

相关单位的联系方式

国家发展与改革委员会公众营养与发展中心 (PNDC)
地址: 北京市西城区木樨地北里甲11号 国宏大厦B座 2001-2003 (100038)
电话: 010-6390-8082
传真: 010-6390-8489

亚洲开发银行 (ADB)
地址: 北京市复兴门内大街156号北京招商国际金融中心D座7层 (100031)
电话: 010-6642-6601
传真: 010-6642-6606

联合国儿童基金会驻中国办事处 (UNICEF)
地址: 北京市三里屯路12号 (100600)
电话: 010-6532-3131
传真: 010-6532-3107

世界卫生组织 (WHO)
地址: 北京市东直门外大街23号 (100600)
电话: 010-6532-7189
传真: 010-6532-2359

卫生部疾病控制司慢性病控制处
地址: 北京市西直门外南大街甲1号 (100044)
电话: 010-6879-2370
传真: 010-6879-2514

中国疾病预防控制中心食品安全所
地址: 北京市南纬路27号 (100500)
电话: 010-8313-2383
传真: 010-8313-2317

国际生命科学学会中国办事处 (ILSI)
地址: 北京市南纬路29号 (100050)
电话: 010-8315-9165
传真: 010-8315-9164

以人为本 科学发展 实现小康



营养与媒体

营养不足与营养失衡并存, 是当前中国公众面临的主要营养问题。实践证明, 营养不良不仅容易诱发疾病, 增加社会医疗负担, 对人们的工作、学习和日常生活也会带来不利影响。

协助公众填补知识空白和纠正认识误区, 形成科学的营养观念和膳食习惯, 是解决公众营养问题的有效途径, 也是媒体的社会责任。

有关食品营养、安全和合理膳食的话题最易吸引眼球, 存在巨大的新闻需求。媒体应客观、如实报道, 经济效益和社会效益并重。

更多的信息可以进入中国公众营养与发展中心的网站:

中国公众营养网 <http://www.pndc.gov.cn>

中国营养联盟网 <http://www.gain.org.cn>

电话: 010-63908082

传真: 010-63908489

E-mail: pndc@pndc.gov.cn



公众营养与发展中心(中国)编辑出版 亚洲开发银行和联合国儿童基金会联合支持



公众营养与发展中心(中国)编辑出版 亚洲开发银行和联合国儿童基金会联合支持

This pamphlet is supported by the Asian Development Bank (ADB) and United Nations Children's Fund (UNICEF). The views expressed herein are those of the authors and do not necessarily reflect the views and policies of UNICEF or the ADB, its Board of Governors, or the governments it represents.

This pamphlet is supported by the Asian Development Bank (ADB) and United Nations Children's Fund (UNICEF). The views expressed herein are those of the authors and do not necessarily reflect the views and policies of UNICEF or the ADB, its Board of Governors, or the governments it represents.



营养问题的严重性和迫切性

1. 营养不足

当前中国公众的温饱问题已经基本得到解决，但部分农村贫困地区人口中的营养不足现象，仍有待改善，例如：

- ★ 2002年全国营养调查数据显示，5岁以下儿童生长迟缓率为14.3%，低体重率为7.8%；
- ★ 农村和西部地区群众的营养不足现象尤为突出，5岁以下儿童生长迟缓率为17.3%，低体重率为9.3%，均高于全国平均水平。

2. 营养过剩

同时，城镇和部分农村发达地区人口中又出现了营养过剩和营养失衡的新问题，加之不良的生活方式和习惯，导致非传染性疾病的增加，例如：

- ★ 2002年全国营养调查显示，有约2亿人体重超标，6,000万人肥胖；大城市儿童肥胖率已达8.1%；
- ★ 高能量高脂肪的饮食结构导致营养过剩，居民中的慢性病、特别是心脑血管病的患病率明显上升。据估计，目前18岁以上成人中高血压患病率为18.8%，糖尿病患病率为2.6%，血脂异常患病率为18.6%；

西方发达国家的经验表明，因营养过剩或失衡导致慢性病高发，占用了巨大的医疗资源，造成庞大的经济负担，中国应引以为戒，防患于未然。

3. 维生素和矿物质缺乏

无论城市还是农村，富裕人群还是贫困人群，同样面临着微量营养素缺乏这一“隐形杀手”的威胁。孕妇和婴幼儿微量营养素的缺乏，将给青少年的身体和智力发育造成不可挽回的损失，例如：

- ★ 碘缺乏人群的智商（IQ）水平低于正常人群10~15个百分点；
- ★ 叶酸缺乏导致神经管畸形等出生缺陷；
- ★ 维生素A和锌缺乏可以降低机体的免疫力，容易感染传染性疾病；
- ★ 铁缺乏影响儿童的智力发育和学习能力，使其注意力难以集中，对社会交往的兴趣大为降低；
- ★ 据估算，由于缺铁和缺碘可造成直接经济损失达0.7%，儿童成年以后的劳动生产力降低带来的未来损失可高达GDP的3.8%。

改善公众营养的途径

合理平衡的膳食、食物营养素强化和营养补充剂是改善公众营养的三大途径。

- ★ 在考虑经济条件、膳食习惯和营养知识等因素的基础上，合理膳食是改善公



众营养最基本的途径。合理膳食主要是指：减少脂肪的摄入量，多吃新鲜的蔬菜和水果，提高肉类、鱼类等富含蛋白质的食物比例。这需要依靠加强营养教育、向贫困人口提供充足的食物援助、提高生产标准保证食物的安全和数量。

- ★ 食物营养素强化是国际公认的、最为经济有效的改善公众营养的途径；所谓食物强化主要是向面粉和其他主食内添加铁、叶酸、维生素A、维生素B12、锌等微量元素和矿物质。
- ★ 营养素补充剂的特点是方便有效，费用较高。如果有针对性地向计划怀孕/孕期妇女、婴幼儿等高危人群提供营养素补充剂就可以节约成本。
- ★ 除上述的三大途径之外，倡导大众进行科学、规律、适度的运动。无论是儿童、长者还是体育运动员，良好的营养是健康体格的关键；同时，体育锻炼可以帮助身体更好的调节营养状况。营养与运动相结合，得到的是双赢的结果。

媒体的作用

媒体在中国公众营养改善工作中能够发挥不可替代的作用。

1. 食品营养和食品安全是当前中国政府和公众普遍关心的热点问题。媒体通过对此类热点新闻的挖掘、报道、评论和讨论，反映和聚焦公众对营养问题的关注，并为其参与公众营养改善提供窗口和平台。
2. 媒体依托营养专家和学者，通过正确、不懈、因地制宜和深入浅出的宣传、教育和引导，协助公众填补知识空白和纠正认识误区，形成符合科学和健康要求的营养观念和膳食习惯。如对阜阳奶粉事件等社会热点问题的报道和讨论，引导社会对母乳喂养科学方法的关注和重视。
3. 改善公众营养是中国政府的一贯方针，并得到有关国际组织和机构的大力支持。媒体全面及时地宣传有关公众营养改善的方针政策，报道有关公众营养改善项目的进展和成就，推动公众营养改善工作的全面开展。

目前我国开展的营养改善项目与联系单位

- ★ 公众营养改善和国家发展规划项目——国家发展改革委公众营养与发展中心、亚洲开发银行和联合国儿童基金会；
- ★ 平衡膳食倡导项目——卫生部 and 世界卫生组织；
- ★ 中国西部地区面粉强化试点项目——国家发展改革委公众营养与发展中心、国家粮食局、卫生部；
- ★ 铁强化酱油项目与农村妇女儿童的铁营养状况改善项目——中国疾病预防控制中心；
- ★ 食盐加碘项目——联合国儿童基金会和卫生部（控制碘缺乏病，中国的碘盐普及率已达到95%，是世界公认的成功范例）；
- ★ 婴幼儿辅食添加试点项目——联合国儿童基金会和卫生部；
- ★ 贫困地区婴幼儿膳食营养素添加试点项目——联合国儿童基金会和卫生部；
- ★ 学生营养餐项目——教育部、卫生部和国家发展改革委公众营养与发展中心。