第二届国际营养大会

2014年11月19-21

联合国粮食及农业组织

营养的重要性

何谓营养不良?

营养不良是由于提供膳食热能的宏量元素（碳水化合物、蛋白质、脂肪）和对身体及智力发育至关重要的微量元素（维生素和矿物质）摄入不足、失衡或过量所造成的一种不正常生理状况。其表现形式有多种，包括：

- 食物不足和营养不足 — 系指食物摄入量不足，不能满足膳食热能需求；
- 微量元素缺乏症 — 系指缺乏一种或多种至关重要的维生素和矿物质；以及
- 营养过剩和肥胖 — 系指有害健康的脂肪不正常或过量堆积。

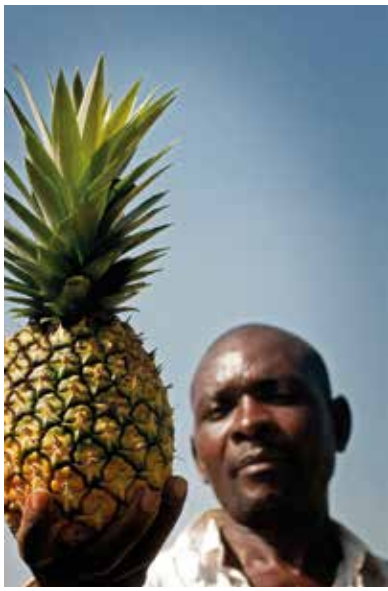
对健康的影响

营养水平不仅是社会和经济总体发展的结果，而且还是影响健康、生产力和整个福祉的重要因素。营养不良的人抵御疾病的能力薄弱，更加容易和频繁患病，而且快速康复和痊愈的能力较差。

营养不足和微量营养素缺乏症对儿童的危害尤其严重，使他们容易受传染病侵害，并最终造成身体和智力发育不良。

慢性营养不足会导致身体发育迟缓（低年龄别身高）和消瘦（低身高别体重）。不能提供足够微量营养素的饮食有可能导致严重疾病，包括贫血、智力低下和永久性失明。

营养不足和微量营养素缺乏症均会影响儿童的智力发育，阻碍他们在学业上充分发挥潜力，从而影响他们未来获得就业和收入的机会，并陷入贫穷的恶性循环。就在贫困国家持续受到营养不足困扰的同时，全球各区域超重和肥胖病发生率不断升高 — 从1980年的24%增加到2008年的34%。超重和肥胖问题可增加罹患非传染性疾病的风险：如心血管疾病、糖尿病、某些癌症和骨关节炎等，给公众健康构成了巨大威胁。



©粮农组织/Christena Dowsett

社会和经济成本

尽管超重和肥胖现象急剧增加，但妇幼营养不足和体重不足的情况依然是世界上主要与营养相关的健康问题，有1.61亿五岁以下儿童长期营养不足。

从经济角度看，营养不足和微量元素缺乏会影响人体的发育、生产力和经济增长，由此造成的损失估计约占全球国内生产总值的2-3%。营养不足还是导致贫困在数代人之间延续的主要原因之一。母亲发育迟缓是造成婴儿出生体重不足的重要预示因素，而这反过来又增加了儿童的身体和智力受到伤害的危险，并将使他们承受由此产生的经济负担。超重和肥胖造成的经济成本主要来自医疗保健费用的增加和经济生产力的下降。对经济产出的最新估计显示，与超重和肥胖相关的非传染性疾病将在未来20年里导致47万亿美元的损失。如果将卫生保健支出包括在内，总的成本会更大。

粮农组织营养战略

这些营养水平方面的最新趋势日益归因于经济的转型和生活方式的改变，而且还包括粮食系统的快速工业化。需要打造可持续的粮食系统，以满足所有人的营养需求，同时促进经济增长和维护未来的生产力所依赖的宝贵自然资源。粮农组织旨在提高营养水平的战略以粮食和农业为基础，注重家庭和地方一级的弱势群体，开展跨部门（包括公众卫生）协作。粮农组织主张发展中国家将明确的营养目标纳入农业、卫生、教育、经济和社会保护政策。

通过对农场到餐桌整条食品链进行营养监测，可以确定关键点，了解食品的“营养价值”是否有被降低的最大危险，以及是否已采取措施来确保食品的营养质量。同时，营养敏感型农业和以粮食为基础的干预措施以支持农民和社区的生计及增加全年粮食可供量为优先重点。

©粮农组织/J. Razuri

营养不良的代价

营养不良导致的全球经济损失估计为每年3.5万亿美元

营养不足和微量元素缺乏造成的损失估计为每年1.4-2.1万亿美元

2010年，与肥胖和超重相的非传染性疾病造成的损失关估计为1.4万亿美元

妇幼营养不良造成全球最严重的与营养有关的健康负担

主要数字全部来自《2013年粮食及农业状况》报告：*http://www.fao.org/publications/sofa/2013/zh/*

#icn2 **fao.org/icn2**