

2026년 7월, 출범 확정 제물포구·영종구 서구·검단구		보 도 자 료		이제는 인천입니다 2025 APEC INCHEON		
		배포일자	2024년 6월 14일(금) 총 2매			
담당 부서	보건환경 연구 원	담 당 자	• 식품분석과장 • 담당자	김지형 이수연	☎440-5461 ☎440-5465	
협업 부서	위 생 정 책 과	담 당 자	• 위생관리팀장 • 담당자	문인영 노소정	☎440-2781 ☎440-2784	
사진(이미지)		<input checked="" type="checkbox"/> 없음 <input type="checkbox"/> 있음		참고자료	<input checked="" type="checkbox"/> 없음 <input type="checkbox"/> 있음	
보 도 시 점		배포 즉시 보도하여 주시기 바랍니다.				

인천시, 청소년 많이 찾는 고카페인 제품 안전성 조사 실시

- 고체 식품인 젤리는 고카페인 표시 의무 없어 과다 섭취 주의 필요 -

인천광역시는 ‘먹거리 안전망 사업’의 중점과제로 고카페인 제품의 정확한 정보 및 올바른 섭취에 대한 인식 개선을 위해 「청소년층 다소비 각성효과 제품 안전성 조사」를 실시했다고 밝혔다.

최근 청소년층 사이에서 피로 해소, 각성효과, 집중력 강화 등을 위해 음료뿐만 아니라 젤리, 캔디 형태의 다양한 에너지 제품을 섭취하는 것이 인기를 끌고 있다.

이런 제품의 주원료는 과라나 추출물로, 과라나 씨에는 커피콩보다 약 2배의 카페인을 함유하고 있다.

이에 보건환경연구원은 지난 3월부터 5월까지 시, 군·구와 협업해 온라인과 오프라인에서 유통되는 탄산음료, 혼합음료, 캔디류, 기타가공품, 액

상차, 음료베이스 유형의 에너지 제품 32건을 수거한 후 카페인 함량 및 제품의 기준·규격에 대한 안전성 검사를 실시했고, 검사 결과 모든 제품이 기준·규격에 적합했으며 음료제품은 고카페인 함유 표시를 준수하고 있는 것을 확인했다.

다만 카페인 0.15mg/mL 이상 함유하는 ‘고카페인 함유’ 표시는 액체식품만 적용 대상이며 그 외 제품은 의무 적용이 아니기 때문에 과자처럼 쉽게 섭취할 수 있는 젤리 및 캔디 형태는 고카페인 제품임에도 카페인 함량 및 주의사항 표시가 되어 있지 않아 일일 섭취권고량을 초과해 소비할 가능성이 높다.

특히 청소년이 집중력을 높이기 위해 섭취하는 젤리 제품의 날개 스틱에서 74~111mg의 카페인이 검출됐는데, 체중이 50kg인 청소년의 경우 2개 이상 섭취하면 카페인 일일섭취권고량 125mg을 초과하게 돼 카페인의 과량 섭취로 인한 부작용 발생이 우려된다.

※ 청소년 카페인 최대 일일섭취 권고량 : 체중 1kg당 카페인 2.5mg

한편 식품의약품안전처에 따르면 현행 액체식품에만 적용되는 고카페인 표시 의무를 과라나를 원재료로 한 고체식품까지 확대하도록 관계법령을 개정할 계획이라고 밝혔다.

권문주 인천시 보건환경연구원장은 “각성효과 식품 섭취 시 고카페인 표시, 과라나 추출물의 함유 여부를 확인하고, 일일섭취권고량을 지켜 과도한 카페인 섭취를 막아야 한다” 고 말했다.