



联合国
粮食及
农业组织

Food and Agriculture
Organization of the
United Nations

Organisation des Nations
Unies pour l'alimentation
et l'agriculture

Продовольственная и
сельскохозяйственная организация
Объединенных Наций

Organización de las
Naciones Unidas para la
Alimentación y la Agricultura

منظمة
الأغذية والزراعة
للأمم المتحدة

农业委员会

第二十九届会议

2024 年 9 月 30 日-10 月 4 日，罗马

关于设立“国际果蔬日”的提案

内容提要

果蔬对人类健康和营养十分重要。大量研究和记录表明每日食用果蔬对营养和健康有益。果蔬生产和消费与多项可持续发展目标相关，其中最重要的是可持续发展目标 2 “消除饥饿，实现粮食安全，改善营养状况和促进可持续农业”、可持续发展目标 3 “确保健康的生活方式，促进各年龄段人群的福祉”和可持续发展目标 12 “采用可持续的消费和生产模式”。

提议举办“国际果蔬日”活动是为了建立平台，促进公众和决策者了解果蔬对人类营养的重要贡献、将果蔬纳入膳食模式的重要性，以及果蔬的社会、文化和经济价值。这一活动还将推动在整条供应链上继续减少果蔬的食物损失和浪费，并实现可持续生产系统，进一步延续“2021 国际果蔬年”期间启动的工作。

建议农委采取的行动

提请农委：

- 审议智利共和国政府提出的关于联合国设立“国际果蔬日”的提案，并酌情提供指导意见；
- 批准附件 A 所载的大会决议草案，并将该提案提交粮农组织理事会第一七六届会议批准和粮农组织大会第四十四届会议通过。

对本文件实质性内容如有疑问，请联系：

粮食及营养司
副司长

Nancy GARDNER 女士

电话：+39 06570 51121

电子邮箱：Nancy.Aburto@fao.org

I. 背景

A. 《2030 年议程》和可持续发展目标

1. 果蔬生产和消费与多项可持续发展目标相关，其中最重要的是可持续发展目标 2 “消除饥饿，实现粮食安全，改善营养状况和促进可持续农业”、可持续发展目标 3 “确保健康的生活方式，促进各年龄段人群的福祉”和可持续发展目标 12 “采用可持续的消费和生产模式”。

B. 营养、健康膳食与健康

2. 果蔬对人类健康和营养十分重要。大量研究和记录表明每日食用果蔬对营养和健康有益。

3. 世界卫生组织（世卫组织）建议每日摄取至少 400 克果蔬以预防慢性非传染性疾病，例如心血管疾病和部分癌症，预防体重增长，减轻各种维生素和矿物质缺乏症风险¹。

4. 然而，尽管认识到果蔬的营养价值，据估计，2017 年全球人均果蔬消费量仍比世卫组织建议的最低摄入量低 20-50%。果蔬摄入量低是全球十大死亡风险因素之一。同年，全球 250 万例死亡可归因于水果食用量少，180 万例死亡可归因于蔬菜食用量少²。

5. 联合国大会决议宣布 2016-2025 年为“联合国营养问题行动十年”，号召粮农组织和世卫组织与联合国系统各机构，如国际农业发展基金（农发基金）、联合国儿童基金会（儿基会）、世界粮食计划署（粮食署）和世界粮食安全委员会这一多部门平台共同牵头营养十年的落实工作。决议确认，决心制止超重和肥胖愈演愈烈的趋势，同时减少膳食相关非传染性疾病的负担。

6. 2014 年 11 月召开的第二届国际营养大会与 2016 年 12 月粮农组织和世卫组织联合召开的国际营养研讨会均强调，需要建立可持续粮食体系，促进健康膳食。健康膳食的一大特点是摄入大量果蔬。

7. 第二届国际营养大会建议 10 特别提出要促进作物多样化和提高果蔬产量。全球各国正在制定战略和计划，并鼓励食用果蔬。

¹ 世卫组织（世界卫生组织）。2023。世卫组织。日内瓦 [2024 年 8 月 28 日引用]。

<https://www.who.int/tools/elena/interventions/fruit-vegetables-ncds>

² 《全球疾病负担》合著者。2019。“1990-2017 年 195 个国家的膳食风险对健康的影响：2017 年全球疾病负担研究系统性分析”。《柳叶刀》，393(10184)：第 1958-1972 页。

8. 由于果蔬在健康和营养方面的作用已得到公认，而且其摄入量较低，绝大多数国家均在国家膳食指南中纳入了有关这些食品类别消费量的建议，促进健康膳食³。

9. 在不添加饱和脂肪、糖或过量盐的情况下，果蔬是健康膳食的重要组成部分，是维生素 C、类胡萝卜素、钾和纤维等多种营养素的绝佳来源，也是膳食生物活性化合物的主要来源，即与改善健康有关的物质，因此，果蔬往往呈现彩虹色⁴。不同作物品种、栽培品种或基因型、农艺管理、收获前环境条件、收获后管理和烹饪方法所提供的营养成分和生物活性化合物大不相同⁵。因此，各类果蔬的良好农艺、储存、烹饪以及食用方法是获得其健康和营养益处的关键所在。

10. 令人信服的证据表明，食用果蔬可降低罹患高血压、冠心病和中风的风险。此外，可能有证据表明，增加果蔬食用量与降低几种癌症的发病率有关。食用果蔬与防止体重增长之间存在关联。最后，一些证据表明，果蔬食用量与其他多种健康和疾病结果（如心理健康、骨骼健康和眼睛健康）之间可能存在联系，但还需更多证据来确定两者之间的明确关系⁶。

C. 粮食安全、改善生计和包容性经济增长

11. 粮食及农业部门最主要的作用是提高符合膳食建议和环境可持续发展的各种安全和营养食物的供给、获取和消费水平，从而为人们提供充足的食物。

12. 果蔬部门的发展对于创收、小农和家庭农民的粮食安全与营养以及城乡消费者具有积极影响。高效的流通网络和市场是促进消费者切实获取安全果蔬的关键要求，但很多发展中国家的城乡地区往往不具备这一条件。

13. 与谷物和其他传统主粮作物相比，果蔬生产创收更多，为小农和家庭农民提供了巨大的增收空间，同时可提高稀缺资源的生产力。与其他作物生产系统相比，果蔬部门的劳动密集程度要高得多，需要高效的收获后服务和市场联系，从而创造就业和收入机会。

³ 粮农组织，日期不详。《食源性膳食指南》。粮农组织。罗马。[2024年8月28日引用]。

<https://www.fao.org/nutrition/education/food-dietary-guidelines/home/zh/>

⁴ Rickman, J.C.、Barrett, D.M.和 Bruhn, C.M. 2007。“新鲜、冷冻和罐装果蔬的营养比较：第1部分——维生素C和维生素B以及酚类化合物”。《食品与农业科学杂志》，87(6)：第930-944页。

⁵ Toscano, S.、Trivellini, A.、Cocetta, G.、Bulgari, R.、Francini, A.、Romano, D.和 Ferrante, A.。2019。采收前非生物胁迫对园艺产品中生物活性化合物累积的影响。《植物科学前沿》，10：第1212页。

⁶ Wallace, T.C.、Bailey, R.L.、Blumberg, J.B.、Burton-Freeman, B.、Chen, C.O.、Crowe-White, K.M.、Drewnowski, A.、Hooshmand, S.、Johnson, E.、Lewis, R.和 Murray, R.。2020。“果蔬与健康：对科学和加强公共政策以提高摄入量的建议的全面审查综述”。《食品科学与营养关键审查》，60(13)：第2174-2211页。

14. 然而，果蔬部门极易受到干旱、恶劣天气条件、土壤养分不足和病虫害等因素造成的歉收风险影响，可能影响果蔬的生产、收入、供应及成本。

D. 性别：女性的角色

15. 女性在推动农业可持续多样化方面扮演关键角色。妇女在果蔬零售中所占比例较高，但月收入较低，因为这些商品的利润往往较低⁷。果蔬生产确实是农村女性的主要就业渠道之一。

16. 女性为家庭食品消费决策发挥核心作用，往往比男性更优先考虑食品、健康和教育支出⁸。当女性参与决策时，家庭膳食多样性程度往往更高，这对于整体粮食安全和营养至关重要。增强女性在家庭中的决策权，能够显著减少粮食不安全状况⁹，并促进家庭成员膳食多样化。因此，必须促进女性和男性均认识到食用果蔬对健康的益处及其对健康膳食的贡献。

E. 自然资源和可持续生产系统

17. 果蔬通常由小农户在多样化的综合系统中种植，此类系统促进多种生态系统服务，如授粉和土壤肥力。强调采取多样化生产方式，重新关注未得到充分利用的本地果蔬，是可持续保护和利用生物多样性的潜在关键。

18. 果蔬生产能够提高土地、水和其他农业投入品的使用效率。同时，果蔬可持续生产是知识密集型的，需要努力采用不危害环境、市场准入或消费者健康的环境友好型农业做法。

19. 必须认识到并保护世界各地果蔬物种及其品种的多样性和广泛性。本土果蔬往往能更好地适应当地环境和不断变化的气候条件。此外，果蔬往往营养丰富，是文化特性的重要元素。

F. 粮食损失和浪费

20. 由于果蔬水分含量高且质地柔软，十分容易腐烂。如果未在成熟时采摘并在供应/价值链从收获到消费环节妥善处理，果蔬将遭受较大损失（质量和数量）和浪费。

⁷ 粮农组织。2023。《女性在农业粮食体系中的状况》罗马。

<https://openknowledge.fao.org/server/api/core/bitstreams/ac1e960c-c23f-442b-861c-f7120b288b22/content>

⁸ Essilfie, G.、Sebu, J. 和 Baako-Amponsah, J. (2024)。妇女赋权对家庭粮食安全重要吗？来自加纳北部的证据。Sage Open 期刊, 14(2)。 <https://doi.org/10.1177/21582440241245076>

⁹ Rashid, F. N.、Sesabo, J. K.、Lihawa, R. M. 和 Mkuna, E. (2024)。“坦桑尼亚家庭粮食支出的决定因素：对粮食安全的影响”。《农业与粮食安全》，13(1)，第 13 页 <https://doi.org/10.1186/s40066-023-00462-0>

21. 与食品类商品其他类别（乳品、鱼类、谷物等）相比，果蔬在从收获到零售（不包括零售）的供应链上的损失率最高，达 33%¹⁰。零售和消费者层面的浪费也很严重。

22. 果蔬损失和浪费也是大量资源的浪费，包括生产过程中使用的土地、水、劳动力、能源和其他投入，这些资源最终并未达到促进粮食安全和营养的预期目的。

23. 果蔬损失和浪费还是微量营养素的浪费，具有负面经济影响（小农利润损失和消费者成本增加）及环境影响（温室气体排放、自然资源退化）。减少果蔬的食物损耗和浪费能够极大地促进农业粮食体系转型，对于减轻其环境影响以及促进全球粮食安全和营养至关重要。

II. “国际果蔬日”设立依据

24. 考虑到果蔬对粮食安全和营养、生计和包容性经济增长的上述贡献，以及对《2030 年可持续发展议程》的贡献，必须通过设立一年一度的“国际果蔬日”，提高全球对其重要性的认识，并促进制定公共政策，鼓励其消费和可持续生产。

25. 庆祝“国际果蔬日”的提案有助于继续努力实现“2021 国际果蔬年”的主要目标。果蔬年是促进和增加全球人口果蔬消费量的机会，旨在鼓励更健康膳食，减少营养素缺乏症和若干非传染性疾病的发病率。此外，“2021 国际果蔬年”还力求带动世界各地果蔬生产社区的发展。

26. “2021 国际果蔬年”庆祝活动在联合国两项重要倡议的框架内进行：“家庭农业十年”（2019-2028 年）和“营养行动十年”（2016-2025 年）。“家庭农业十年”旨在强调家庭农业在消除饥饿和建设可持续粮食未来方面发挥的关键作用。“营养行动十年”旨在加快落实有关营养的全球承诺，到 2025 年实现营养和非传染性疾病预防目标，并为在 2030 年之前实现可持续发展目标做出贡献。

27. “国际果蔬日”建立了平台，促进公众和决策者了解果蔬对人类营养的重要贡献、将果蔬纳入膳食模式的重要性，以及果蔬的社会、文化和经济价值。此类庆祝活动将对公众健康和防治非传染性疾病预防产生积极影响。此外，果蔬日有助于继续推动在整条供应链上减少果蔬的食物损失和浪费，有助于继续开展“2021 国际果蔬年”期间启动的工作。

¹⁰ 数据来源：<https://www.fao.org/platform-food-loss-waste/flw-data/en>

28. 此外，“国际果蔬日”有助于将小农、家庭农业和土著社区纳入地方、区域和全球各级的可持续生产链。这种包容性方法不仅能加强农村经济，还能公平分享农业发展惠益，增强这些社区对于气候变化等全球挑战的抵御力。

29. 果蔬日还将促进人们认识到妇女为果蔬生产、加工和销售发挥的关键作用。承认和促进妇女在此类活动中的作用，有助于实现性别平等和增强女性经济权能，从而加强农村和城市地区的社会和经济结构。

30. 年度庆祝活动可能丰富多彩，如制作宣传材料提高认识、技术出版物、纪录片、实地示范、网络研讨会、其他国际、区域、国家活动，以及促进建立区域或全球网络等。此外，每年还可重点关注一些关键问题，包括与减少食物损失和浪费、推广果蔬可持续生产的良好做法以及促进果蔬消费的创新方法有关的主题。

III. 实施机制

31. “国际果蔬日”将在粮农组织相关技术司、专业办事处和中心支持下，由粮农组织成员实施。在庆祝活动期间，相关区域和国家组织、科学和学术机构以及生产者及其组织积极参与，将发挥至关重要的作用。

32. 将通过信托基金接收预算外捐款以及相关合作伙伴提供的实物捐助，为确保“国际果蔬日”庆祝活动筹集资金。

附件 A

大会决议草案

忆及“2021 国际果蔬年”成功强调了增加果蔬生产、供应和消费对于改善人类营养和粮食安全，进而实现联合国可持续发展目标的重要性；

认识到亟需进一步提高认识，促进和推动采取行动，提高果蔬供给、获取和消费，以便在 2030 年如期实现可持续发展目标；

认可充足的果蔬消费是健康膳食的基石，有助于预防若干营养素缺乏症和非传染性疾病，食用各类果蔬是获得其提供的健康和营养益处的关键；

认识到全球果蔬摄入量低于建议量，每年约有 500 多万人因此而死亡；

认识到在不断变化的气候中促进果蔬可持续生产需实现种植系统多样化（包括被忽视和利用不足的物种），并为创收、保护环境、创造社会公平和体面就业提供机会；

认识到女性在家庭食品生产、采购、烹制和儿童喂养以及当地果蔬生产、销售和流通方面发挥着关键作用；

认识到果蔬部门的发展能够为创收产生积极影响，尤其对于小农和家庭农户以及城乡消费者而言；

认识到果蔬极易腐烂变质，如果缺乏适当的收获后服务，或未建立充分的市场联系，就会造成严重的损失和浪费；

承认加强农业粮食体系发展，包括发挥果蔬重要作用，能够为所有可持续发展支柱提供支持；

认识到庆祝“国际果蔬日”是推广健康膳食和可持续生产的良机，并促进重点关注全球和国家层面的政策，克服此类产品在生产、价值链、消费以及损失和浪费方面面临的挑战；

坚信这一活动将打造一个平台，动员各方采取行动推动和实施有利于保护和维持全球果蔬资源的活动，促进人们进一步认识到果蔬对人类健康和解决饥饿、营养不良、不平等、贫困和环境威胁等全球关切问题的重要性；

强调因开展“国际果蔬日”活动产生的其他费用应通过自愿捐款，包括私营部门的自愿捐款来解决；

要求总干事将本决议提交联合国大会（联大）主席和联合国经济及社会理事会（经社理事会）主席，以供参考；

鼓励粮农组织成员国酌情采取必要举措，确保在即将召开的联大届会上审议关于将3月4日作为“国际果蔬日”的决议。