

unicef 

联合国儿童基金会

携手为儿童



© UNICEF/CHINA/2020/MA YUYUAN

联合国儿童基金会
2021-2025年
工作重点

儿童健康体重

主要问题

近年来，中国城乡儿童超重和肥胖率迅速攀升。据2015年全球疾病负担报告估算，2-19岁的中国儿童中，有1500万存在超重或肥胖。《中国居民营养与慢性病状况报告（2020年）》显示，中国六岁以下儿童的超重（包括肥胖）流行率为10%，6-17岁儿童中的流行率为19%。若不采取针对性行动，儿童肥胖所带来的威胁可能造成严重的短期和长期后果，引发慢性病、残疾，甚至导致死亡。

长期从食品和饮料中过量摄入糖、脂肪和热量，是导致儿童超重和肥胖的主要原因。饮食模式快速变化的同时，缺乏相应的法律法规来对不健康及高度加工食品（尤其是针对儿童的食品）的生产、标识和营销活动进行监管与规范。

有序规范的食品环境将有助于父母、照护人和青少年在饮食方面做出知情且健康的选择。在此基础上结合提高上述人群营养知识的相关工作，将进一步降低儿童青少年选择不健康食品的风险。

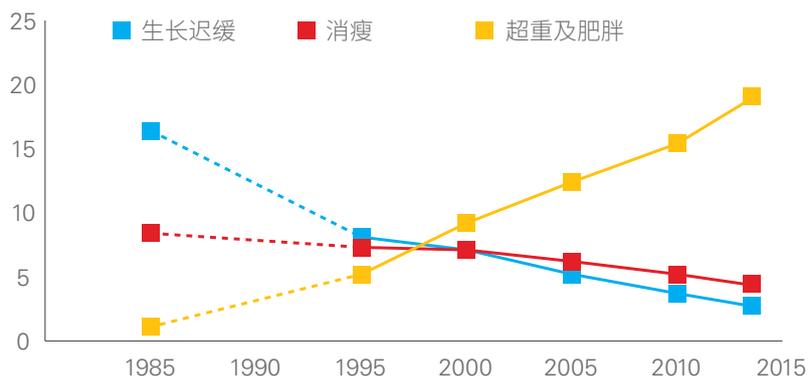
联合国儿童基金会正携手政府合作伙伴，致力于营造营养、可负担及可持续的膳食环境，让健康饮食融入儿童的生活方式之中。

如需了解更多信息，敬请访问：

www.unicef.cn



1985-2014年中国儿童（7-18岁）生长迟缓、消瘦和超重/肥胖发生率¹



联合国儿童基金会的核心信息



儿童的超重和肥胖率一直在迅速增长。在**儿童生命早期**形成不健康的饮食行为和饮食模式，将增加相关健康风险。



儿童超重和肥胖与**长期慢性疾病**直接相关。糖尿病、高血压和代谢综合征等慢性疾病会导致高额的医疗成本。



除了健康方面，超重和肥胖还会对儿童的**长远发展、自信心和幸福感**造成负面影响。



健康的生活方式建立在健康的饮食、运动和睡眠之上，每一项都**不可或缺**。



为了逆转儿童超重和肥胖率的上升趋势，有必要为儿童及其父母**营造健康的食品环境**，以便于他们作出更有利于健康的选择。



营造一个健康的食品环境需要**广泛的监管和政策干预**。在这方面的两个优先工作领域为：

- 修订《食品标识监督管理办法》，确保对食品成分进行明确的标识；
- 为《广告法》增加相关条款，以对面向儿童的不健康食品和饮料广告进行限制。



联合国儿童基金会正携手并**赋能**青少年：

- 提高健康食品选择对同龄人的吸引力；
- 提高同龄人的意识，以认识到不健康食品和饮料广告及营销活动的诱导作用。

1 Song Y, Agardh A, Ma J, Li L, Lei Y, Stafford RS, Prochaska JJ. National trends in stunting, thinness and overweight among Chinese school-aged children, 1985–2014. *Int J Obes.* 2018 Jun; 18:1.