

我国中小學生营养与健康状况



赵文华

2015年11月20日



中国疾病预防控制中心 营养与健康所



主要内容



中小学生营养和健康的重要性

我国中小学生的营养状况

◆ 身高和体重

◆ 营养不良状况

◆ 营养性疾病和常见病

◆ 行为和生活方式

学生营养主要问题

讨论和建议

2008

哥本哈根共识

8位专家,其中有5位诺贝尔奖获得者(经济学家),以750亿美元为基础,以成本效益分析对30多个方案进行从优到差排序



序次	解决措施	问题
1	儿童微量营养素补充(维生素A和锌)	营养不良
2	多哈发展议程	贸易
3	微量营养素强化(铁和碘盐)	营养不良
4	扩大免疫覆盖率	疾病
5	生物强化	营养不良
6	学校驱虫和营养项目	营养和教育
7	降低上学费用	教育
8	增加和改善女童入学	妇女
9	社区为基础的营养项目	营养不良
10	对妇女提供生育的支持	妇女



2009 全球120多个机构提出SUN行动(Scaling Up Nutrition, 扩大营养改善)

如果孩子们都健康并具有创造力，他们的家庭、社区和国家将变得更强大

Scaling Up
NUTRITION

ENGAGE • INSPIRE • INVEST

HOME • SUN COUNTRIES • ABOUT • SUN NETWORKS • UPDATES • RESOURCES

When children are healthy and productive their families, communities, and countries become stronger.

51 COUNTRIES
SCALING UP
NUTRITION

SUN is a global movement led by countries.

Working together to scale up nutrition in SUN countries, we are achieving what no one of us can do alone.

[SEE THE COUNTRIES ►](#)

◀ ● ● ● ● ● ▶



2012, WHO

2025年全球营养目标

- 5岁以下儿童矮小人数减少40%；
- 育龄妇女贫血率减少50%；
- 出身低体重婴儿人数减少30%；
- 儿童超重率不增加；
- 婴儿6个月纯母乳喂养率增加50%；
- 儿童消瘦率减少到5%，并维持或继续降低。



2014 FAO等第二届国际营养大会 (ICN2)

- ✓ 各种形式的营养不良问题：包括营养不足、微量营养素缺乏症、超重和肥胖症。
- ✓ 各种形式的营养不良不仅会对人们身体发育和认知发展造成负面影响，损害免疫系统，增加对传染性和非传染性疾病的易感性，限制人类实现潜能，降低生产力，以至威胁健康和福祉，而且还会给个人、家庭、社区和国家带来负面社会经济后果，造成沉重负担。
- ✓ 营养政策应促进生命各阶段获得多样化、平衡、健康的膳食。尤其是，应特别关注从怀孕到婴儿2岁的前一千日，以及孕妇和哺乳妇女、育龄妇女和少女。



我国中小學生營養健康狀況



身高和体
重

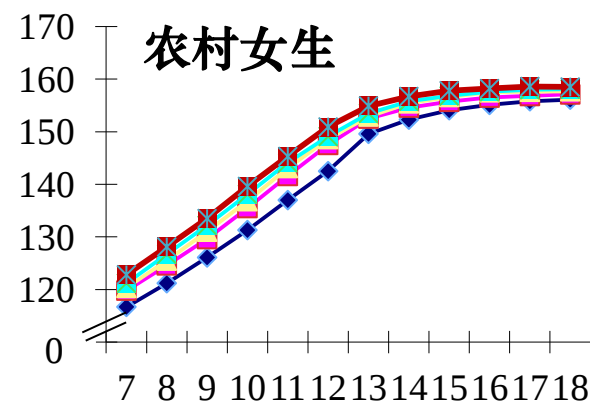
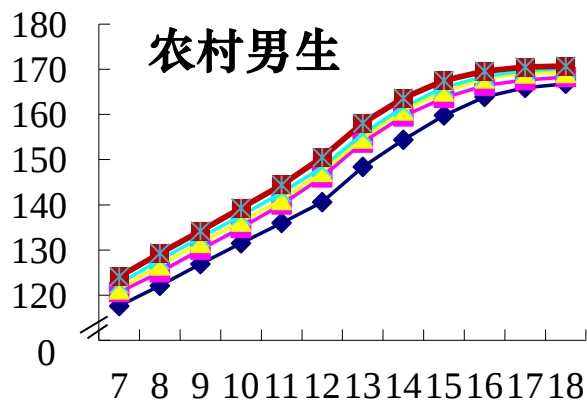
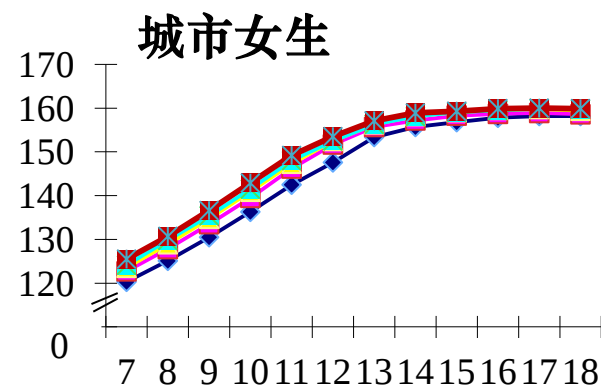
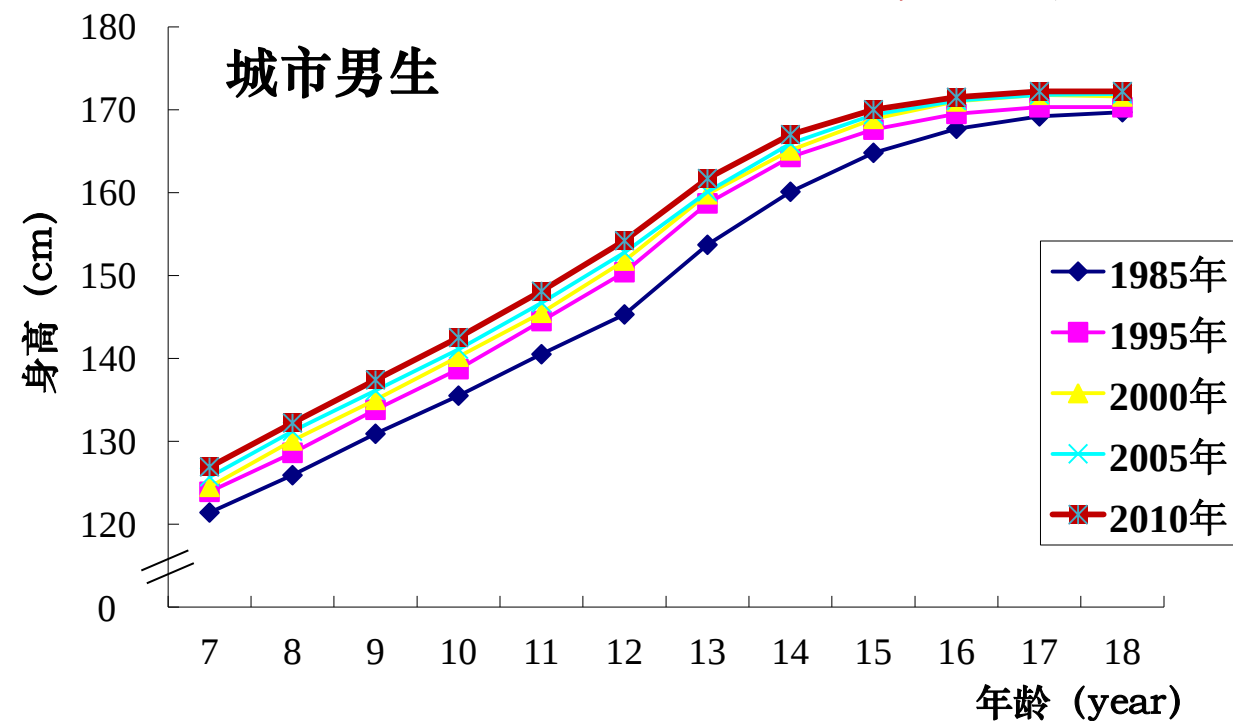
营养不
良

营养性疾病
及常见病

行为和生
活方式

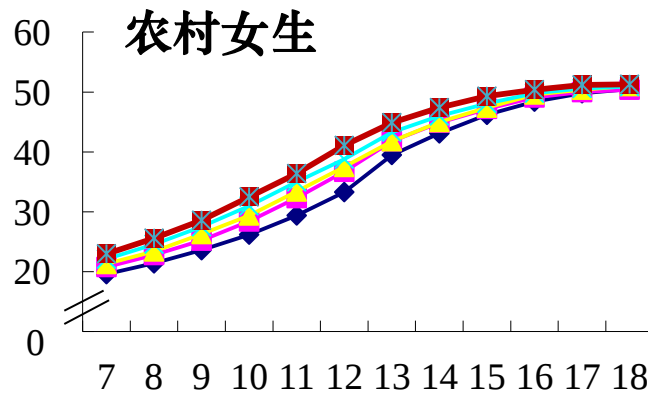
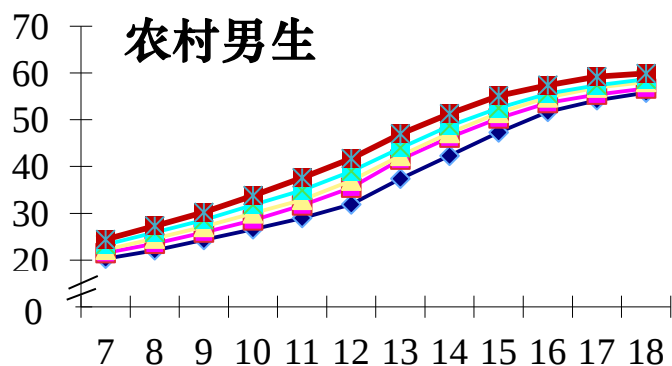
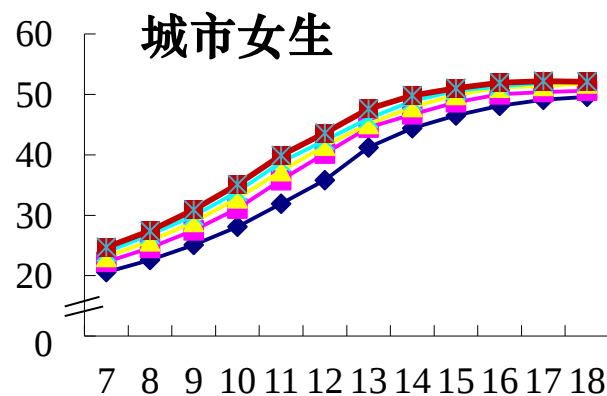
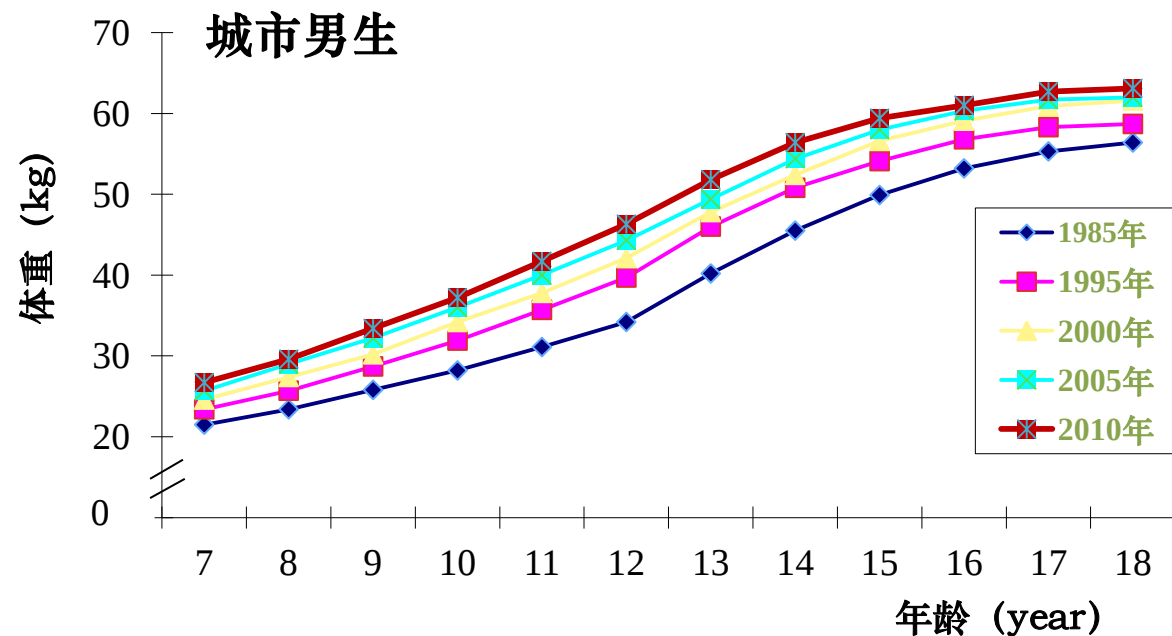


我国中小學生身高及变化 (1985-2010)



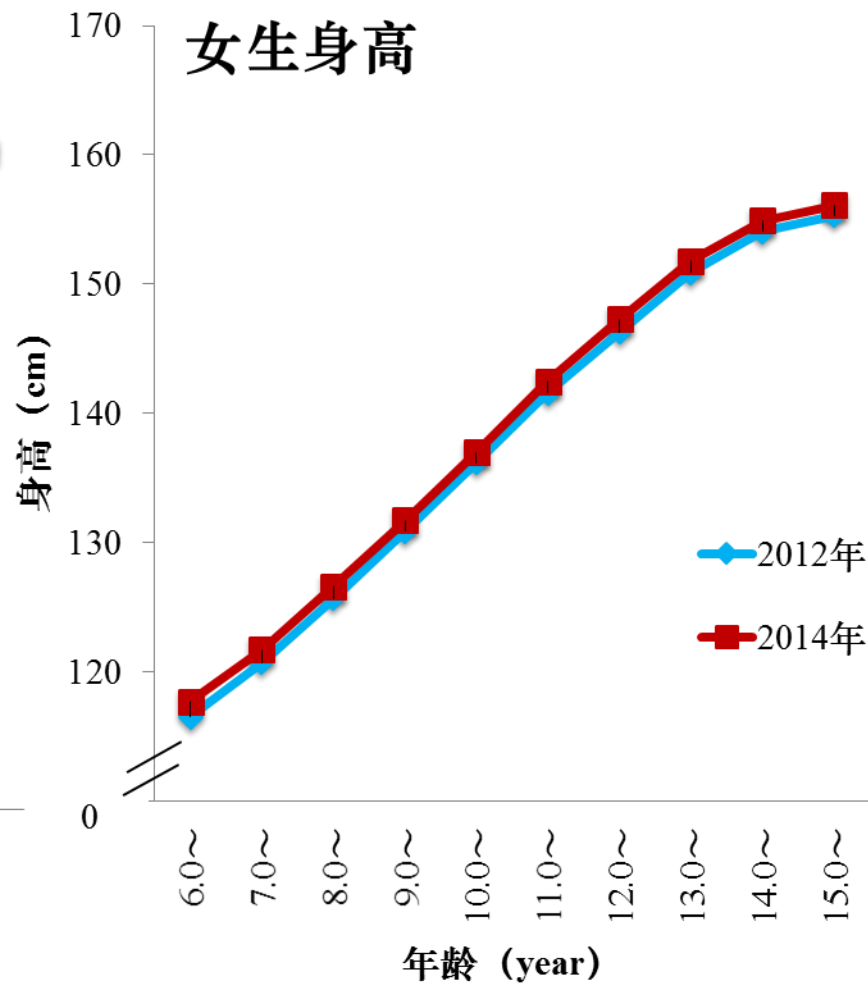
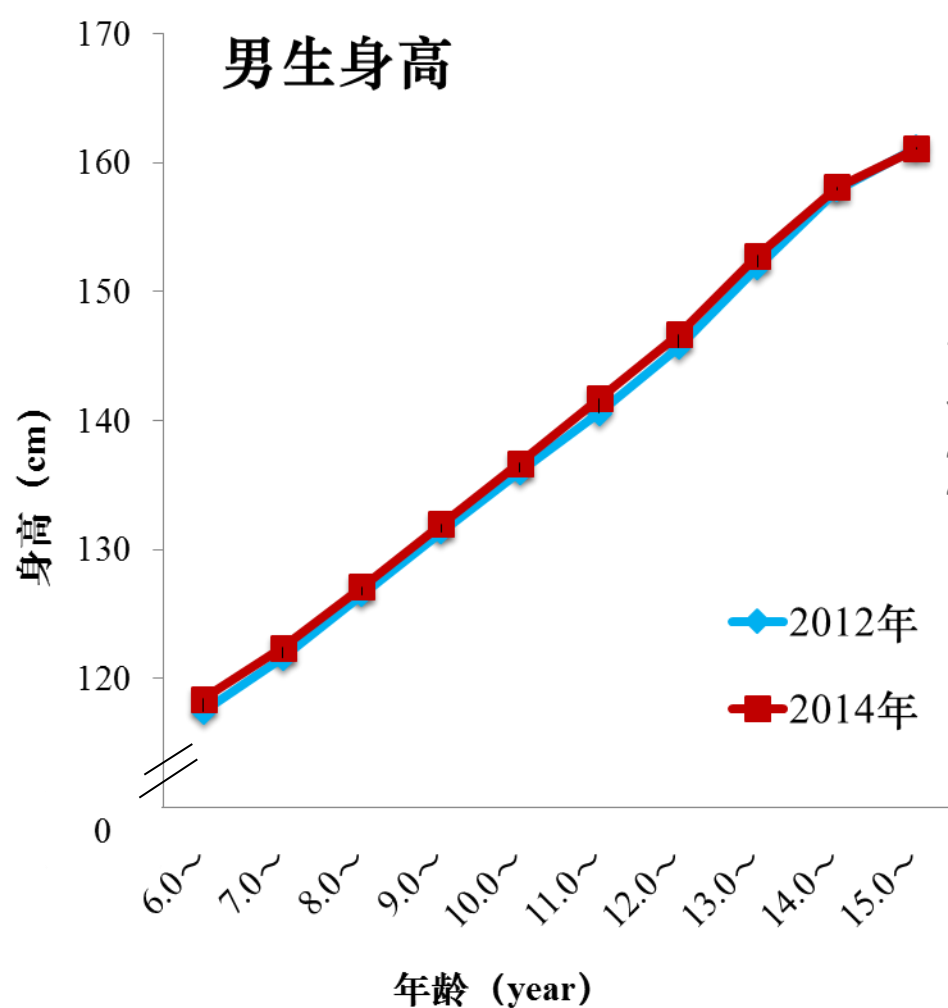


我国中小学生**体重**及变化 (1985-2010)





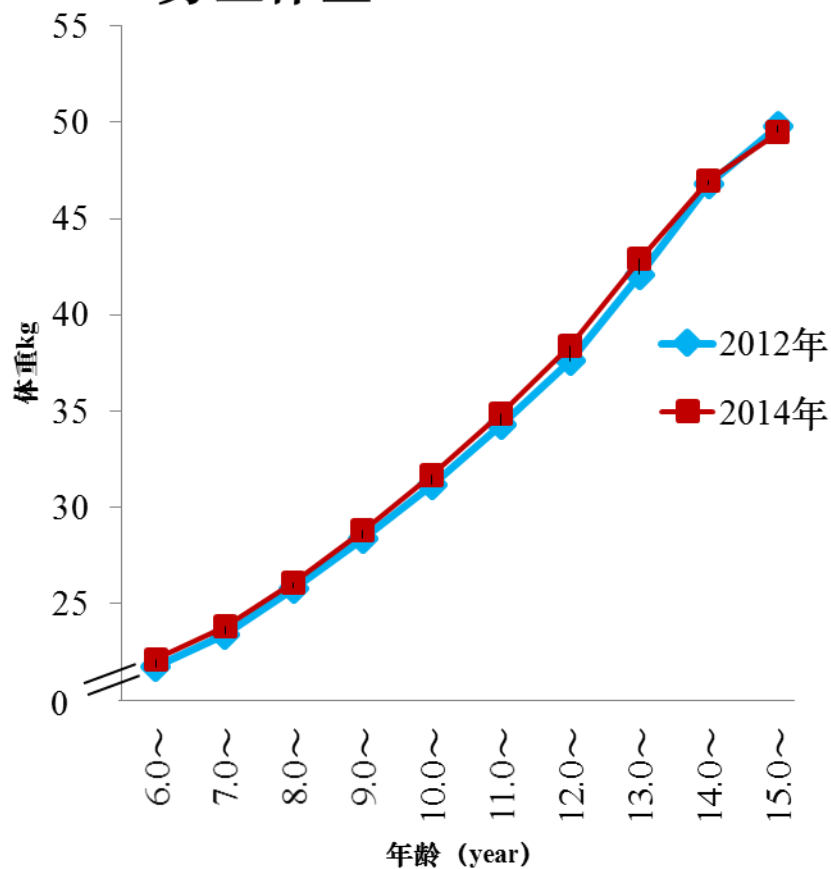
“农村义务教育学生营养改善计划”学生身高比较



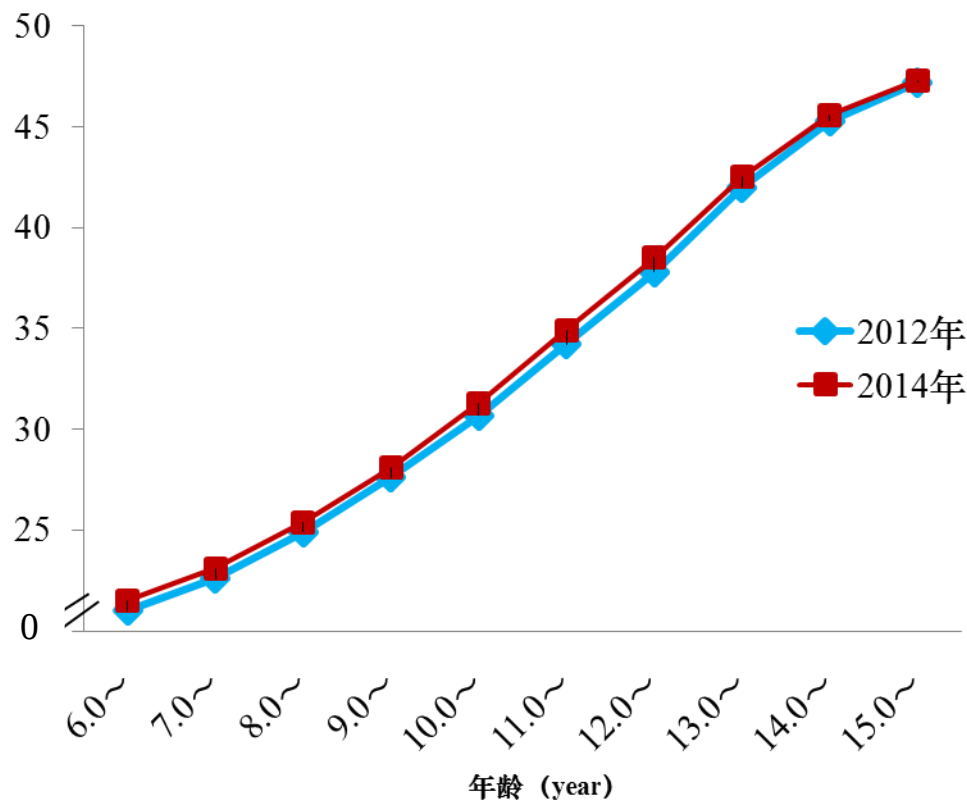


“农村义务教育学生营养改善计划”学生体重比较

男生体重



女生体重





(二) 营养不良



生长迟缓
和
消瘦

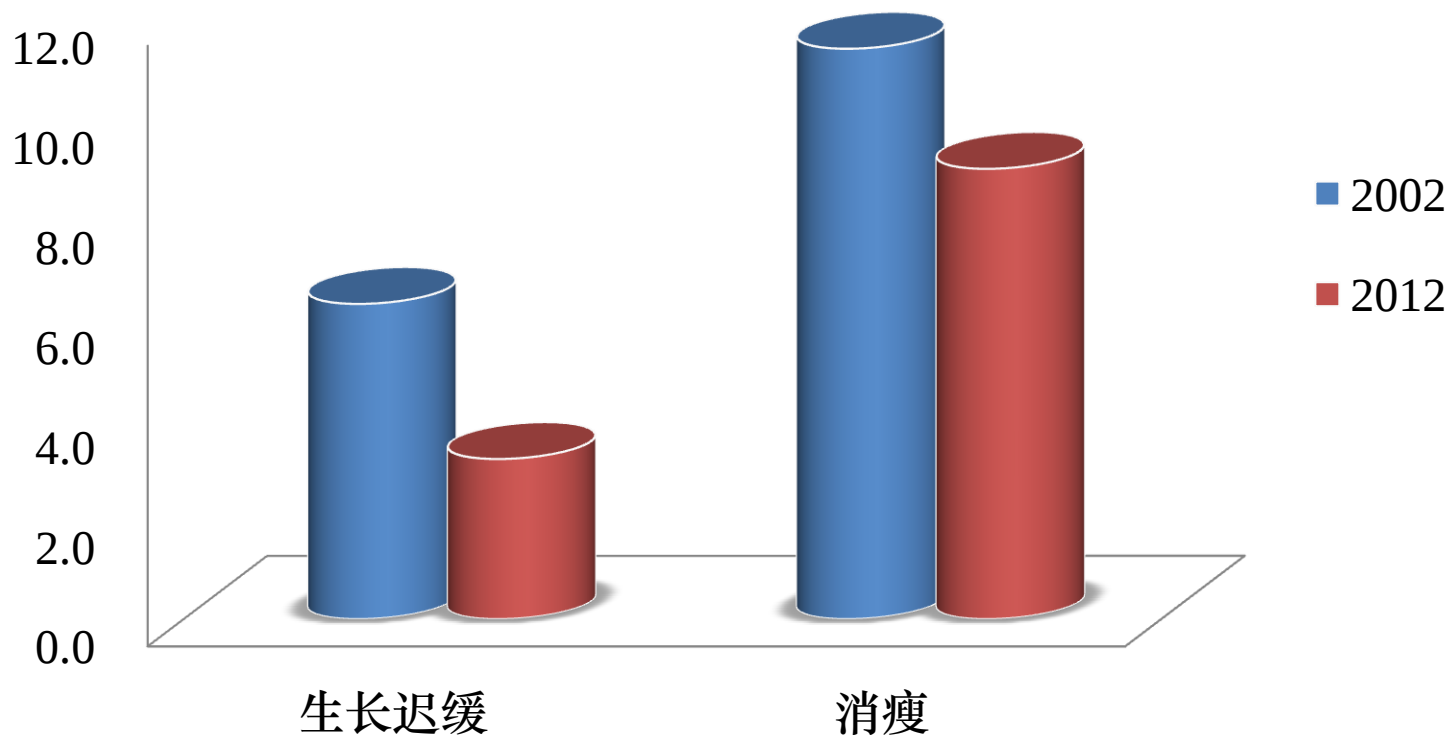
微量
营养素
缺乏

超重
肥胖

生长迟缓和消瘦：现状及变化



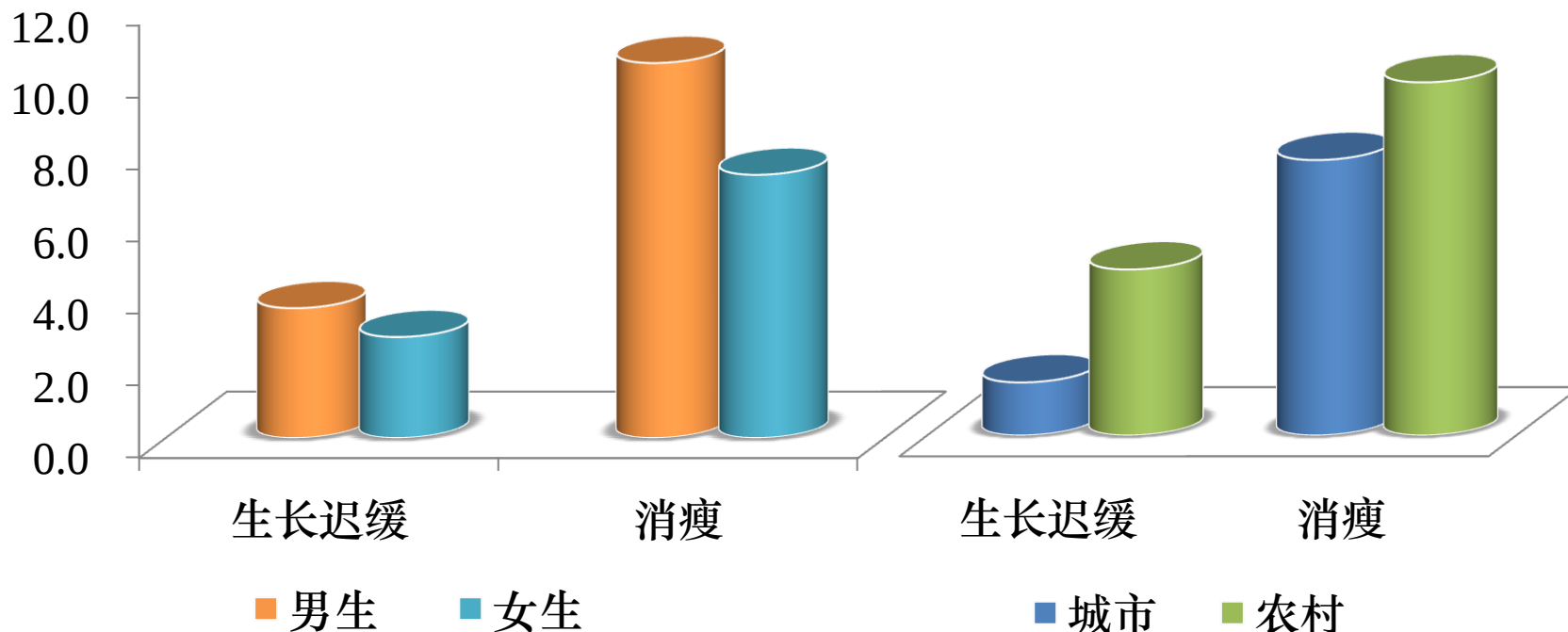
我国6~17岁儿童青少年生长迟缓率和消瘦率及变化
(%)



生长迟缓和消瘦：性别及城乡分布

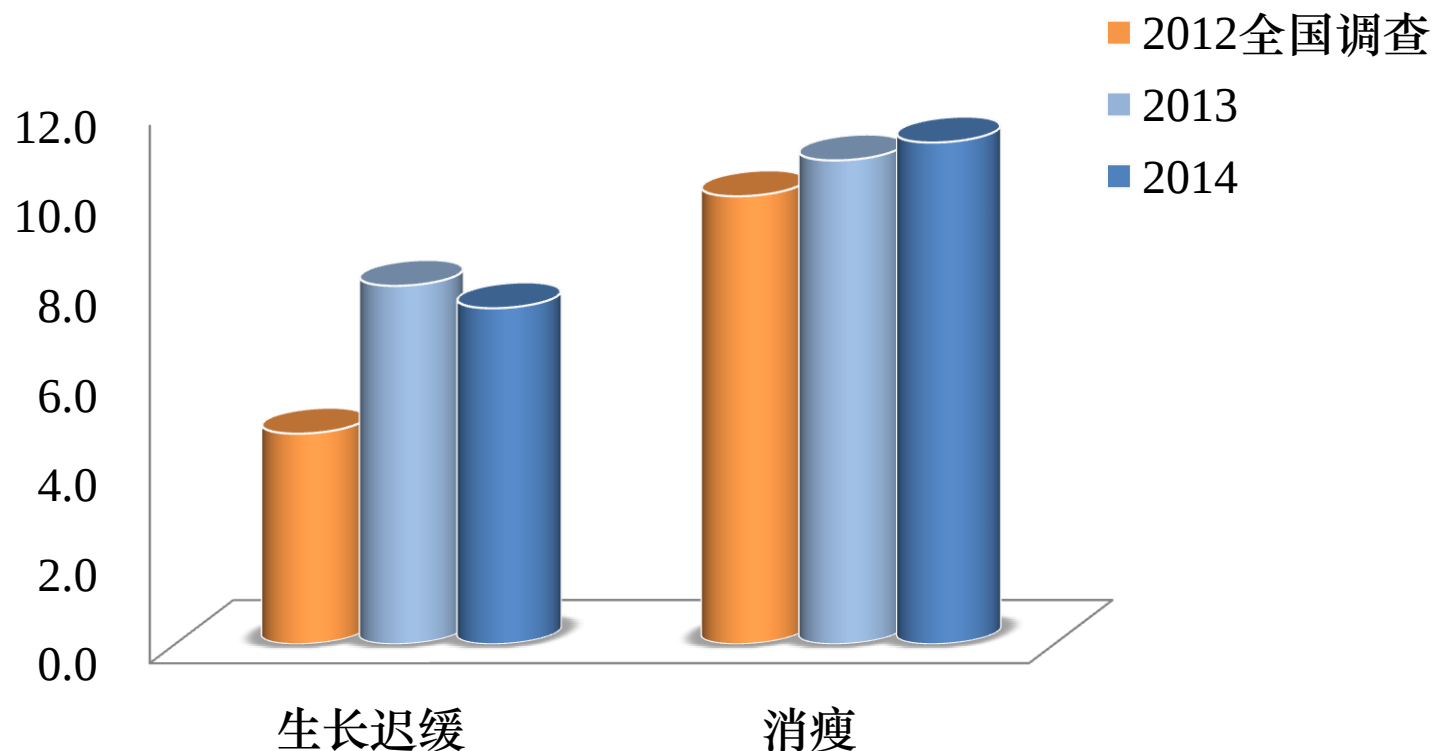


2012年我国6~17岁儿童青少年生长迟缓和消瘦率（%）





“农村义务教育学生营养改善计划” 学生生长迟缓和消瘦率（%）



全国699个监测县的学生生长迟缓率有所下降，但仍高于全国农村平均水平。



微量营养素缺乏



贫血

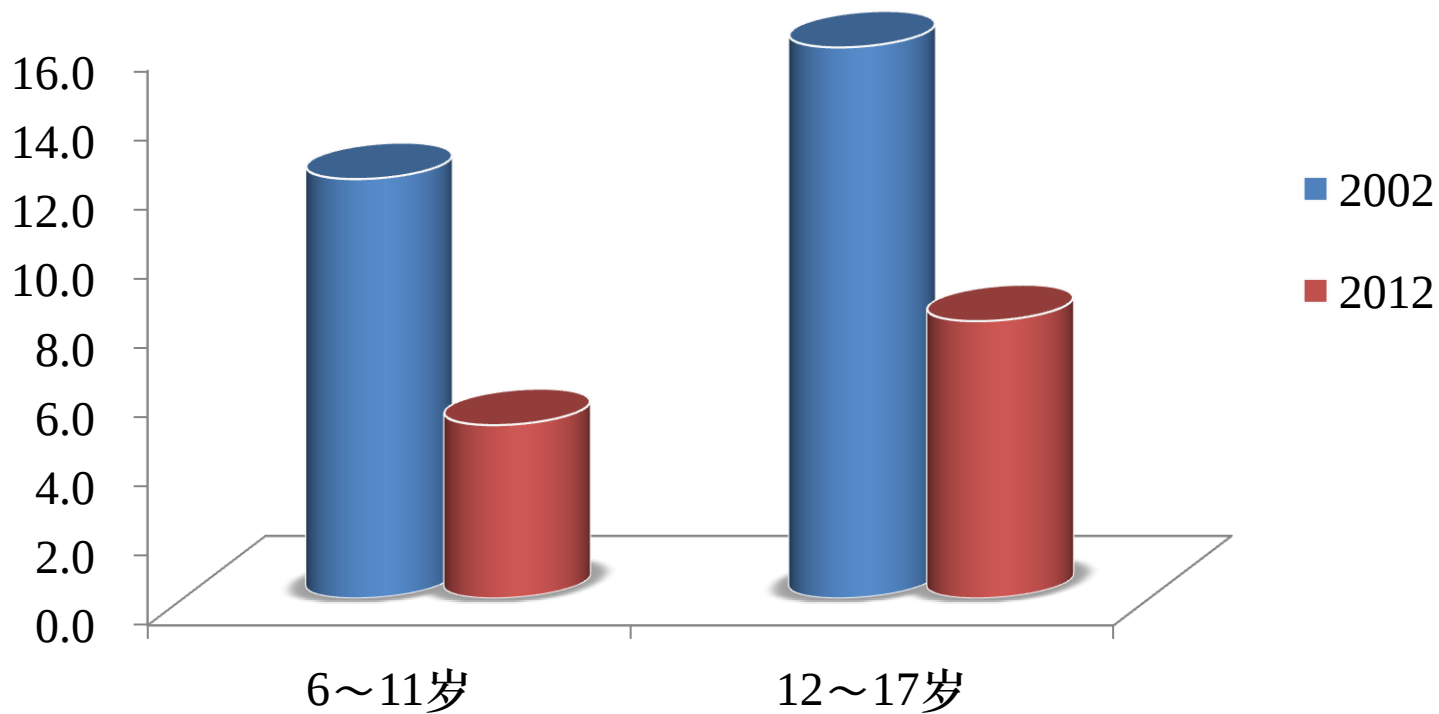
维生素A缺乏及边缘缺乏



贫血：年龄分布



我国6~17岁儿童青少年贫血患病率比较 (%)

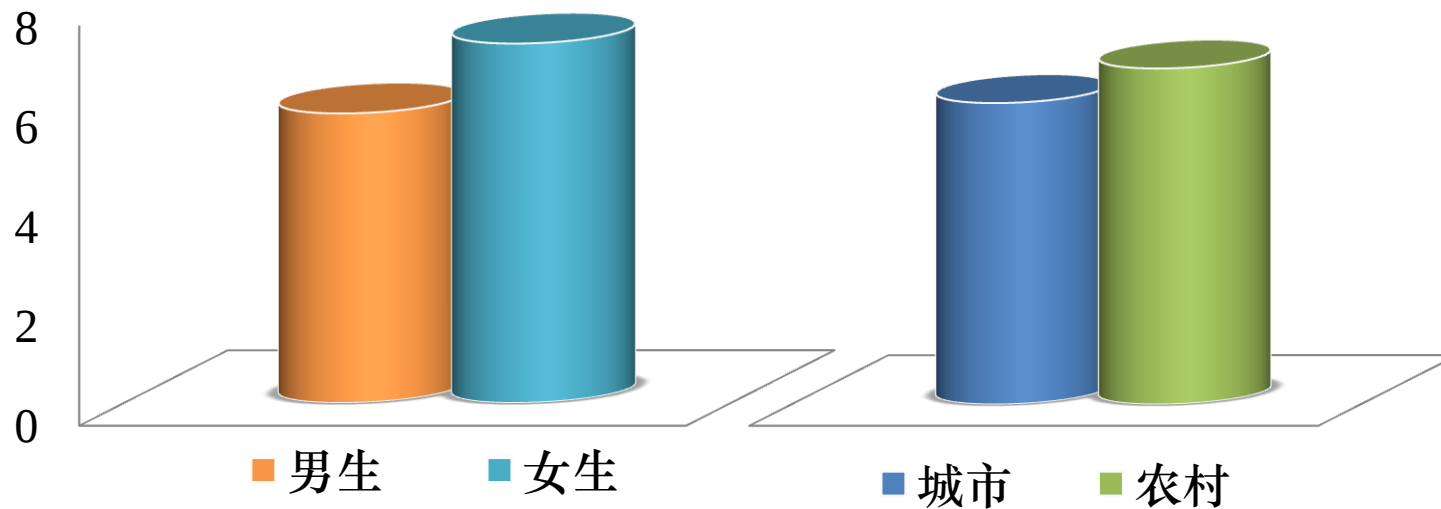




贫血：性别及城乡分布



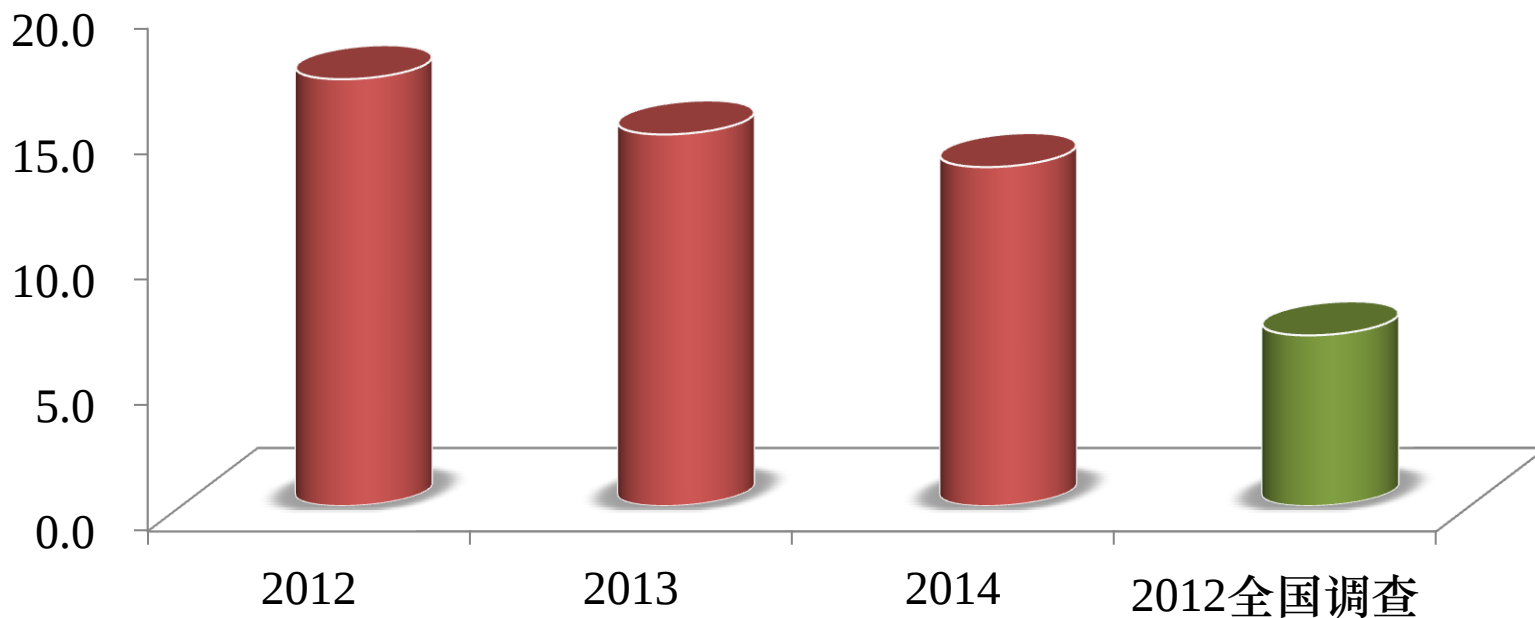
2012年我国6~17岁儿童青少年贫血患病率 (%)





贫血：项目地区与全国

“农村义务教育学生营养改善计划”学生贫血患病率比较 (%)



699个监测县中学生的贫血率逐年下降，但仍高于2012年的全国农村平均水平。

维生素A缺乏及边缘缺乏



- 2012年中国居民营养与健康监测显示，我国6~12岁儿童维生素A边缘缺乏率较2002年显著下降。
- 2013年“农村义务教育学生营养改善计划”监测，学生维生素A缺乏率及边缘缺乏率也已呈现出较低的水平。



超重和肥胖

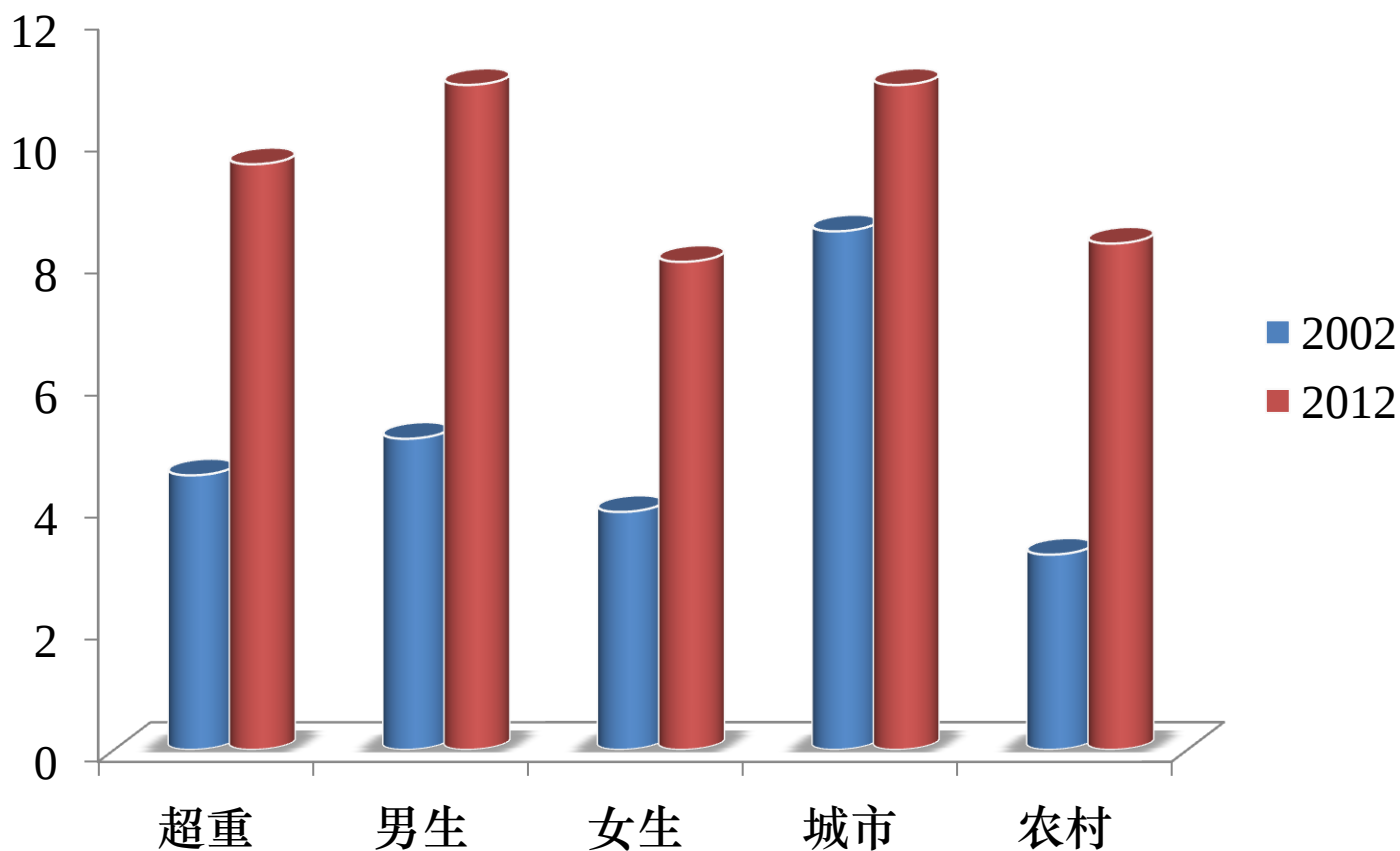


- 儿童少年超重和肥胖发生率的迅速增加已成为突出的公共卫生问题。
- 超重肥胖是营养不良，也是健康的最主要危险因素之一。





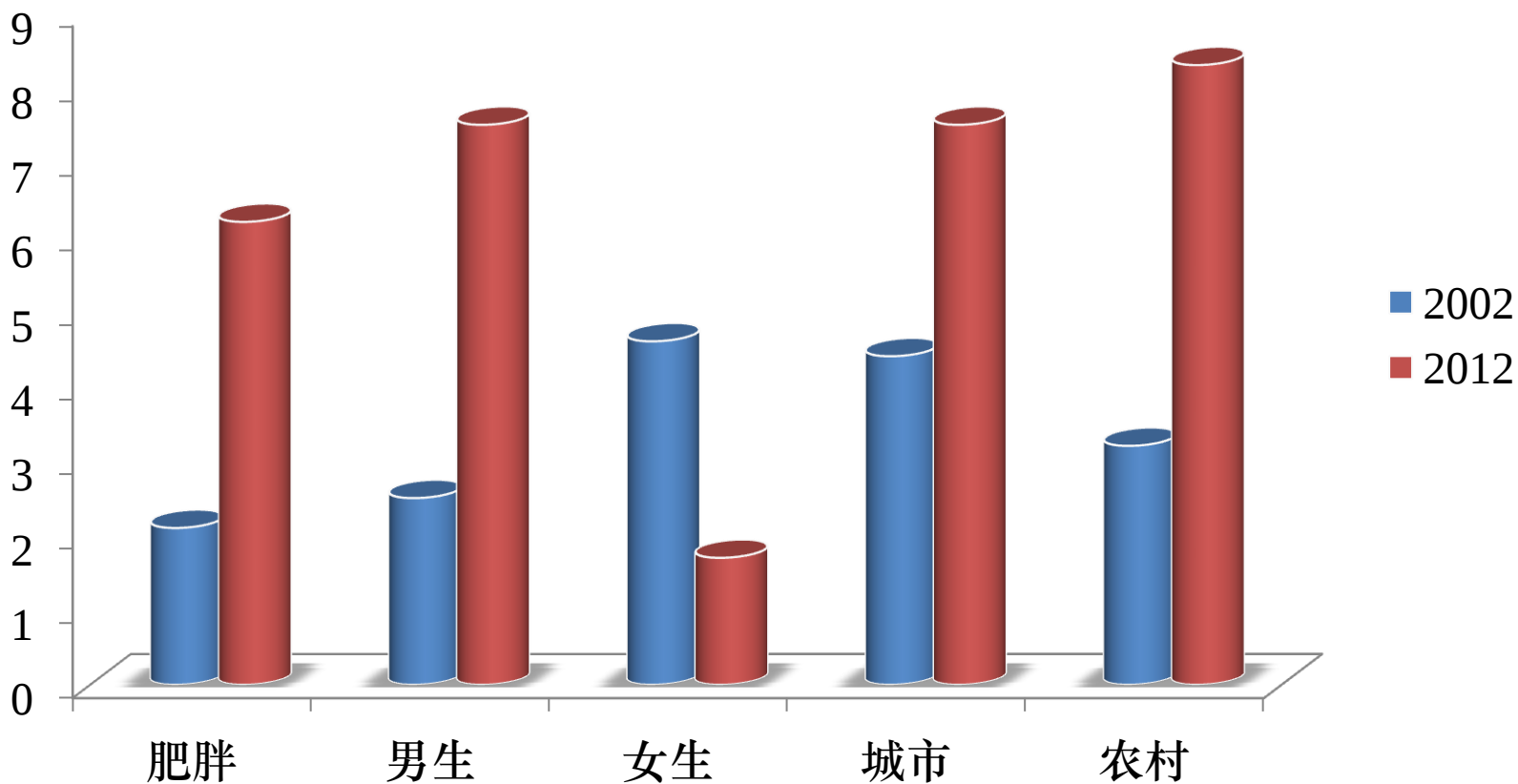
我国7~17岁儿童青少年超重率比较 (%)



肥胖：分布特征及变化



我国7~17岁儿童青少年肥胖率比较（%）





营养相关性疾病及常见病



营养相关性疾病

高血压

糖尿病

常见病

龋齿

视力不良



高血压和糖尿病

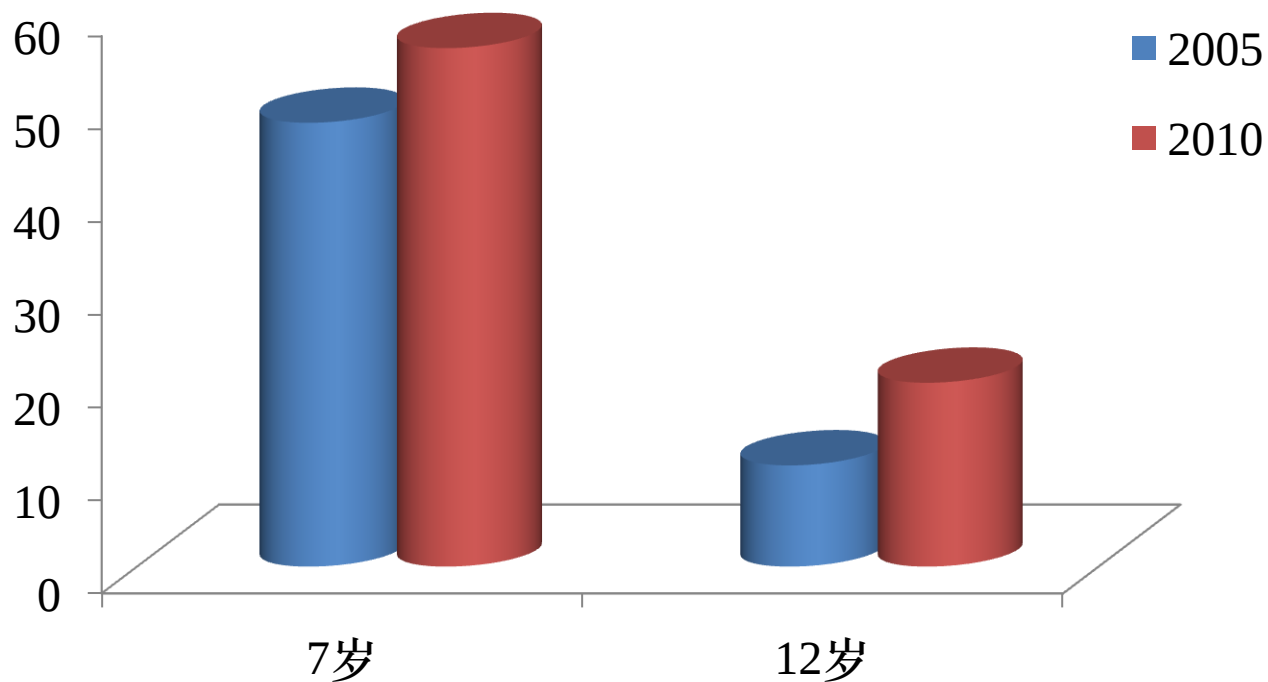


- 我国6~17岁儿童青少年高血压随着年龄的增
长逐渐增高。
- 我国6~17岁儿童青少年糖尿病患病率较2002
年增加。



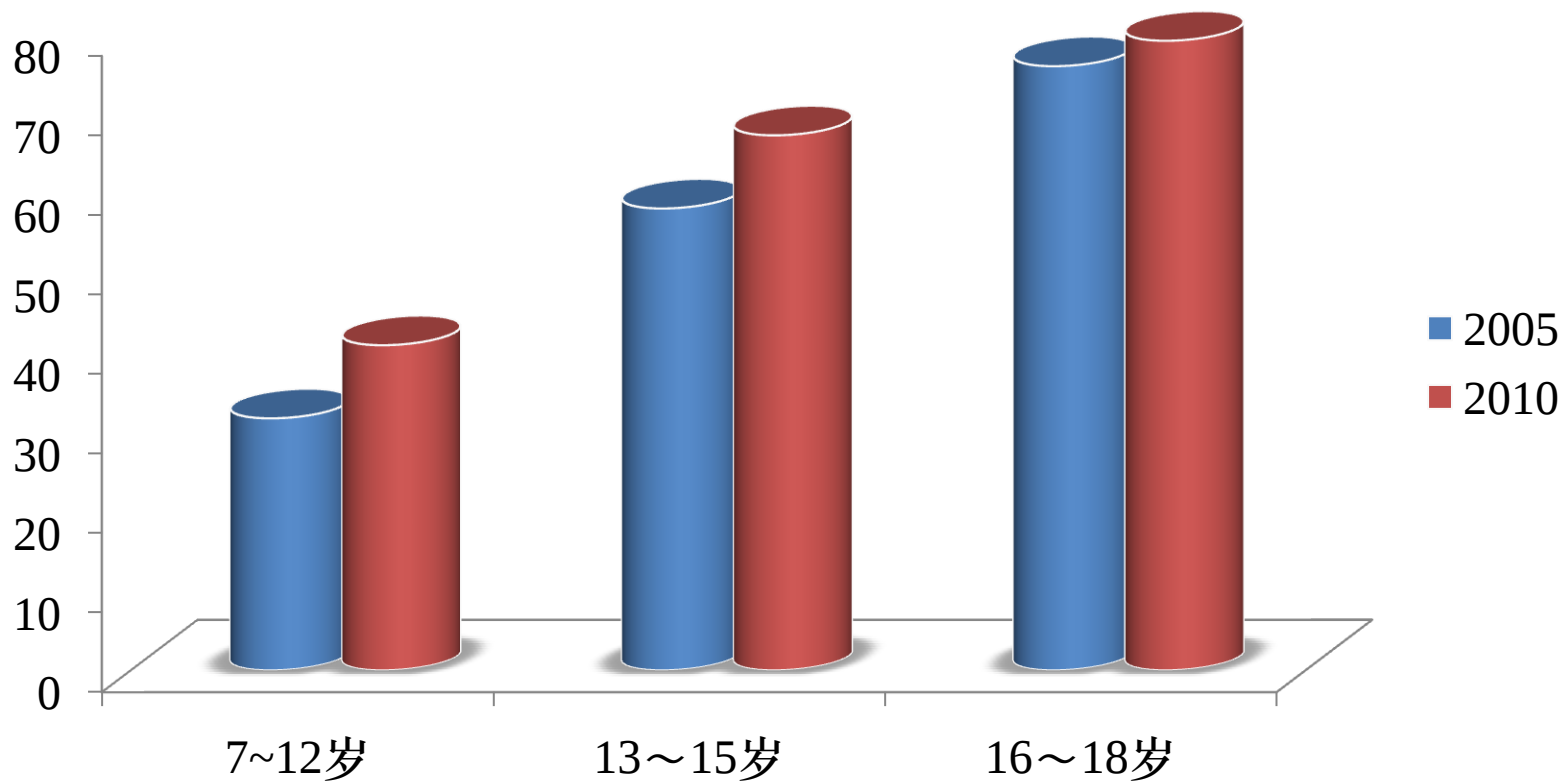


我国城市男生的龋齿患病率比较 (%)





我国中小学生视力不良检出率比较 (%)





饮食行为



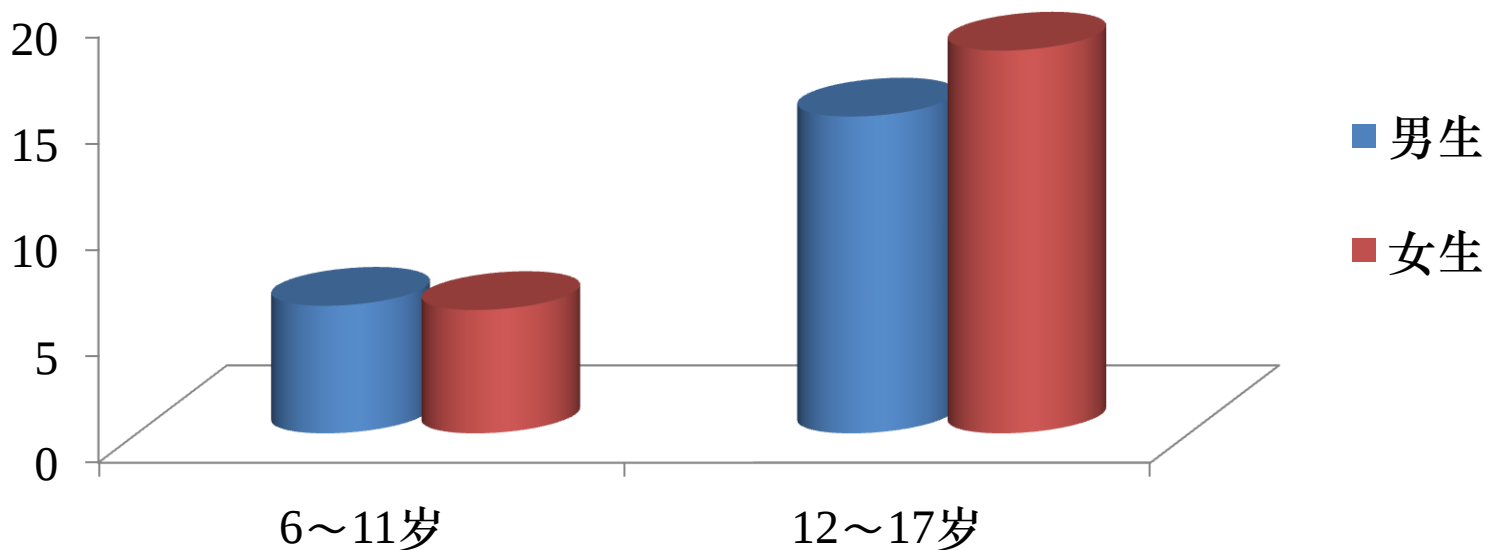
身体活动



饮酒



2012年我国6~17岁儿童青少年调查期间达不到 每日三餐的比例（%）





饮食行为：零食消费



2013 “农村义务教育学生营养改善计划” 监测 学生吃零食、喝饮料情况

每天吃1次以上的零食

79.7%

30.9%

每天花费2元及以上用于购买零食

每天喝1杯以上的饮料

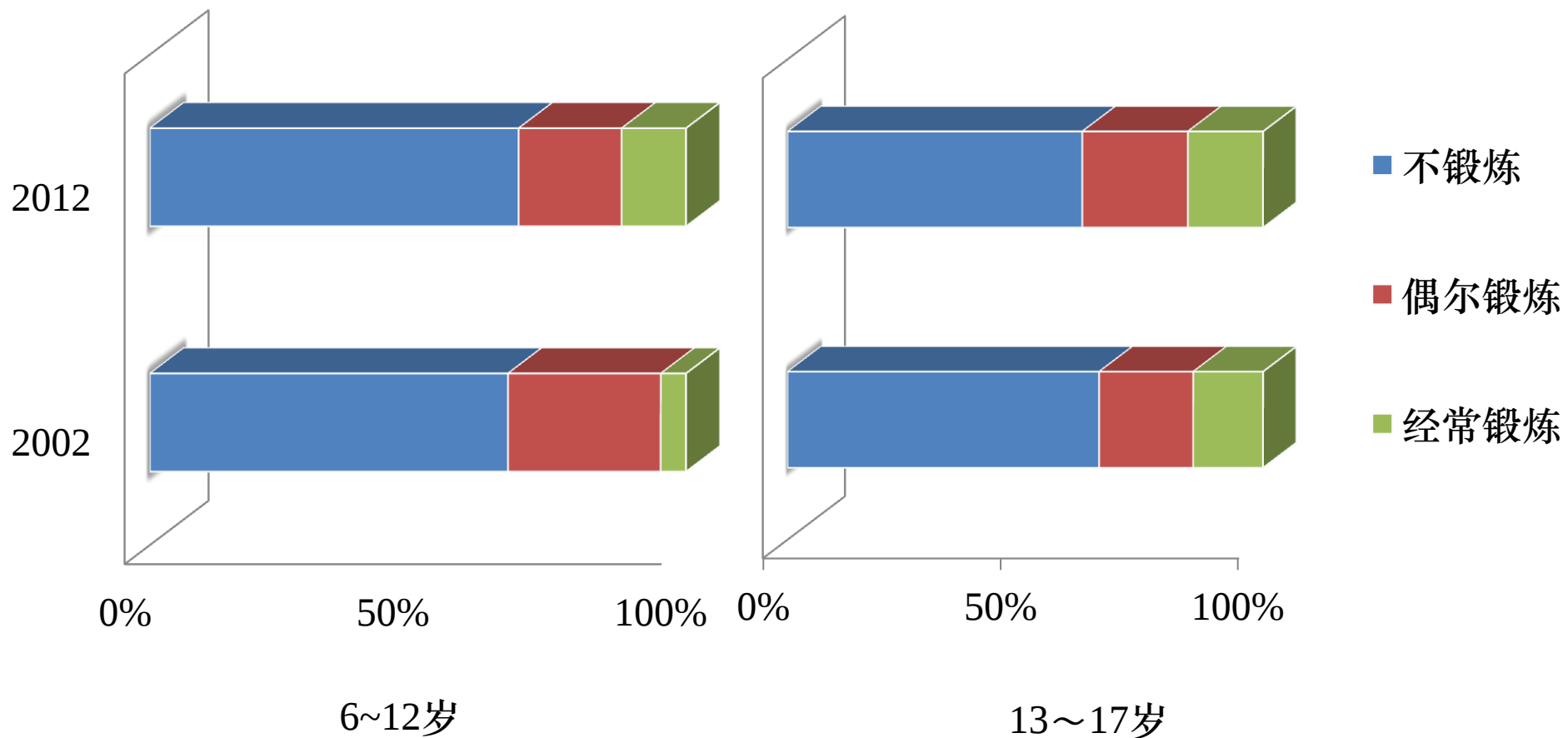
48.9%

40%

最常喝的是碳酸饮料



我国中小学生身体活动情况比较 (%)





饮酒状况



- 2010-2012年中国营养与健康调查以及相关研究：
- 我国15~17岁青少年饮酒率较2002年有所增加，男生高于女生。



学生营养主要问题



1. 无论是城市还是农村，超重肥胖增长迅速。
2. 农村地区多种营养不良并存。
3. 中小学生饮食行为亟待关注。
4. 青春期和升学阶段的中小学生消瘦率较高。
5. 高血压、糖尿病等低龄化需警惕。



讨论与建议



- ◆ 推广学校营养供餐，改善学生营养状况
- ◆ 呼吁社会多方参与，创建良好饮食环境
- ◆ 加强学生营养监测，掌握学生营养动向
- ◆ 开展学生营养教育，培养健康饮食行为
- ◆ 推进营养立法，保障学生营养健康

结束语

营养对人的生长、发育、疾病预防、疾病治疗、疾病康复、维护健康和功能、寿命与生命质量有着长期和终身的影响。

中小學生处于生长发育的关键阶段，也是行为习惯养成的重要时期。中小學生营养是健康人力、健康国力和社會可持续发展的基础。

为了学生好营养，让我们共同努力！

谢谢大家！

