

更好满足群众 多元化、健康化、个性化 营养健康需求

——来自第十四届亚洲营养大会——一线观察



营养是人类维持生命、生长发育和健康的重要物质基础。如何改善食物环境实现可持续营养？保障全人群饮食安全和膳食营养该如何发力？怎样科学摄入膳食营养素？

9月14日至17日，由国际营养科学联合会指导、中国营养学会和亚洲营养学会联合会主办的第十四届亚洲营养大会在四川省成都市举办。与会嘉宾以“可持续营养助力未来”为主题，围绕营养与可持续发展的全生命周期营养等内容，深入探讨展望未来。

构建更可持续的食物系统

“当前，食物安全与营养问题仍然较突出，超重肥胖人群持续增加，与饮食营养相关的慢性疾病发生率不断攀升，食物生产方式亟待改变。”国家食物与营养咨询委员会主任陈萌山表示，构建更健康、更可持续、更包容、更公平的食物系统迫在眉睫。

以营养健康为导向，秉承营养优化、资源减量原则，加快构建多元化食物供给体系；开展各种形式的食物营养教育科普活动，引导建立具有中国特色的可持续健康膳食模式……陈萌山介绍，中国政府在推动国民营养计划、引领食物系统转型、建设健康中国、构建人类命运共同体方面作出一系列重要部署，更好满足人民群众日益多元化、健康化、个性化的食物消费和营养健康需求。

国家卫生健康委数据显示，目前全国已试点建设1.6万家营养健康餐厅和营养健康食堂，

培育2.5万名营养指导员，积极开展营养服务进学校、进社区活动，居民健康素养水平提高到2022年的27.78%，中国人均期望寿命持续提高，主要健康指标居于中高收入国家前列，人民群众健康权益得到良好保障。

保障全人群饮食安全和膳食营养

为守护群众“舌尖上的安全”，近年来，中国编制成人高脂血症、高血压、糖尿病和儿童青少年生长迟缓食养指南，制定发布食品安全国家标准1478项，包含2.3万个有关技术指标，涵盖340多种食品类别，实现从农田到餐桌、从生产加工到消费的全链条各环节监管，有效保障儿童、孕产妇、老年人等全人群饮食安全和膳食营养。

随着人口老龄化程度不断加深，中国疾病预防控制中心副主任施小明认为，老年人呈现传染病易感、慢性病多病共存、营养不足、虚弱、易跌倒、“失能、失智”、心理健康和精神卫生问题显著等有别于其他人群的健康特点，老年人的营养健康问题不容忽视，要帮助他们树立健康的生活理念和饮食运动习惯。

国家卫生健康委副主任雷海潮表示，营养健康事业的发展需要国际社会共同探索。他为此提出三点倡议：一是持续加强亚洲各国营养健康知识生产、普及和交流共享。二是要共同促进营养健康安全信息和技术向标准、规范等政策转化，促进产业迭代升级。三是要进一步加强食品安全相关部门协同协作，为可持续

发展作出积极贡献。

科学摄入膳食营养素

如何科学摄入膳食营养素也是本次大会关注的重点。会议期间发布了《中国居民膳食营养素参考摄入量(2023版)》(DRIs)。新版DRIs聚焦公共营养领域，如人体营养状况评价、营养指导、膳食设计和营养改善，在国家营养与健康政策制定、临床营养、食品营养标准制定以及营养食品研发等领域被广泛应用。

“营养科学与大众健康关系密切，膳食营养素参考摄入量是营养科学的核心工作。”中国营养学会理事长杨月欣介绍，新版DRIs对包括能量、营养素及其他膳食成分的20个年龄组及孕妇乳母的不同参考摄入量共70余个营养素和其他膳食成分，进行了修订与确认。

本次修订根据我国居民饮食消费的变迁和营养学研究的新进展，保留了原有的植物化学物，并提出了辅酶Q10、甜菜碱、菊粉和谷物β-葡聚糖的特定建议值，有助于指导我国居民通过适当增加这些膳食成分预防心脑血管疾病，改善肠道菌群组成，促进肠道健康。

“这将成为我国营养学术界进一步走向国际舞台、发出中国声音、引领国际事务的重要举措之一。”杨月欣表示，中国营养学会将持续交流营养学最新研究进展，分享营养界最新科研成果，推动营养领域应用转化合作，搭建亚洲营养交流平台，更好助力亚洲地区乃至全球人类未来的营养健康和福祉。

(新华社记者 李恒)

中国营养学会发布指南 指导高龄老年人健康体重管理

高龄老人微胖更长寿

据新华社电 推荐中国高龄老年人BMI适宜范围为22.0至26.9，高龄老年人每年至少测量一次身高、每月至少测量两次体重……中国营养学会9月17日在四川省成都市发布《中国高龄老年人体质指数适宜范围与体重管理指南》，给出中国高龄老年人体质指数适宜范围和体重管理的指导建议。

根据指南，高龄老人指足年龄大于或等于80岁的人。体质指数适宜范围指不良健康结局的发生风险相对较低的处于某一特定范围内的人体(群)BMI。推荐中国高龄老年人BMI适宜范围为22.0至26.9(普通成年人BMI适宜范围为18.5~24)。

数据显示，2020年我国80岁及以上高龄老人人口规模3600万，预计到2050年将达到1.3亿，约占我国总人口的10%。随着我国老齡化的加剧，80岁后，如何拥有高质量的晚年生活？俗话说，“千金难买老来瘦”，但现今研究表明，80岁及以上高龄老年人中超重和轻度肥胖者死亡风险更低。

指南主要起草人之一、中国疾病预防控制中心副主任施小明在当日由中国营养学会举办的新闻发布会上介绍，我国面临人口老齡化、高齡化态势，80岁及以上高龄老年人机体退行性变化导致低体重现象普

遍，增加高龄老人多种慢性病发病及死亡风险。制定我国高龄老年人的BMI适宜范围与体重管理标准，不仅填补高龄老年人健康标准的空白，也为我国养老服务体系建设提供科学支撑。

“指南主要内容包括年龄计算、体质指数指标测量、体质指数适宜范围确定、体重管理等，并提供适合高龄老年人的膳食营养、身体活动等可干预因素的指导建议。”施小明介绍。

指南主要起草人之一、中国疾病预防控制中心营养学首席专家赵文华介绍，现行相关BMI标准指南主要适用于儿童和成年人，不适用于高龄老人，尚未有专门针对高龄老年人的体重管理指南或BMI适宜范围的推荐标准。应针对对不同体重水平的高龄老人采取个体化体重管理策略。

指南建议，对于能自主进食且BMI在适宜范围的高龄老年人，鼓励保持健康膳食习惯，坚持食物多样性，减少不必要的食物限制。高龄老年人宜保持规律的身体活动，减少静坐时间。

“该指南适用于各级医疗卫生机构及医养结合服务机构工作人员对高龄老年人体质指数水平的评价和体重管理工作的开展。”指南主要起草人之一、南方医科大学公共卫生学院副院长毛琛说。

消费者对预制菜进入餐厅、校园普遍存疑

应该提前告知 未来如何发展



开开心心出门吃饭，结果餐厅提供的却不是现做菜品，而是预制菜……你能接受吗？

近年来，因为方便快捷，预制菜逐渐进入大众视野。不过，有关它的争议也不少。比如，餐厅使用了预制菜，是否应该提前告知消费者？预制菜可以进校园吗？预制菜是否有统一标准？

江苏省消费者权益保护委员会副秘书长居上表示，如果餐厅使用预制菜且并未告知消费者，侵犯了消费者的知情权以及选择权。首先，告知消费者的方式要完整，可以通过店内公示或电子菜单，服务员在提供服务的过程中也可以主动告知消费者。另外，预制菜的信息也要完整、全面、真实地告知消费者，包括预制菜供应商的情况，预制菜的进货日期、保质期等。

菜品是否为预制菜 餐厅很少主动告知

花胶鸡、焖牛肉、牛大骨、酸菜鱼、毛血旺、腌笃鲜……原本一些制作工艺非常繁琐的菜肴，在餐厅点餐不到10分钟就被端上桌。不少顾客在感慨效率的同时，也有人怀疑自己吃到的可能是预制菜。

对于是否使用预制菜，很多餐厅均讳莫如深。几乎没有餐厅会主动告知消费者，自己使用了预制菜。更是有的一些餐厅在被问及部分菜品是否是预制菜时，回答称菜品来自公司中央厨房，再到餐厅进行进一步烹制。“这就是预制菜，只是没直说。”一位餐饮从业者表示。

在中消协2022年上半年全国消协组织受理

投诉情况分析中，点名指出了预制菜菜品标识不详细、外卖、堂食中使用预制菜未告知，消费者知情权、选择权受到损害等问题。

江苏消保委日前发布微调查，了解消费者对线下餐厅、饭店使用预制菜的态度看法。调查结果显示：62.8%的消费者在外出就餐过程中遇到过饭店、餐厅使用预制菜；53.2%的消费者反对饭店、餐厅使用预制菜，表示去餐厅就是想吃新鲜菜品；65.6%的消费者认为饭店、餐厅使用预制菜应当提前告知；78.1%的消费者反映线下饭店、餐厅针对使用预制菜这一情况未做到提前告知。

预制菜进中小学校园 学生和家长应有知情权、选择权

近段时间，“预制菜进校园”一事也引发了广泛讨论，多地家长通过问政平台表达了担忧。江西赣州蓉江新区，多名中小学生家长投诉了有关中央厨房配送和预制菜的相关问题：幼儿园的孩子太小了，送这样的餐不安全，而且听说预制菜对孩子身体不好。

当天，赣州蓉江新区社会事务管理局回复称，根据9月1日配餐情况，中央厨房确实存在人员运营管理能力问题，并根据家长建议，经研究决定立即停止对全区幼儿园中央厨房配餐。

事实上，在预制菜进入校园之后，公众最担心的莫过于健康与卫生问题。

中小學生也是消費者，享有同等的知情權和選擇權。由於中小學生是未成年人，所以他們的法定代理人——家長應該了解和知曉學校提供

的菜品情况。如果学校食堂全部采用外供的预制菜，那么家长的知情权和选择权也被剥夺了。学校应当和家委会或者家长进行充分沟通，包括供应商的选择等，保障孩子能够吃到健康、安全的食品。

专家支招 预制菜产业如何规范发展

今年，中央一号文件将“培育发展预制菜产业”列入规划。数据显示，去年我国预制菜市场规模为4196亿元，预计到2026年，我国预制菜市场规模将达到万亿级别。面对如此大规模的市场潜力，各地都在积极推动预制菜产业高质量发展。中国农业大学中国农业产业链研究中心主任吕建军认为，预制菜想要发展好，应当关注几个方面：

首先，预制菜的相关产业、相关企业要严格执行相关标准，不断提升自己的市场竞争力，提升品牌力量，不断改进预制菜的口味与食品安全。

其次，学术界、科研界应对预制菜的标准、流程等进行更多科研支持和技术支撑。最后，政府规范预制菜产业发展的同时，也要加强监管。监管部门要落实责任，加大日常监督检查力度，行业协会要探索建立相关规则、标准，倡导预制菜企业积极履行社会责任，树立良好社会形象。

为进一步促进预制菜行业健康有序发展，提升包括学生家长在内的广大消费者的接受程度，还需多方共同努力。（综合央广网、北京青年报）

(上接第一版)

“残疾人是一个特殊困难的群体，需要格外关心、格外关注。”这份“格外”的爱，在习近平总书记心中重若千钧。

春雨绵绵般的润泽：“维护残疾人尊严、保障残疾人权利、增进残疾人福祉”

时隔三十多年，福建省闽清县残联副理事长黄道亮回忆起习校长对他的关爱，仍是激动不已。

黄道亮年幼时在一次事故中失去双臂，但他重新振作起来，学会用脚写字，一路读完小学、初中、高中。然而尽管连续两次高考分数都达到了大专线，却没有学校愿意录取他。

1990年，黄道亮第三次参加高考。担心孩子愿望再次落空的父亲给闽江职业大学写了一封信，讲述了自己孩子的求学故事。当时担任福州市委书记的习近平兼任闽江职业大学校长。在他的关心协调下，黄道亮终于迈进校门，成为福建省第一位无臂大学生。

“感谢学校当年录取了我，给了我无比珍贵的大学生活，让我获得新的生命。”黄道亮说。

感谢，化作了几十年如一日的奋斗。大学毕业后，黄道亮回到闽清县，成为一名残联工作人员，奔走在一线，坚持入户为残疾人服务，多方呼吁全社会关注、帮扶残疾人。

“残疾人是社会大家庭的平等成员”。在习近平总书记心中，残疾人应与健全人一样充分享受经济社会发展带来的成果，在同一片蓝天下幸福生活。

无障碍环境建设，正是残疾人平等、充分、便捷地参与和融入社会生活的重要保障。

2020年9月17日，习近平总书记在湖南长沙主持召开基层代表座谈会，听取基层干部群众代表对“十四五”规划编制的意见和建议。会上，杨淑亭作为残疾人创业者代表发言，提出了完善残疾人服务保障体系等建议。

杨淑亭至今清晰记得，自己发言时，习近平总书记听得十分认真，不时在笔记本上记录。“你提到的无障碍设施建设问题，是一个国家和社会文明的标志，我们要高度重视。”习近平总书记对杨淑亭说。

因为这次经历，杨淑亭对无障碍环境建设的关注更多了。她成了家乡的无障碍体验员，为无障碍设施改造、提升、维护提出自己的意见建议。

2023年6月，我国首次就无障碍环境建设制定的专门性法律——无障碍环境建设法经全国人大常委会表决通过，国家主席习近平签署主席令予以公布。

“这部法律字字句句都浸润着总书记和党中央对残疾人无微不至的关心爱护。我相信，随着无障碍环境建设的不断发展，会有更多人摆脱身体残疾带来的束缚，更安全便捷地走出家门，融入社会。”杨淑亭说。

丰富残疾人的精神文化生活，是保障残疾人权利的题中之义。

写完电影讲解稿的又一个段落，已经是半夜12点多，杜诚诚这才收拾好桌面，为一天的工作画下句号。

今年37岁的杜诚诚，是武汉市青山区的一名“盲人电影专场”讲解员，也是一名重度肢残人士。

“说”电影并不是一件轻松的事。一部电影的讲解词，往往要花上1到3个月的时间准备。不能久坐的杜诚诚常常趴在床上写作，累了就换个姿势，但她乐此不疲。

2018年4月，习近平总书记在武汉市青山区青和里社区考察时见到了杜诚诚。见到坐在轮椅上的杜诚诚，总书记走上前俯下身，亲切地握住她的手，夸奖她的工作“是一项很有意义的工作”。

“临走时，总书记还对我说了一句‘谢谢你’，当时我的眼泪就掉了下来。”杜诚诚说，“总书记觉得我的工作有意义，是因为他深深懂得残疾人的需求。”

“各项建设事业都要把残疾人事业纳入其中，不断健全残疾人权益保障制度。”习近平总书记一直这样强调。

践行总书记“对儿童特别是孤儿和残疾儿童，全社会都要有仁爱之心、关爱之情”的号召，更多善意爱心汇聚，为包括残疾儿童在内的特殊困难儿童撑起一片蓝天；

落实总书记作出的“关心关爱精神障碍人员”的指示，各地精神障碍社区康复服务融合

行动持续开展；

将总书记对中国残奥运动员“神勇”的夸赞牢记在心，越来越多残疾人勇于突破、挑战自我，充分享受运动带来的畅快……

“完善残疾人社会保障制度和关爱服务体系，促进残疾人事业全面发展。”党的二十大描绘的中国式现代化幸福图景中，残疾人事业这一笔，浓墨重彩。

春光明媚般的希望：“努力创造无愧于时代的精彩人生”

“唱支山歌给党听，我把党来比母亲……”熟练打开手机上的唱歌软件，河北唐山市截瘫疗养院截瘫疗养员姚翠芹又一次唱起这首自己最爱的歌。

2016年7月，习近平总书记在河北唐山考察期间，专程来到唐山市截瘫疗养院。在疗养院的阳光房里，伴着二胡乐曲，姚翠芹唱起了《唱支山歌给党听》。一曲歌罢，总书记带头鼓掌。

正是在这次考察中，习近平总书记深情鼓励：“健全人可以活出精彩的人生，残疾人也可以活出精彩的人生。”

牢记总书记的嘱托，姚翠芹和其他截瘫疗养员们都铆足了劲把日子过得精彩。

曾为总书记朗诵原创诗词的杨玉芳，自学掌握了配钥匙技能，为附近社区居民带来便利，空闲时坚持诗歌创作；也在现场聆听了总书记鼓励的李冬梅，重拾年轻时的竞技梦想，在河北省残运会上勇夺3枚金牌……

只有残缺的身体，没有残缺的人生。这是一个热烈又安静的课堂——

在内蒙古呼和浩特市特殊教育学校讲台上，美容美发课教师王雅妮耐心地为同学们讲解，学生不时举手提问。与一般的课堂不同的是，师生间的交流，都是通过手语进行的。

成为一名教师是王雅妮从小梦想，点亮这一梦想的是数年前习近平总书记同她的那次会面。

2014年春节前夕，习近平总书记来到呼和浩特市儿童福利院，看望住在这里的孩子。王雅妮正是其中之一。

总书记鼓励王雅妮好好学习、学业有成。小雅妮情不自禁伸出右手弯了弯大拇指，向总书记“说”谢谢。总书记也伸出手作了同样的动作，脸上挂着慈祥的笑容。

习爷爷的鼓励让王雅妮有了坚持学习的不竭动力。如今，走上讲台的王雅妮，开始帮助更多残疾孩子改变命运。“现在，‘好好学习、学业有成’成了我对学生们‘说’得最多的话，习爷爷当年的期许也成了我如今工作的追求。”

汇聚逐梦力量，激发奋进精神。

2022年4月8日，在北京冬奥会、冬残奥会总结表彰大会上，习近平总书记专门提到令他印象深刻的一句话：“正像一位视障运动员在赛场上所说：‘我看不清世界，但我想让世界看到我。’”

在现场聆听总书记讲话的中国残奥越野滑雪和冬季两项运动员王跃，内心无比激动。这句话，正是王跃在接受记者采访时说过的。

北京冬残奥会结束后，王跃经过简单休整，又开始为新一轮比赛做准备：“我要用自己的勤奋和努力，不断提高竞技水平，让世界看到新时代中国残疾人的风采。”

中国梦，是民族梦、国家梦，也是包括残疾人在内的每一个中国人的梦。

云南省昆明市东川区乌龙镇坪子村村民张顺东、李国秀夫妻两个人只有一只手、两只脚。但两人不等不靠不要，相互依偎着前行，甩掉了贫困的帽子。

“我们虽然残疾了，但我们精神上不残，我们还有脑还有手，去想去做。”在全国脱贫攻坚总结表彰大会上，习近平总书记特别提到了张顺东的这句话，为广大脱贫群众自立自强的信心勇气点赞。

如今，这对脱贫路上的奋斗者成了乡村振兴的“领头羊”。夫妻二人不仅种粮、养殖样样干得风生水起，张顺东还成了村里的残疾人联络员，奔走在各家各户，忙着为大伙儿谋富裕。

在张顺东和李国秀的家里，有一面写有“永远跟党走”5个大字的红旗。这是没有双手的李国秀花了一个月的时间用脚绣的。

这一针一线，绣出的是这一对“手足夫妻”向习近平总书记表达的真切心声，更代表了新时代新征程上我国约8500万残疾人对更美好生活的热切期盼。（新华社北京9月17日电）

2023“高端人才西安行”活动启动

本报讯(记者 李旭东)9月18日,由中共西安市委组织部、西安市人力资源和社会保障局主办、西安市人才服务中心承办的2023“高端人才西安行”活动启动。

来自北京大学、清华大学、中国人民大学、上海交通大学等13所国内知名高校的50余名优秀博士学生代表来到西安,并于19日走进国家超算西安中心、西安隆基乐叶光伏科技有限公司、中国航天科技集团第六研究院参观交流,面对面了解企业文化及招聘需求。

9月20日,2023“高端人才西安行”——博士人才精准对接交流会将在西安金花大酒店举办。会上还将为博士后代表颁发资助项目

及安家补助费资金,并为博士后创新基地授牌。同时,邀请西北大学、中国兵器工业集团第206研究所、西安热工研究院有限公司、比亚迪汽车有限公司等61家西安地区重点单位与优秀博士生进行现场沟通交流。

据悉,本次对接交流会现场设置招聘专区,政策咨询专区及洽谈专区,提供高等教育、航空航天、材料研发等博士及以上学历岗位462个,为博士人才提供招聘、求职、咨询一条龙服务。同时,同步举办直播带岗活动,邀请西安地区有博士人才需求的重点单位人力资源负责人走进直播间,在线发布单位招聘需求,分享企业引才政策。



9月18日,由西安市残疾人联合会和西安市体育局主办的“全民促发展 健身共合谐”2023年西安市残疾人群众体育系列活动——残疾人象棋比赛在西安市举行,来自西安市各区县的100多位残疾人进行了角逐。

本报记者 鲜康 摄