

首页 / 教学科研 / 正文

柳雁、夏敏团队首次提出中国本土化的可持续健康膳食模式

小中大+

稿件来源: 公共卫生学院 编辑: 吴立坚 审核: 孙耀斌 阅读量: 220



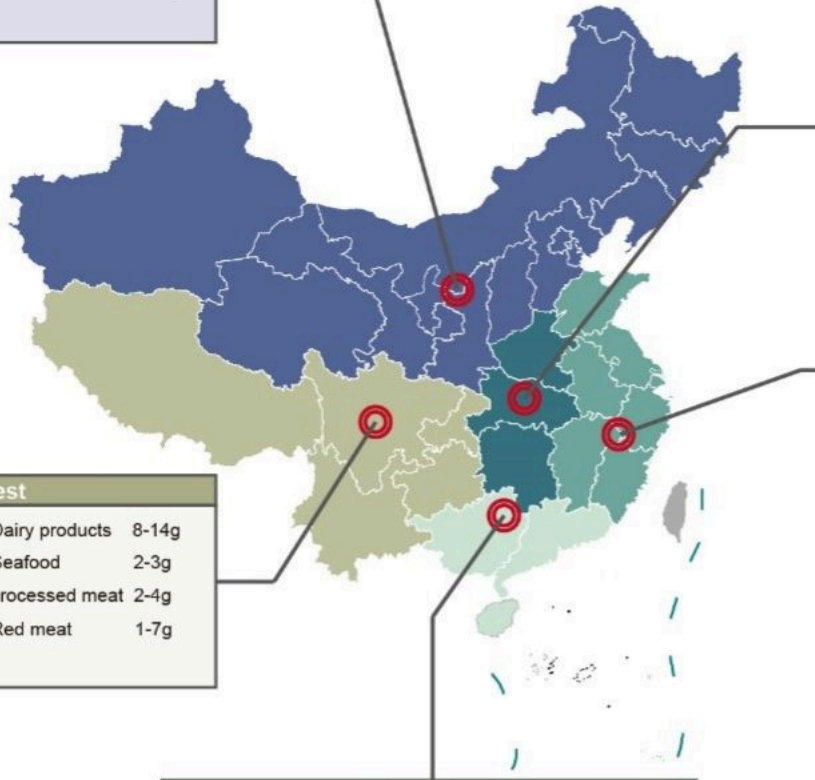
中大新闻网讯(通讯员叶炳琪)随着全球人口的持续增长和饮食习惯的显著转变,饮食对人类健康和资源环境的影响变得愈发突出。不合理膳食是全球疾病负担加剧最主要的原因之一,每年导致约1100万人过早死亡,占全球总死亡人数的近五分之一。此外,不合理膳食也对资源环境造成了严重损害。全球每年与食品相关的温室气体排放高达173.18亿吨,占所有人为温室气体排放的三分之一以上。不合理膳食也是淡水资源过度消耗、农业用地退化、酸化污染物排放等严重危害环境可持续性的重要原因。可持续健康膳食是同时实现营养健康和环境可持续的最有效的“杠杆”,推动当前膳食朝着可持续健康方向转变,构建可持续健康膳食供给体系,将在营养健康和环境可持续两方面实现共赢。

然而,目前世界上大部分国家和地区的食源性膳食指南并未纳入膳食对环境影响的考量。2019年《柳叶刀》率先提出并制定的“星球健康饮食模式(EAT-Lancet Planetary Health Diet)”是目前唯一一个量化的可持续健康膳食模式。然而,目前星球健康饮食模式相关研究大多停留在理论层面,缺少基于真实世界的研究。此外,星球健康饮食的建立主要基于西方人群饮食习惯和膳食模式,并未兼顾到不同国家和地区的资源特征、饮食习惯、经济水平等因素。强行引入不符合本土饮食习惯的膳食模式,不仅无法有效改善环境,还可能进一步加剧膳食相关疾病风险。近日,公共卫生学院柳雁和夏敏课题组在国际食品顶级期刊Nature Food杂志(中科院1区TOP, IF=23.6)发表了题为“Adoption of Region-specific Diets in China Can Help Achieve Gains in Health and Environmental Sustainability”的研究论文。该研究基于中国不同地区的饮食习惯、环境资源特征以及经济发展水平,建立了本土化的可持续健康膳食方案——区域特异性膳食模式(Region-Specific Reference Diet, RRD),精准指导各地居民可持续饮食,为实现“健康中国”和可持续发展目标提供了切实可行的方案。

该研究基于中国健康与营养调查队列(CHNS cohort),揭示了中国不同地区因饮食引发的健康与环境效应的巨大差异,并基于各地区自1990至2010年间的饮食结构、食品生产、进出口与运输、零售与消费模式,以及人口迁移等特征,在各地原有膳食结构和习惯的基础上,结合2030健康与环境可持续发展目标,构建出更具可操作性的区域特异性可持续膳食指南,并评估了该膳食模式在营养需求和健康促进方面的作用。此外,与EAT-Lancet委员会推荐的星球健康饮食、世界卫生组织推荐膳食指南、以及中国营养学会制定的食源性膳食指南相比,区域特异性可持续健康膳食在实现2030年健康与环境可持续发展目标、经济接受度、文化接受度以及环境与健康的成本效益等方面的表现更加优越。该研究对于推动我国居民向可持续健康膳食模式转变,提高人民健康水平、实现可持续发展目标、保障国家粮食安全具有重要意义。

EAT-Lancet委员会科学转化主任委员、星球健康膳食模式撰稿人之一Brent Loken教授高度评价了该研究,并在Nature Food杂志同期发表了题为“Healthy and sustainable diets must be culturally acceptable too”的专题评述,认为该项研究不仅为中国实现健康可持续的膳食转变提供了切实可行的途径,还为包括印度、肯尼亚等在内的发展中国家,提供了基于本土饮食文化实现可持续膳食模式转变的重要参考。

Vegetables	259-275g	Processed meat	0-3g
Nuts and seeds	14-16g	Red meat	5-16g
Legumes	58-66g		



The Central			
Fruits	102-125g	Dairy products	11-18g
Whole grains	49-54g	Seafood	46-50g
Vegetables	319-349g	Processed meat	0-3g
Nuts and seeds	32-37g	Red meat	14-18g
Legumes	58-66g		

The East			
Fruits	120-149g	Dairy products	35-41g
Whole grains	149-156g	Seafood	19-36g
Vegetables	274-317g	Processed meat	0-1g
Nuts and seeds	22-26g	Red meat	3-4g
Legumes	33-39g		

The Southwest			
Fruits	69-77g	Dairy products	8-14g
Whole grains	35-39g	Seafood	2-3g
Vegetables	304-309g	Processed meat	2-4g
Nuts and seeds	1-2g	Red meat	1-7g
Legumes	103-122g		

The South			
Fruits	85-127g	Dairy products	0-43g
Whole grains	30-40g	Seafood	40-52g
Vegetables	383-452g	Processed meat	3-7g
Nuts and seeds	19-22g	Red meat	21-22g
Legumes	40-120g		

区域特异性可持续健康膳食 (Region-Specific Reference Diet, RRD)

中山大学公共卫生学院博士研究生叶炳琪为论文的第一作者，柳雁副教授、夏敏教授为论文共同通讯作者，中山大学公共卫生学院广东省营养膳食与健康重点实验室为论文第一署名单位。该研究受到国家自然科学基金优秀青年科学基金项目（海外）、广州市菁英领航计划等项目支持。

论文链接: <https://doi.org/10.1038/s43016-024-01038-2>

[返回列表](#)

地址:广州市新港西路135号 邮编:510275
电话: 020-84112828