



Thailand

방콕지사

태국 젤리 비타민 갈수록 인기 높아져

인기몰이 중인 젤리 비타민의 명암

최근 태국에서는 구미 비타민(Gummy Vitamin, 이하 젤리 비타민)이라 불리는 젤리 형식의 비타민이 아이들을 위한 건강보조식품으로 인기를 얻고 있다. 각종 매체를 통해 젤리 비타민 광고를 쉽게 접할 수 있으며 특히 온라인에서는 자녀 건강을 위해 젤리 비타민을 섭취해야 한다는 광고가 더 자주 노출되고 있다. 반면, 젤리 비타민이 얼마나 효과적인가에 대한 의문도 동시에 제기되고 있다. 건강보조식품에 대한 근거 없는 믿음과 오해들이 부모로 하여금 아이들에게 너무 많은 비타민을 섭취하도록 부추길 수 있다는 문제가 제기되고 있다.

태국 벵타니(Vejthani)병원의 한 소아과 전문의는 “젤리 비타민은 일반 비타민 보충제와 비슷하지만 각 브랜드마다 다른 영양소를 제공하므로 제품 성분표를 꼭 확인해야 할 것”이라며 “아이들이 평소 먹는 식단에 우리 몸에 필요한 5대 영양소가 골고루 포함되어 있다면 굳이 젤리 비타민을 섭취할 필요가 없다”고 밝혔다. 더불어 오늘날에는 편의점이나 마트에서 즉석식품 또는 냉동식품 섭취가 늘어나 균형 잡

힌 식사를 챙기기가 어렵다며 영양이 부족한 사람들은 비타민 보충제를 먹어야 될 수도 있지만, 의사와의 상담을 통해 어떤 비타민이 결핍되어 있는지 먼저 확인하고 섭취할 것을 추천했다.

또한 세계보건기구(WHO)는 1일 설탕 섭취를 하루 열량의 5%, 즉 성인 기준 6티스푼(25g) 이하로 권장하고 있는데 일부 젤리 비타민의 당도가 지나치게 높은 것으로 나타났다. 아이들이 단맛에 중독되면 편식, 비만, 충치와 같은 문제를 일으키기 때문에 특별히 주의할 것을 당부했다. 일부 부모들은 철분이 함유된 종합 비타민을 섭취했을 때 자녀의 식욕이 증가했지만, 근본적인 해결방법은 아니며 섭취를 중단하면 식욕이 다시 떨어진다고 했다. 가장 좋은 방법은 균형 잡힌 식단을 섭취하는 것이라고 전문가들은 조언한다.

| 태국에서 판매 중인 젤리 비타민 |



Key Point

제품의 신뢰성 확보를 최우선으로 삼아야 할 때

맛별이를 하고 있는 태국 부모들도 많이 간편하게 포장 음식을 구매하여 집에서 먹는 인기도 많은데, 이에 부족한 영양 섭취를 간편하게 간식을 겸해서 건강보조식품을 챙겨주는 부모들이 많아 젤리 비타민 또는 어린이용 건강식품의 소비는 계속해서 증가할 것이다. 특히 비타민 음료나 젤리 등은 앞으로 당분 함량이 낮고, 어린이 취향에 맞는 신제품들이 출시될 것으로 예상된다.

태국 소비자들의 소득 수준이 높아지면서, 아이들의 건강을 위한 소비는 점차 확대될 것으로 전망된다. 어린이들을 위한 건강기능식품, 건강 간식 등은 유통 인종, 안전성 관련 인증 등을 사전에 취득하여 시장 진출 시 제품의 신뢰성 확보가 우선시 되어야 할 것이다.