中国哺乳期女性普遍营养摄入不均衡

作者：writer 来源：爱科学

本文原地址：https://www.iikx.com/news/progress/10687.html

本文仅供学习交流之用，版权归原作者所有，请勿用于商业用途！

中国哺乳期女性普遍营养摄入不均衡。8月1日~7日是第29个世界母乳喂养周，今年主题为支持母乳喂养，守护健康地球。然而，近日达能纽迪希亚在中国参与的一项样本量超5000人的妇幼人群膳食营养调查分析研究（简称妇幼营养调查）却显示，我国哺乳期女性普遍存在营养摄入不均衡情况，比如有超90%的受访对象维生素A摄入量未达平均需求量。近日，该研究首期成果已在《营养学杂志》发表。

这项调查性研究项目由中国营养学会常务理事、南京医科大学公共卫生学院教授汪之顼及丁叶博士团队牵头开展，由达能纽迪希亚提供各方面助力，是一项大型妇幼人群膳食和营养调查及分析。该项目以来自中国25个大中小型城市的超过5000位哺乳期女性为对象。他们通过刻画妇幼人群的饮食结构、营养素摄入状况、以及喂养态度与行为等形成相关信息，多维度剖析中国乳母营养与健康，并给出有针对性的建议。

研究结果显示，受访对象的膳食摄入普遍存在不均衡情况，大部分受访乳母的膳食营养摄入亟待改善。其中，城乡地区乳母对蔬菜、水果、鱼、虾、贝类、奶类和乳制品的消费量均低于中国营养学会的推荐水平；农村地区这类食物摄入不足的情况更为严重，尤其是蔬果，超过92%的受访乳母摄入量低于推荐值——这意味着膳食纤维的摄入不容乐观。同时，近90%的受访乳母对水的摄入不足，而这将会影响到泌乳量。

研究还发现，城乡受访乳母对哺乳期必需的主要微量营养素，如铁、钙、碘、锌以及部分维生素的摄入量均较低，未达到推荐标准；94.5%的受访乳母维生素A摄入量低于参考摄入量。

汪之顼指出，在哺乳期，乳母每天的能量需求量高于普通成年女性，维生素A等微量元素的需求量甚至高于孕期。若乳母营养摄入量不足，母乳质量就有降低的风险，进而影响婴幼儿的健康——这主要集中在微量元素方面，如各种维生素缺乏会对婴儿健康造成不利影响。

母乳的成分与乳母的膳食之间存在关联。汪之顼说，这一研究项目的开展，将为支持母乳喂养提供更多科学依据，帮助哺乳期女性规划膳食与营养摄入。

我们希望该项研究有助于未来更多的膳食指南等相关政策的制定，以引起社会各界对乳母的营养不良问题的关注。特别是在农村地区，应积极改善哺乳期妈妈整体膳食结构和摄入量。达能纽迪希亚大中华区健康营养及研究创新部负责人Gregg Ward说。

Ward介绍说，达能纽迪希亚开展相关研究的初衷，是出于为中国用户提供更多样的早期营养解决方案的考量；通过专业的研究对中国母亲喂养行为和认知的调研，有助于进一步支持和促进科

学的母乳喂养。（来源：中国科学报赵广立）

相关论文信息：https://doi.org/10.1186/s12937-020-00589-x

版权声明：凡本网注明来源：中国科学报、科学网、科学新闻杂志的所有作品，网站转载，请在正文上方注明来源和作者，且不得对内容作实质性改动；微信公众号、头条号等新媒体平台，转载请联系授权。邮箱：shouquan@stimes.cn。
作者：汪之顼等 来源：《营养学杂志》

更多 科学进展 请访问 https://www.iikx.com/news/progress/

本文版权归原作者所有，请勿用于商业用途，爱科学iikx.com转发