



首页 > 综合要闻

### 中国工程院院士单杨做客修业讲坛 主讲“营养与健康”（组图）

时间: 2023/09/14 作者:黄也 全威 樊一淑 来源: 食品科学技术学院 编辑: 新闻中心 点击: 次

本网讯（食品科学技术学院 黄也 全威 樊一淑）9月13日，中国工程院院士、湖南省农科院学术委员会主任单杨做客修业讲坛，以“营养与健康”为题为食品科学技术学院师生带来一场精彩讲座，校党委委员、副校长张立主持。



单杨从人的自然寿命和预期寿命、影响寿命的主要因素、我国饮食结构与营养状况、世界主要饮食模式、国内外饮食健康状况、饮食对健康的影响、饮食促健康机理、如何健康饮食和运动对健康的帮助等9个方面系统地讲解了饮食与健康的联系，其中重点科普了碳水化合物、脂肪、坚果、水果和蔬菜等各类物质对健康的影响，以及运动对同学们健康的重要性。



在讲座中，单杨为大家详细讲解了饮食对健康的影响知识。他从饮食入手，以食物的两面性、饮食与疾病的关系、饮食因素对健康的影响、饮食习惯对健康的影响等方面为抓手，通过一系列实际案例，让大家了解到一系列有关饮食对健康的重要知识，并感受到饮食对生命健康带来的影响。同时，单杨就学院学科专业建设、人才培养等方面，对学生代表的提问进行了耐心解答与悉心指导。

单杨院士的讲座加深了学生对饮食与健康的了解，认识到健康与饮食相辅相成的关系。食科学院将持续开展“营养与健康”系列活动，进一步助力食科学子加深专业认知，促进学科专业发展。

（审稿：王薇薇 虞炼）

扫一扫在手机打开



上一篇: 校地三方共建内蒙古辣椒产业技术研究院 (图)

下一篇: 研究生院组织开展安全教育入寝室活动 (图)

#### 最新文章

- 牢记殷殷嘱托，沿着习近平总书记指... 09-20
- 省委书记沈晓明赴湖南农业大学调研... 10-07
- 2024年新年献词 | 聚能成光 势启新章 12-31
- 【新华社】习近平致信全国优秀教师... 09-09
- 专题 | 学习贯彻习近平新时代中国特... 04-21
- 【中国青年报】陈弘：让大学发出智... 01-28

#### 热门文章

