

Nutrient reference values for bioactives: new approaches needed? A conference report

Hans Konrad Biesalski • John W. Erdman Jr. • John Hathcock • Kathleen Ellwood •
 Stephen Beatty • Elizabeth Johnson • Roberto Marchioli • Lotte Lauritzen •
 Harry B. Rice • Andrew Shao • James C. Griffiths

Eur J Nutr (2013) 52:1–9

DOI 10.1007/s00394-013-0503-0

생리활성물질 영양 기준치: 새로운 접근이 필요한가? 컨퍼런스 보고서

초록: 영양소는 “필수”와 “비필수”로 분류되는데, 비필수영양소는 생리활성물질이라고 명명되기도 합니다. 필수영양소를 섭취하지 않을 경우 중등도부터 심각한 정도의 생리학적 감소를 나타내는 명백한 결핍을 초래하는 반면, 생리활성물질을 섭취하지 않으면 최상의 건강 상태를 유지할 수 없게 됩니다. 영양 권장량을 정하는 국제식품규격위원회를 비롯해 여러 국가의 규제 기구들은 대부분 필수영양소의 일일 권장 섭취량을 규정해놓고 있습니다. 미국 의학학술원(IOM)은 네 종류의 식이 섭취 참고량을 정의하였습니다. 적절한 정보가 제시된다면, 평균필요량(EAR)과 EAR에서 파생된 하루권장섭취량(RDA), EAR를 확인할 적절한 정보가 없는 영양소에 적용하는 충분섭취량(AI), 끝으로 상한섭취량(UL)이 포함됩니다. 미국의 경우 RDA에서 하루섭취량(DV)이라는 기준을 마련하여 청소년과 성인 대부분에게 적용합니다. 국제식품규정에서, 하루섭취량(DV)의 값은 식품 포장지에 표시된 비율값을 계산하는 데 사용되는 영양기준치(NRV)를 말합니다. 미국 의학학술원 규정 어디에도 이제까지 필수영양소로 알려진 영양소만 수치를 표기할 수 있다고 명시하지 않았습니다. 실제로, 미국 식약청은 식이섭유 수치를 의학학술원 산정값에 의거하여 표기하였습니다. 이번 컨퍼런스는 생리활성물질 가운데 영양기준치(NRV)를 제시하기에 가장 적합한 두 가지 물질인 루테인과 제아잔틴, 그리고 n-3 고도불포화지방산의 정의와 개념, 자료를 탐색할 것입니다.

키워드: 영양기준치, 비필수영양소, 충분 섭취량(AI), 루테인, 제아잔틴, 메소제아잔틴, n-3 고도불포화지방산