भी लगते थे। उनमें से 60% ने गुणवत्ता के प्रतीक पढ़े।

शिक्षा का स्तर और खाद्य लेबल की जांच करने में सकारात्मक संबंध पाया गया और लड़कियों के साथ-साथ महिलाएं भी पोषण लेबल पर वसा और चीनी सामग्री के बारे में अधिक चिंतित पाई गईं। अध्ययन ने निष्कर्ष निकाला कि, अधिकांश उपभोक्ताओं को लेबल पर पोषण संबंधी जानकारी को समझना और व्याख्या करना मुश्किल लगा।

खाद्य लेबल पर उल्लिखित विभिन्न पहलुओं के बारे में जागरूकता का स्तर संतोषजनक था, लेकिन खरीद निर्णय लेने के लिए उपभोक्ताओं के बीच उनका उपयोग कम पाया गया। लेबल की जानकारी की जाँच 67.5% लोगों द्वारा की गई, लेकिन पाया गया कि वे केवल विनिर्माण और समाप्ति तिथियों के साथ-साथ एमआरपी जैसी बुनियादी जानकारी की ही जाँच कर रहे थे। इस अध्ययन ने पोषण संबंधी तथ्यों को समझने में उपभोक्ताओं की मदद करने के लिए निर्माताओं और सरकार द्वारा अपनाए जाने वाले कुछ दिशानिर्देशों का सुझाव देकर निष्कर्ष निकाला। लेबल पर प्रदर्शित पोषण संबंधी तथ्यों के उपयुक्त प्रारूप को खोजने के लिए आगे के शोध की भी माँग की गई। वर्ष 2015 में डनफोर्ड एट अल ने भारतीय और अंतर्राष्ट्रीय मानकों के अनुसार लेबल किए जा रहे खाद्य पैकेजों का पता लगाने के लिए एक सर्वेक्षण किया। अध्ययन में 4166 पैक किए गए खाद्य पदार्थ शामिल किए गए थे जिन्हें 14 खाद्य समूहों के अंतर्गत वर्गीकृत किया गया था। खाद्य सुरक्षा और मानक प्राधिकरण के अनुसार कैलोरी, प्रोटीन, चीनी, कार्बोहाइड्रेट, कुल वसा जैसी पोषक जानकारी 52% खाद्य पदार्थों में पाई गई।

केवल 27% ने कोडेक्स मानदंडों का पालन किया जिसमें सोडियम और संतृप्त वसा शामिल थे। मानकों का पालन करने में अग्रणी ब्रांडों, खाद्य समूहों और विनिर्माण देशों के बीच एक महत्वपूर्ण सहसंबंध और भिन्नता देखी गई। अध्ययन में बताया गया कि अधिकांश भारतीय खाद्य पदार्थ भारतीय और अंतर्राष्ट्रीय दिशानिर्देशों के अनुसार पोषण लेबल के संबंध में अपर्याप्त जानकारी प्रदर्शित करते पाए गए। भारत में इन अनिवार्य मानदंडों को लागू करने से उपभोक्ताओं को विशेष रूप से संतृप्त वसा और सोडियम दिशानिर्देशों की मात्रा के बारे में समझदारी से चुनाव करने में मदद मिलेगी।

माधवपति एच और दासगुप्ता ए ने 2015 में पोषण लेबलिंग के लिए वैकल्पिक प्रारूपों के संबंध में

आवश्यकता का पता लगाने के लिए एक अध्ययन किया, विशेष रूप से फ्रंट-ऑफ-पैक डिस्प्ले के रूप में। प्रश्नावली में उपभोक्ताओं की पसंद का पता लगाने के लिए पोषण तथ्यों को प्रदर्शित करने की ट्रैफिक लाइट विधि शामिल थी

जानकारी को ओवरलोड करने से रोका जाना चाहिए। निर्माताओं को उपभोक्ताओं को पोषण लेबल के उपयोग को सुविधाजनक बनाने के लिए वास्तविक पोषण सामग्री को देखने में सक्षम बनाना चाहिए। 2016 में कोडाली एस और तेलाप्रोलू एन द्वारा एक समीक्षा की गई थी जिसका उद्देश्य भविष्य के शोध के लिए अंतराल खोजने के लिए उपभोक्ता खरीद व्यवहार पर खाद्य लेबल के प्रभाव पर साहित्य को उजागर करना था। स्वास्थ्य दावों को उपभोक्ताओं द्वारा ठीक से नहीं समझा गया था, लेकिन उनके प्रति उनका रवैया सकारात्मक था। उनके उपयोग को समाप्त करने के लिए लेबल डिस्प्ले की पसंदीदा विधि पर अधिक शोध की आवश्यकता थी। यह पाया गया कि खाद्य लेबल पर प्रभावित करने वाले कारक पोषण संबंधी जानकारी, स्वास्थ्य संबंधी दावे, लेबल का डिज़ाइन, इसकी पहुँच और गुणवत्ता थे।

वर्ष 2016 में गवरवरपु, एट अल द्वारा एक क्रॉस-सेक्शनल अध्ययन किया गया था जिसका उद्देश्य भारत में खाद्य लेबल के उपयोग, खाद्य लेबल पर किशोरों के ज्ञान का पता लगाना था। यह पाया गया कि लगभग 95% खाद्य लेबल भारतीय मानकों के अनुरूप थे। हालाँकि कई लोगों ने सोचा कि लेबल पर दी गई जानकारी भ्रामक या बहुत अधिक जानकारी से भरी हुई है। किशोरों को आहार संबंधी समझदारीपूर्ण विकल्प चुनने में मदद करने के लिए उपभोक्ता शिक्षा की सिफारिश की गई। 70% लोग लेबल घटकों के प्रदर्शन में बदलाव चाहते थे, जिसके लिए उपभोक्ता की समझ को आसान बनाने के लिए वैकल्पिक तरीकों पर शोध की आवश्यकता है। कौर वीपी, कौर एन और कुमार एन द्वारा 2016 के दौरान खाद्य लेबल पर दी गई विभिन्न सूचनाओं पर जागरूकता के स्तर का पता लगाने के लिए एक वर्णनात्मक अध्ययन किया गया था। इसका उद्देश्य खरीद निर्णयों और खाद्य लेबल के बीच संबंध का पता लगाना था। पाया गया कि प्रत्येक प्रतिभागी को खाद्य लेबल के बारे में पर्याप्त जानकारी थी। 56.66% पुरुष सप्ताह में एक से अधिक बार पैकड-खाद्य पदार्थ खरीदते पाए गए, 16.66% सप्ताह में केवल एक बार खरीदते हैं और 6.66% महीने में एक बार खरीदते हैं, जबकि 20% कभी-कभार खरीदते हैं। अध्ययन जनसंख्या के बीच खाद्य लेबल के विभिन्न घटकों के बारे में जागरूकता अलग-अलग पाई गई। अनिता, एम.सी. और देवी ए.के. ने 2017 में पोषण लेबल के उपयोग की आवृत्ति और उनके बारे में जागरूकता के बारे में एक अध्ययन किया। 10-12 वर्ष की आयु के बच्चे और जो निम्न आयु वर्ग के थे, खाद्य लेबल पर इस्तेमाल किए गए पोषण तथ्यों से अनभिज्ञ पाए गए।

स्कूली छात्रों को कम उम्र से ही समझदारी से चुनाव करने में सक्षम बनाने के लिए उन्हें शिक्षित करने के लिए और अधिक अध्ययनों की आवश्यकता थी। खाद्य लेबल पढ़ने की आवृत्ति का पता लगाने और खाद्य

लेबल पढ़ने पर उनके ज्ञान, अभ्यास और दृष्टिकोण को जोड़ने के लिए 2017 में रॉबर्ट एसडी और चंद्रन द्वारा एक क्रॉस-सेक्शनल सर्वेक्षण अध्ययन किया गया था। केवल 5% को खाद्य लेबल की जानकारी के बारे में पता था और शिक्षा की स्थिति का खाद्य लेबल ज्ञान से कोई संबंध नहीं पाया गया। 19% ने खाद्य लेबल के महत्व को स्वीकार किया और 46% ने उन्हें अक्सर पढ़ा। 90% ने लेबल वाले खाद्य पैक खरीदने से इनकार कर दिया और 19% ने दिए गए तथ्यों के आधार पर अपने सेवन की गणना की।

इसलिए इस अध्ययन ने खाद्य लेबल पर उपभोक्ताओं को शिक्षित करने के लिए आगे के हस्तक्षेप अध्ययनों की सिफारिश की। डोंगा, जी और पटेल, एन द्वारा 2018 के दौरान पोषण लेबल के संबंध में उपयोग और क्रय व्यवहार को बदलने पर विभिन्न सामाजिक-जनसांख्यिकीय कारकों के बीच संबंध पर एक व्यवस्थित समीक्षा की गई थी। पोषण लेबल के उपयोग को प्रभावित करने में आय और शिक्षा का सकारात्मक संबंध था।

विवाहित लोगों और महिलाओं को अपने समकक्षों की तुलना में उनका अधिक उपयोग करते पाया गया। जबकि, परिवार का आकार, आयु, खरीद की आवृत्ति और समय में नकारात्मक सहसंबंध पाया गया। सभी उपभोक्ताओं के बीच बेहतर उपयोग के लिए पोषण लेबल के सरल और आसान संस्करण की मांग की गई। डोंगा जी और पटेल एन द्वारा 2018 के दौरान एक सर्वेक्षण अध्ययन किया गया था जिसका उद्देश्य पोषण लेबल के विभिन्न पहलुओं का अध्ययन करना था जिन्हें उपभोक्ताओं द्वारा महत्व दिया जाता है और उन लोगों को ढूंढना है जो उन्हें अक्सर पढ़ते हैं और खरीद निर्णयों पर उनका प्रभाव पड़ता है। 2192 प्रतिभागियों को शामिल किया गया, जिनमें से 95.8% को पोषण लेबल के बारे में जानकारी थी और 88% उन्हें पढ़ते हुए पाए गए। पोषण लेबल पर जाँच की जाने वाली महत्वपूर्ण जानकारी वसा, कोलेस्ट्रॉल और कुल वसा सामग्री से कैलोरी थी।

गोमती एसजेआर और कर ने 2021 में एक क्रॉस-सेक्शनल अध्ययन किया ताकि खरीदारी का फैसला करने के लिए खाद्य लेबल पढ़ने और जाँचने वाले लोगों और खाद्य लेबल की जानकारी का उपयोग करने वालों की संख्या का पता लगाया जा सके। इसका उद्देश्य लेबलिंग नियमों का पालन करने वाले पैक किए गए खाद्य पदार्थों की विभिन्न श्रेणियों को खोजना भी था। बहुत से लोग लेबल पर दी गई जानकारी से अवगत थे, जबकि समझने की क्षमता बहुत कम थी। इसलिए, भविष्य के अध्ययनों में लोगों को विभिन्न खाद्य लेबल पहलुओं पर शिक्षित करना आवश्यक है ताकि उनके बीच उनके उपयोग में सुधार हो सके। लेबल का उपयोग न करने के कारण- खाद्य लेबल का उपयोग न करने में एक प्रमुख मुद्दा यह है: पोषण और अन्य स्वास्थ्य दावों के संबंध में उपयोग की जाने वाली शर्तों को समझने में कठिनाई। कुछ लोगों की रुचि नहीं थी और दूसरों के पास समय की कमी थी जिसके कारण वे खरीदने से पहले खाद्य लेबल पढ़ना पसंद नहीं करते थे। कुछ लोगों को लगता है कि पोषण संबंधी जानकारी और दावे वैसे नहीं हैं जैसे वे

दिखते हैं और कुछ अन्य खाद्य लेबल पढ़ने से बचते हैं क्योंकि वे उस ब्रांड से परिचित होते हैं जिसे वे नियमित रूप से खरीदते हैं। खाद्य पैकेज के आकर्षण, भोजन के स्वाद को प्राथमिकता देने वाले लोग खाद्य लेबल को महत्व न देने के अन्य कारण थे।

निष्कर्ष

उपर्युक्त समीक्षा किए गए भारतीय लेखों से यह साबित हुआ कि खाद्य लेबल सूचना के सबसे कम आंके गए स्रोतों में से एक हैं, जिनके बारे में उपभोक्ता जानते हैं, लेकिन उनके आधार पर अपनी पसंद नहीं बदलते। उन्हें कुछ शब्द अस्पष्ट लगे, जो खाद्य लेबल के गैर-उपयोग के प्रमुख कारणों में से एक था। इस समीक्षा से प्राप्त कुछ प्रमुख निष्कर्ष इस प्रकार हैं:

- लोगों की सामाजिक-जनसांख्यिकीय विशेषताएँ जैसे: शिक्षा, लिंग, आय और निवास का क्षेत्र खाद्य लेबल को पढ़ने और उपयोग करने तथा खरीद निर्णय लेने पर प्रभाव डालता है।
- खाद्य लेबल को पढ़ने के माध्यम से स्वस्थ विकल्प चुनने की गंभीरता को समझने में ज्ञान जुड़ा हुआ पाया गया।
- उनकी प्राथमिकताओं और राय का खाद्य लेबल के उपयोग से भी संबंध था, जैसे लेबल का प्रारूप और जानकारी को समझने में उन्हें आने वाली कठिनाइयाँ।
- खाद्य लेबल में पोषण संबंधी जानकारी के उपयोग की बात करें तो सर्वेक्षण के परिणाम अधिक विशिष्ट हैं। खाद्य लेबलिंग के विभिन्न पहलुओं पर उपभोक्ताओं को शिक्षित करने से वे स्वस्थ खाद्य विकल्पों पर अधिक सूचित खरीद निर्णय लेने में सक्षम होते हैं।

संदर्भ

1. डोंगा जी, पटेल एन. पोषण लेबल- उपभोक्ता के लिए कौन सी जानकारी महत्वपूर्ण है? इंटरनेशनल जर्नल ऑफ न्यू टेक्नोलॉजी एंड रिसर्च 4 (2011): 53-56.
2. गौतम डी, नरेश पी. पोषण लेबल के उपभोक्ताओं के उपयोग को प्रभावित करने वाले कारकों पर शोध अध्ययनों की समीक्षा। न्यूट्री फूड साइंस इंटर जे 7 (2018): 555713.
3. कैरिलो ई, वरेला पी, फिस्ज़मैन एस. पोषण लेबल का प्रभाव। जर्नल ऑफ फूड साइंस 77 (2012): 1-8.
4. सैयद एच, अब्बास जेड, मुहम्मद बी. खरीद व्यवहार के संदर्भ में उत्पाद पैकेजिंग पर पोषण लेबलिंग के प्रति पाकिस्तानी उपभोक्ताओं की जागरूकता। इंटरनेशनल जर्नल ऑफ बिजनेस एंड सोशल साइंस 3 (2012): 97-103.
5. पेट्रोविसी डी. पोषण संबंधी ज्ञान, पोषण संबंधी लेबल और खाद्य पदार्थों पर स्वास्थ्य संबंधी दावे। ब्रिटिश फूड जर्नल 114 (2012): 768-783।

6. कुक आर, पापाडाकी ए. पोषण लेबल का उपयोग यू.के. में विश्वविद्यालय के छात्रों के बीच पोषण संबंधी ज्ञान और स्वस्थ भोजन और आहार की गुणवत्ता के प्रति दृष्टिकोण के बीच सकारात्मक संबंध को मध्यस्थ करता है। भूख 83 (2014): 297-303।
7. एलेक्जेंड्रा एफ, क्रिसोचौ पी, क्रिस्टलिस ए. उभरते बाजार में खाद्य लेबल के प्रति उपभोक्ता प्रतिक्रिया: रोमानिया का मामला। इंटरनेशनल जर्नल ऑफ कंज्यूमर स्टडीज 38 (2014): 166-174।
8. वैन डेरमेरवे डी. खाद्य लेबल जानकारी के बारे में उपभोक्ताओं का ज्ञान: एक खोजपूर्ण जांच। पब्लिक हेल्थ न्यूट्रिशन 16 (2012): 403-408।
9. वेमुला एसआर. भारत में शहरी उपभोक्ताओं द्वारा खाद्य लेबल जानकारी का उपयोग- सुपरमार्केट खरीदारों के बीच एक अध्ययन। पब्लिक हेल्थ न्यूट्रिशन 17 (2013): 2106-2114।
10. आयगेन जी. तुर्की उपभोक्ताओं के बीच पोषण लेबल के उपयोग के निर्धारक। इंटरनेशनल जर्नल ऑफ ह्यूमैनिटीज एंड सोशल साइंस 2 (2012): 53-70।
11. पेट्रीसिया यू. दक्षिण-पूर्व नाइजीरिया के एक शहरी शहर में खाद्य लेबल के बारे में उपभोक्ताओं का ज्ञान, दृष्टिकोण और उपयोग। एडवांस न्यूट्रिशन 7 (2016): 22.
12. योंग के.सी., मिंग एम.एफ., डेबी ए.एल. मलेशियाई वयस्कों में पोषण लेबल के उपयोग से जुड़े सामाजिक-जनसांख्यिकीय और जीवनशैली कारक। ब्रिटिश फूड जर्नल 117 (2015): 2777-2787.
13. सिन्ने एस., अन्ना के.ई., पिया के.एच. पोषण-लेबल वाले उत्पादों का खरीदार कौन है? ब्रिटिश फूड जर्नल 5 (2017) 12-17.
14. जुल ए.ए.एल., अमीज़ी ए.एम. क्लैंग, सेलंगोर में खाद्य लेबल के प्रति भारतीय समुदाय की उपभोग जागरूकता। इंटरनेशनल एकेडमिक रिसर्च जर्नल ऑफ़ बिज़नेस एंड टेक्नोलॉजी 1 (2015):45-50.
15. सन पीसी, हसियन-लॉन्ग एच, फेंग वाईसी. पोषण लेबल के उपयोग से संबंधित जनसांख्यिकीय विशेषताओं के बजाय कारक। ब्रिटिश फूड जर्नल 117 (2015): 3024-3038।
16. जुल एएएल. मलेशिया में उपभोक्ता क्रय व्यवहार पर खाद्य लेबल के प्रभाव का आकलन। जर्नल ऑफ़ फूड प्रोडक्ट्स मार्केटिंग; 22 (2015): 137-146।
17. जैदी एसएच, बख्तियार एम. खरीद व्यवहार के संदर्भ में उत्पाद पैकेजिंग पर पोषण लेबलिंग के प्रति पाकिस्तानी उपभोक्ताओं की जागरूकता। इंटरनेशनल जर्नल ऑफ़ बिज़नेस एंड सोशल साइंस 3 (2012): 97-103।
18. गेनी एफ. कामकाजी आबादी में पोषण ज्ञान, आहार गुणवत्ता और उच्च रक्तचाप। प्रिवेंटिव मेडिसिन रिपोर्ट 2 (2015): 105-113।
19. मोंटंडन सीए, क्रिस्टोफर सी. फास्ट फूड उपभोक्ताओं के लिए प्रभावी पोषण लेबल। ब्रिटिश फूड

जर्नल 118 (2016): 2534-2549.

20. एंजेला एस, सीमस ओ'आर, कैथलीन ओ'एस. पोषण संबंधी ज्ञान, पोषण संबंधी लेबल और भोजन पर स्वास्थ्य संबंधी दावे. ब्रिटिश फूड जर्नल 114 (2012): 768-783.
21. मिलर एलएम, कैसडी डीएल. खाद्य लेबल के उपयोग पर पोषण संबंधी ज्ञान के प्रभाव. साहित्य की समीक्षा. एपेटाइट 92 (2015): 207-216.
22. अज़मान एन, साहक एसज़ेड. पोषण संबंधी लेबल और उपभोक्ता खरीद निर्णय: एक प्रारंभिक समीक्षा. प्रोसीडिया - सामाजिक और व्यवहार विज्ञान 130 (2014): 490-498.
23. कोडाली एस, और तेलाप्रोलू एन. खाद्य लेबल और उपभोक्ता खरीद व्यवहार पर इसका प्रभाव: शोध अध्ययनों की समीक्षा. इंटरनेशनल जर्नल ऑफ साइंस एंड रिसर्च 7 (2018): 386-390.
24. शेखर एस.के., रवींद्रन पी.टी. खाद्य उत्पादों के पोषण लेबलिंग पर भारतीयों की धारणा का अन्वेषण। प्रबंधन अनुसंधान और अभ्यास 6 (2014): 65-78।
25. डनफोर्ड ई.के. हैदराबाद, भारत में पैकेज्ड खाद्य उत्पादों का पोषण लेबलिंग दिशानिर्देशों के साथ पालन। एशिया पैसिफिक जर्नल ऑफ क्लिनिकल न्यूट्रिशन 24 (2015): 540-545।
26. प्रियदर्शिनी वी. भुवनेश्वर शहर में उपभोक्ताओं के बीच खाद्य लेबलिंग सूचनाओं के बारे में जागरूकता और उपयोग। खाद्य विज्ञान अनुसंधान जर्नल 5 (2014): 114-119।
27. माधवपति एच., दासगुप्ता ए. बच्चों के लिए उत्पादों के लिए खाद्य उत्पाद लेबलिंग का एक अध्ययन। आईओएसआर जर्नल ऑफ बिजनेस एंड मैनेजमेंट 17 (2015): 88-96।
28. गवरवरपु एस.एम., साहा एस., वेमुला, एस. कोलकाता, भारत में किशोरों के बीच खाद्य लेबल जानकारी का उपयोग करने का ज्ञान और अभ्यास। राष्ट्रीय पोषण संस्थान 37 (2016): 12-25।
29. कौर वी.पी., कौर एन., कुमार एन. खाद्य लेबल के उपयोग के बारे में उपभोक्ता जागरूकता का आकलन और खाद्य खरीद व्यवहार पर इसका प्रभाव। इंटरनेशनल जर्नल ऑफ रिसर्च 4 (2016): 10-19।
30. अनिता एम.सी., देवी ए.के. कोयंबटूर शहर में 10-12 वर्ष की आयु के चयनित स्कूली बच्चों के बीच पोषण और खाद्य लेबलिंग पर एक दृष्टिकोण। इंटरनेशनल जर्नल ऑफ कम्युनिटी मेडिसिन एंड पब्लिक हेल्थ 4 (2017): 3461-3467।
31. रॉबर्ट एस.डी., चंद्रन ए. उपभोक्ता ज्ञान और खाद्य लेबल के उपयोग पर सर्वेक्षण। इंटरनेशनल जर्नल ऑफ हेल्थ साइंसेज एंड रिसर्च 7 (2017): 203-209।
32. डोंगा जी, पटेल एन. पोषण लेबल के उपभोक्ताओं के उपयोग को प्रभावित करने वाले कारकों पर शोध अध्ययनों की समीक्षा। पोषण और खाद्य विज्ञान अंतर्राष्ट्रीय जर्नल 7 (2018): 001- 007।



33. गोमती एसजेआर, कर एसएस. पुडुचेरी के चयनित सुपरमार्केट में उपभोक्ता जागरूकता और खाद्य लेबलिंग की स्थिति: एक खोजपूर्ण अध्ययन। इंटरनेशनल जर्नल ऑफ एडवांस्ड मेडिकल एंड हेल्थ रिसर्च 5 (2021): 36-40।
34. बंदरा बीईएस. उपभोक्ता खरीद निर्णय पर खाद्य लेबलिंग जानकारी का प्रभाव: कृषि विज्ञान संकाय के विशेष संदर्भ में। प्रोसीडिया फूड साइंस 6 (2016): 309-313।
35. सु डी. पोषण लेबल के उपयोग और स्वास्थ्य का एक लिंग-विशिष्ट विश्लेषण, डगलस काउंटी, नेब्रास्का। पुरानी बीमारी की रोकथाम सार्वजनिक स्वास्थ्य अनुसंधान, अभ्यास और नीति 12 (2015): 1-14।