中消协:消费不“任性” 舒心过春节

春节将至,国内消费市场持续升温,消费者通过线下商超实体店和线上电商平台选购年货、购置礼品、预定年夜饭和新年酒席等均已进入倒计时,各类年货、礼品、餐饮市场及旅游假日出行等即将迎来一年中的高峰时节。为倡导消费者树立科学、理性、健康的消费观念,培养绿色、环保、安全的消费习惯,中国消费者协会呼吁广大消费者“消费不任性,舒心过春节”。

按需购物,避免冲动消费。消费者选购年货时,建议消费者根据实际需求制定购物计划,不要被商家的促销打折活动所左右,切莫贪图便宜冲动消费。如参加促销打折活动,要详细了解清楚活动规则,特别要留意经营者的促销信息、时间范围和限制条件等。购买商品后要主动索取票据证明并妥善保管,一旦商品出现如过期、变质、安全隐患等问题,可凭借有效购物凭证与商家协商处理。如不能与商家有效协商,要及时拨打当地消费者投诉举报热线,依法维护自身合法权益。

合理安排日常餐饮娱乐。餐饮娱乐活动春节期间不可避免。餐饮菜品选择要注重合理健康、营养均衡,响应“光盘行动”,切忌铺张浪费。饮酒要分场合、要适量,酒后不要开车。不少消费者在尝试“互联网+”的送餐到家服务,需要提醒消费者的是,尽量从食品安全量化分级评定等级较高的食品经营单位订购,选择距离相对较近且可在短时间内送达的供餐单位订餐,并索取消费票据,留存交易凭证。安排娱乐休闲活动时,要以绿色健康、放松身心为主,切忌盲目攀比。

(中国消费者协会)

维权动态

售违规食品 超市被判十倍赔偿

因认为购买的酱卤肉食品含有添加剂焦糖色,违反了《食品添加剂使用标准》规定的使用范围,王女士将北京某超市告上法庭。法院审理后,判处超市向王女士返还货款并支付十倍赔偿。

去年3月份,王女士在某超市分别购买了17袋某品牌老汤浓香酱牛肉、秘制醇香酱牛腱和浓郁五香酱羊肝,共计695.20元。上述三个食品外包装袋上记载的生产标准是GB/T23586-2009,配料表中均含有食品添加剂焦糖色。

王女士购买了上述三种产品后发现,产品标准号对应的是《酱卤肉制品》,但经了解,食品添加剂焦糖色的使用范围不包括酱卤肉制品。因此,认为涉案产品属于滥用食品添加剂的不安全食品,王女士将超市诉至法院,请求判令自己退还商品后,超市退还货款并进行十倍赔偿。

超市辩称,涉案食品本身是酱制品,符合焦糖色的使用范围,符合国家的相关安全标准。超市出售的产品不存在质量问题,没有退货、退款的义务。十倍赔偿的前提是食品存在质量安全问题,并且销售方在明知产品本身存在食品安全标准的情况下进行销售时,销售方才应承担责任,因此不同意王女士诉讼请求。

一审法院经审理后判决,王女士向超市退还商品,而超市向王女士返还货款并支付十倍赔偿。一审判决后,超市不服,上诉至二中院。

二中院经审理认为,案件中,王女士在超市购买的食品外包装袋上记载的生产标准号,对应的《食品添加剂使用标准》中记载的焦糖色的使用范围不包括酱卤肉制品,而涉案产品外包装袋上记载的配料表均有食品添加剂焦糖色,故超市向王女士销售的涉案食品违反《食品添加剂使用标准》的要求,亦违反了《食品安全法》的规定。一审法院所作的判决认定事实清楚,适用法律正确,应予维持。

据了解,焦糖色是一种食品添加剂,没有形成工业化生产以前,就是把糖经高温熬煮后,形成老百姓俗称的焦煳糖,用于食品着色、增加味道。工业化标准生产以后,焦糖色由糖加入一些催化剂在高压高温下产生化学作用而成。我国根据不同的生产工艺,将这些产品分别称为亚硫酸铵法、氨法、普通法3种焦糖色产品。卫生部2008年第27号公告,公布了普通法焦糖色可以在焙烤食品馅料(仅限风味派馅料)中使用,加氨法焦糖色可以在淀粉制品(仅限粉圆)中使用;2009年又以公告的形式,规定焦糖色(亚硫酸铵法)可以在粮食制品馅料(仅限风味派)中使用,且最大使用量为7.5g/kg。

■ 消费提示

购买坚果时应注意什么

吃坚果好处很多,如调节血脂,坚果富含单不饱和脂肪酸,食用一段时间可以降低血脂;提高视力,因为吃坚果一般需要咀嚼的过程,而咀嚼越强,越有利于眼睛睫状肌的调节;改善大脑发育,坚果有补脑的效果。

坚果食用的最佳时间是饭中吃。这是因为饭后吃会造成一日当中能量摄入过量。饭中吃坚果,有利于增强我们的饱腹感,特别是大杏仁、小杏仁、榛子这种含膳食纤维量很高的坚果,效果最好。

坚果食用方式很多。可以切碎吃和整粒吃,不过各有利弊,因人而异。大杏仁整粒吃的时候,饱腹感会比较强,餐后控制血糖上升的效果更好一些。再加上大杏仁质地紧密,纤维含量高,彻底嚼碎磨碎比较困难,所以消化速度慢,引起的血糖、血脂的上升速度自然也会比较慢。打碎吃则可能让消化速度加快,如果磨成粉,就更是如此。

购买坚果时,不要贪图便宜,一定要到正规的经营场所选购。

不要贪恋口感重、味道甜的产品。这些产品很有可能使用了超量的甜味剂,过多食用对人体健康有害。

谨慎购买经过黄霉季节或夏季的炒货食品。因为经过高温高湿环境后,炒货食品中的油脂容易发生氧化变质,产生哈喇味,不能再食用。

散装炒货食品或开袋后一次吃不完的炒货食品,应该储存在密封的容器中,放置在阴凉干燥处,避免高温,这样炒货不容易变质。 (辑)

●红灯区

五类人群不适合喝碳酸饮料

很多人家中都备有碳酸饮料,不过专家提醒,碳酸饮料对肠胃刺激较大,容易增加胃肠蠕动引起腹泻。而且那些含有可发酵的碳水化合物产品(糖和某些淀粉),都有可能导致蛀牙,碳酸饮料也不例外。同时碳酸饮料含糖多而导致热量较高,所以常喝碳酸饮料的人容易肥胖。因此饮用碳酸饮料时应谨慎,特别是以下五类人群。

青少年。专家提醒,青少年骨骼正在生长发育,需大量补充钙质。若长期饮用碳酸饮料,导致钙、磷比例失衡将会影响成骨的发育。

孕期女性。本来容易缺钙,过多饮用碳酸饮料不但易引起母亲骨质疏松,还可能影响胎儿的骨骼发育。此外,二氧化碳会刺激胃液分泌,影响食欲,对胎儿与自身都无益处。

伏案上班族。由于平时工作压力大,加班时喝上两三罐汽水提神。但因久居室内,运动量较少,这类人群钙的吸收本来就略有不足,若再养成汽水当水喝的坏习惯,更容易发生骨质疏松。

慢性病患者。如糖尿病、高血脂等病人,由于自身有慢性病基础,本来对营养物质代谢较为困难,汽水含有较多的碳水化合物和糖分,饮用碳酸饮料对健康的危害比普通人更严重。

长期卧床者。如骨折病患。卧床者往往由于缺乏运动,钙的吸收能力会比其他人群稍差,若过多饮用碳酸饮料,难免影响矿物质吸收。

专家提醒,饮用碳酸饮料除了在口感和味道上令人更有快感外,其最主要的功能仍然是补充水分。而补充水分主要应多喝开水,减少饮用碳酸饮料。

(摘)