



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

渔业委员会

第三十二届会议

2016 年 7 月 11–15 日，罗马

第二届国际营养大会后续行动： 渔业和水产养殖对改善营养的贡献

内容提要

2014 年 11 月，世界领导人在第二届国际营养大会上通过了《营养问题罗马宣言》和《行动框架》，再次承诺制定和实施旨在根除营养不良、改造粮食系统的国家政策，向所有人提供富营养膳食。渔业和水产养殖在全球粮食安全和营养方面发挥着重要作用。水产养殖稳定增长，人类消费鱼类大多由水产养殖提供。鱼类提供了生物可利用的鱼蛋白、维生素和矿物质，以及增强健康的必要氨基酸。粮农组织开展了一系列活动，支持各国改进渔业和水产养殖部门，发展地方鱼类生产，创造就业，建立渔产品与市场的联系。渔业和水产养殖为落实第二届国际营养大会后续行动、实现健康膳食提供了独特的机遇窗口。

建议渔委采取的行动

提请渔委：

- 批准在渔业和水产养殖部门为落实第二届国际营养大会精神所确定的关键工作领域；
- 就如何在营养战略中最佳优先重视鱼类消费，最大程度获取加强营养和健康的惠益提出建议；以及
- 就改进鱼和渔产品养分构成数据的收集方法提出建议。

本文件可通过此页 QR 二维码快速读取；粮农组织采用 QR 码旨在尽量减轻环境影响并倡导以更为环保的方式开展交流。
其他文件可访问：<http://www.fao.org/cofi/en/>。



mq874

I. 第二届国际营养大会背景

1. 粮农组织和世界卫生组织（世卫组织）联合举办的第二届国际营养大会（营养大会）于 2014 年 11 月 19 日至 21 日在罗马粮农组织总部成功举行。作为一场高级别政治活动，第二届国际营养大会成为第一个专门致力于解决二十一世纪全球营养问题的政府间论坛。
2. 召开营养大会的目的是：(i) 回顾 1992 年国际营养大会以来取得的进展，应对新挑战和把握新机遇，并寻求改善营养的政策方案；(ii) 促使粮食、农业、卫生和其它部门相互融合，并对各自的部门政策进行相互协调，从而以可持续的方式改善营养；(iii) 提出适应性强的政策及体制框架，在可预见未来适当应对重大营养挑战；(iv) 鼓励进一步提高粮食、农业、卫生和其它部门之间的政治和政策连贯性、一致性、协调性和相互合作；(v) 为改善营养动员政治意愿和筹措资金；(vi) 为近期和中期开展营养领域的国际合作确定优先重点。
3. 营养大会总共有 2 200 与会者，其中包括粮农组织和世卫组织的 164 个成员、政府间组织以及民间社会和私营部门组织。高级别与会者包括 85 名部长和特邀嘉宾。
4. 大会通过了《营养问题罗马宣言》（<http://www.fao.org/3/a-ml542e.pdf>）及其《行动框架》（<http://www.fao.org/3/a-mm215e.pdf>）。世界领导人藉此再度承诺制定和实施有关政策，消除营养不良和改造粮食系统，向所有人提供富营养膳食。
5. 2016 年 4 月 1 日，联合国大会通过了第 70/259 号决议，宣布了联合国营养行动十年（2016—2025）。该项决议责成粮农组织和世卫组织与相关机构、机制、平台、伙伴和利益相关方合作，共同领导营养十年的实施工作。决议还呼吁各国政府、国际和区域组织、民间社会、私营部门和学术界为营养十年提供积极支持，包括提供自愿捐款。

II. 第二届国际营养大会成果文件与渔业委员会的相关性

6. 世界领导人在营养大会上通过了《营养问题罗马宣言》和《行动框架》，再次承诺制定和实施旨在根除所有营养不良、改造粮食系统的国家政策，向所有人提供富营养膳食。
7. 当前全球营养状况的特征是食物不足发生率高（7.95 亿人受到影响，¹粮农组织 2015），微量营养素（维生素和矿物质）普遍缺乏。约 20 亿人口，即世界人口的近 30%，受到一种或多种微量营养素缺乏症的影响。5.00 亿多育龄妇女患有贫血症，

¹ 《2014 年粮食粮食不安全状况》www.fao.org/3/a4ef2d16-70a7-460a-a9ac-2a65a533269a/i46463.pdf。

缺铁成为大约 50% 的所有贫血症的根源。维生素 A 和碘缺乏症分别影响到 2.50 亿人和 2.00 亿儿童，其产生的人力和经济成本巨大。

8. 鱼和鱼品能对满足营养需要作出贡献，尤其是通过提供优质蛋白、微量营养素和必需脂肪酸，并为人人获得健康膳食做贡献。

《行动框架》²

9. 《行动框架》提出了一系列自愿的政策备选方案和战略，建议采取 60 项行动，为履行《营养问题罗马宣言》所体现的广泛承诺提供指导。

10. 《行动框架》所提建议呼吁开展各种行动，而同渔业委员会最为相关的建议大致分为以下五大类别：

- a) 为务实行动创造有利环境（建议 1—6）
- b) 加强促进健康膳食的可持续粮食系统行动（建议 8—11，15—16）
- c) 为能力建设加强社会保护、营养教育和信息（建议 19—22，24）

III. 渔业和水产养殖产品对营养的贡献

鱼类的营养构成

11. 鱼类是生物可提供蛋白质的丰富来源。鱼蛋白提供人体健康必需的氨基酸的丰富组合，尤其是赖氨酸和蛋氨酸，比肉、奶和蛋提供的更有利。尽管鱼类品种之间和有时在一个品种内部蛋白质数量有些差异，但肉和鱼的蛋白质含量大致可比。

12. 鱼是碘和长链多不饱和脂肪酸（LC-PUFA）如 DHA（二十二碳六烯酸）和 EPA（二十碳五烯酸）的独特来源。LC-PUFA 在许多低成本中上层小鱼如沙丁鱼和鲱鱼中的含量尤其大。整鱼（含鱼骨、鱼头和内脏）消费鱼类品种，如许多本地小鱼，也是必要微量营养素——包括维生素 A、B、D 和矿物质如钙、磷、碘、锌、铁和硒的重要来源。

鱼在膳食营养中的重要性

13. 增加鱼的消费量和将其添加到低收入人口（包括孕妇、哺乳妇女和幼儿）的膳食中，提供了一种改善粮食安全，尤其是改善营养的手段。

14. 鱼类消费尤其是对儿童和育龄妇女产生一系列独特的营养惠益。人们日益重视鱼类作为 DHA（二十二碳六烯酸）和碘的来源，DHA 和碘几乎完全由海产品提供，对幼儿大脑和神经系统的早期发育至关重要。DHA 是大脑中最丰富的脂肪酸，对视力、智力的健康发育十分重要。

² www.fao.org/3/a-mm215e.pdf

15. 鱼类消费对战胜微量营养素缺乏症也做出贡献，在当地小鱼消费量大且整条食用，包括鱼头、鱼骨和内脏都食用的情况下尤其如此。鱼含有的 LC-PUFA（DHA 和 EPA）在改善心血管健康——许多发展中国家正在出现的一个新问题方面有着重要的作用。
16. 鱼可成为良好的维生素 A 和 D 的来源。维生素 D 有助于钙的吸收，两者都是骨骼生长所需的，而维生素 A 有助于良好的视力和防止感染。无疑，水生环境生产的食物发挥了重要作用，为实现人人获得健康膳食提供了所需的微量营养素和宏量营养素（生物可提供的蛋白质和优质油）。
17. 关于鱼类特定化学污染物（甲基汞和二恶英）带来的健康风险，与鱼类消费和营养素摄入所产生的健康福利，世卫组织/粮农组织的一个联合专家工作组于 2010 年进行了评价，并提出了以下插文中所列的一系列建议，以便从鱼类消费中获得最大惠益并尽量减少风险。

有关食用鱼类的风险和益处的

粮农组织/世卫组织联合专家磋商会（2010年）的建议

为了尽量减轻目标人群的风险，成员国应：

- 承认鱼是能量、蛋白质和一系列必要营养素的重要食物来源，鱼类消费是许多人口文化传统的一部分；
- 强调鱼类消费带来降低广大成年人群冠心病死亡率的益处（以及不吃鱼造成的冠心病死亡率的风险）；
- 强调育龄妇女尤其是孕妇和哺乳母亲食用鱼类在儿童神经发育方面产生的净利益，以及此类妇女不食用鱼类在神经发育方面产生的风险；
- 开发、维护和改进有关特定营养素和污染物的现有数据库，尤其是本地区食用的鱼类含有的甲基汞和二恶英；
- 制定和评价风险管理和通报战略，尽量减轻食用鱼类的风险，并使食用鱼类的惠益最大化。

来源：<http://www.fao.org/docrep/014/ba0136e/ba0136e00.pdf>

鱼类消费趋势

18. 捕捞渔业和水产养殖业为 30 亿人口提供大约 20% 的人均动物蛋白摄入量，另外还为 13 亿人口提供大约 15% 的人均动物蛋白摄入量。而且，在有些国家，这一比例甚至超过 50%。在太平洋岛国的农村人口中，消费的蛋白质 50% 至 90% 由

鱼类提供。沿海地区对鱼品的依赖度通常比内陆地区的大。在西非沿海国家，如冈比亚、加纳和塞拉利昂，膳食总蛋白中鱼类的占比超过 60%，而在亚洲国家中，如在孟加拉国、柬埔寨、印度尼西亚和斯里兰卡，鱼类提供的膳食蛋白质总量在 50% 至 60% 之间。

19. 在世界范围内，鱼和渔产品需求在增加，其主要驱动因素是人口增长、城市化、收入增加和生活水平提高。吃鱼是许多人口文化传统的一部分。在一些人口中，鱼是食物和必要营养素的主要来源。当地小鱼品种仍然是全世界许多发展中国家农村膳食不可分割的一部分。

IV. 渔业和水产养殖部门中开展的 第二届国际营养大会后续行动

20. 下文介绍的工作领域在粮农组织渔业和水产养殖比较优势的基础之上，为落实第二届国际营养大会的针对性成果提供独一无二的机会之窗。

21. 通过私营部门参与，渔业和水产养殖部门可在以下领域中为增加营养影响作出改进：(1) 减少收获后损失，(2) 增加鱼类废弃物/兼捕产品/平行产品/残余原材料的利用量和(3) 改进鱼品质量和安全性（行动框架建议 4）。此外，与私营部门联络可推动地方鱼类生产的发展和改进，创造就业，促进社会责任，建立渔产品与新市场的联系，从而为改善营养作出贡献。

22. 推动将鱼品纳入学校供膳和其他政府机构，改善儿童和更广泛社区的营养（行动框架建议 16 和 23）。渔业和水产养殖对增加低成本但富有营养的地方鱼品消费发挥关键作用。开展营养教育，宣传食用鱼类作为健康膳食一部分的好处，促进鱼类消费，尤其是对于学生、老师、学校官员和父母（行动框架建议 19、20 和 24），也是需要考虑的一个重要方面。鼓励各国和各区域间分享经验，宣传通过南南合作将鱼和鱼品纳入学校供膳的良好做法，能进一步促进就鱼类对推广健康膳食的贡献展开讨论和对话（行动框架建议 6）。

23. 促进当地小鱼品种的生产和消费（行动框架建议 10）。当地小鱼品种是地方人口重要微量营养素的丰富来源，其所做贡献会对满足地方人口的营养需要有着重要作用。

24. 推广简易的低成本保存技术，增加小生产者尤其是妇女的收入并减少损失（行动框架建议 9 和 11）。粮农组织成功介绍了通风框架晾晒鱼品的方法，提高了品质，减少了损失，增加了妇女晾晒鱼品的收入。

25. 通过产品开发，利用较大鱼类的鱼头、脊骨和内脏作为产品成分，可生产新的和新型产品供人消费，从而减少这些营养丰富的鱼体部分的浪费（行动框架建议 42）。对利用鱼脊骨生产微量营养素丰富的可食用产品进行了试点研究，评价在地方食品中儿童对此类产品的接受程度，结果表明该产品很受儿童群体喜爱。
26. 宣传和采用关于鱼品消费风险和惠益的专家磋商会的建议，就鱼类消费的惠益（和风险）提供建议（行动框架建议 15）。粮农组织已做好准备，随时帮组其成员国开发控制机制，确保进入市场的鱼品可安全食用（行动框架建议 53 和 54）。
27. 生成、公布和使用鱼品营养素构成数据（行动框架建议 5、21、42）。总的来说，传统和非传统鱼类品种的数据缺乏，通常不食用的鱼体特定部分的营养构成信息同样缺失。