津滨卫疾控〔2021〕53号

区卫生健康委等5部门关于印发《滨海新区

儿童青少年肥胖防控实施方案》的通知

泰达街、相关开发区卫生健康和教育管理部门，区疾控中心，海滨人民医院，学校卫生保健所，各学校、幼儿园：

肥胖已经成为影响儿童青少年身心健康的重要公共卫生问题。为切实加强我区儿童青少年肥胖防控工作，贯彻落实市卫生健康委等6部门关于印发《天津市儿童青少年肥胖防控实施方案》（津卫疾控〔2021〕117号）要求，我委会同区教体局等5部门制定了《滨海新区儿童青少年肥胖防控实施方案》。现印发给你们，请遵照执行。

区卫生健康委 区教体局

区市场监管局 团区委

区妇联

2021年5月12日

（此件主动公开）

滨海新区儿童青少年肥胖防控实施方案

随着经济社会快速发展和人民生活水平显著提高，儿童青少年膳食结构及生活方式发生了深刻变化，加之课业负担重、电子产品普及等因素，儿童青少年营养不均衡、身体活动不足现象广泛存在，超重肥胖率呈现快速上升趋势，已成为威胁我区儿童青少年身心健康的重要公共卫生问题。儿童青少年期肥胖会增加成年期肥胖、心脑血管疾病和糖尿病等慢性病过早发生的风险，对健康造成威胁，给个人、家庭和社会带来沉重负担。为积极防控儿童青少年超重肥胖，特制订本方案。

**一、总体要求**

按照《学校食品安全与营养健康管理规定》《健康天津行动实施方案》《滨海新区国民营养计划（2017—2030年）》《滨海新区防治慢性病中长期规划（2017—2025年）》《滨海新区中长期青年发展规划（2017—2025年）》要求，以提高儿童青少年健康水平和素养为核心，以促进儿童青少年吃动平衡为重点，强化社区与医疗卫生机构密切协作，大力普及营养健康和身体活动知识，优化儿童青少年体重管理服务，建设肥胖防控支持性环境，有效遏制我区儿童青少年超重肥胖的流行,促进儿童青少年健康成长，提高新区居民健康水平，助力健康滨海建设。

**二、防控目标**

以2002—2017年超重率和肥胖率年均增幅为基线，2020—2030年0—18岁儿童青少年超重率和肥胖率年均增幅在基线基础上下降80%，为实现儿童青少年超重肥胖零增长奠定基础。

**三、重点任务**

(一)强化家庭责任，充分发挥父母及看护人作用

1.帮助儿童养成科学饮食行为。强化父母及看护人是儿童健康第一责任人的理念，提高父母及看护人营养健康素养，使其能够为孩子合理选择、搭配和烹调食物，保证食物多样化，减少煎、炸等烹调方式，控制油、盐、糖的使用量，避免提供不健康食物，减少在外就餐。培养和引导儿童规律就餐、幼儿自主进食行为，教育儿童不挑食、不偏食，学会合理搭配食物和选择零食，不喝或少喝含糖饮料。双休日和寒暑假期间尤其应注意合理安排饮食，避免不规律饮食或暴饮暴食等。对于有肥胖倾向的孩子，要及时加强教育和约束。(团区委、区妇联、区卫生健康委、区教体局分别负责)

2.培养儿童青少年养成体育锻炼的习惯。营造良好的家庭体育运动氛围，积极引导孩子进行户外活动和体育锻炼。提倡家长与孩子共同运动，充分利用节假日，带领孩子亲近自然，享受阳光，创造必要的条件促进运动日常化、生活化。培养儿童青少年运动兴趣，使其掌握1—2项体育运动技能，引导孩子养成经常锻炼习惯，减少儿童使用电子屏幕产品时间，保证睡眠时间。（团区委、区妇联、区卫生健康委、区教体局分别负责）

3.做好儿童青少年体重及生长发育监测。父母及看护人要充分认识超重肥胖的危害，定期为孩子测量身高和体重，做好记录，必要时及时咨询专业机构并在专业人员指导下采取措施进行干预。学校每年应至少开展一次儿童青少年体重及生长发育监测，根据相关标准对儿童青少年生长发育进行评价，并在专业人员指导下采取干预措施。此外，根据全市统一部署，适时开展涵盖儿童青少年群体的营养监测工作，及时分析评估其膳食营养和慢性病患病情况，为更有效地开展儿童青少年肥胖防控工作提供科学依据。（区卫生健康委、区教体局、区妇联分别负责）

4.加强社区支持。依托村（居）委会组织健康生活方式指导员、社会体育指导员对家庭、社区食堂和餐饮单位开展膳食营养和身体活动的咨询和指导，开展社区健康大讲堂，面向社区人群大力普及添加糖与龋齿、超重和肥胖等相关疾病防控知识科普讲座，以及如何选择健康食品、健康烹饪技巧等技能，促进大众养成低添加糖膳食习惯，提高父母或看护人践行健康生活方式的能力。促进母乳喂养支持性环境建设，推动全面落实产假制度，鼓励具备条件的公共场所和工作单位建立母婴室。（区卫生健康委、区教体局、区妇联分别负责）

（二）强化学校责任，维持儿童青少年健康体重

1.办好营养与健康课堂。组织学校做好健康教育课程设计，将“营养与健康”关键要素纳入健康教育课程大纲。丰富适合不同年龄段儿童学习的资源，在相关教师培训中强化青少年膳食营养和身体活动等知识内容，提高参训教师专业素养和指导能力。促进正确认识儿童超重肥胖，同时避免对肥胖儿童的歧视。（区教体局牵头，区卫生健康委配合）

2.改善学校食物供给。培训学校和供餐单位餐饮从业人员，学校应该配备专（兼）职营养健康管理人员，有条件的可以聘请营养师,结合辖区学校食堂和供餐单位营养供餐实际情况，推进天津市地方标准《中小学学生餐营养指南》（DB12/T—2019）的实施，逐步优化学生餐膳食结构，因地制宜地提供符合儿童青少年营养需求的食物,保证新鲜蔬菜水果、粗杂粮及适量鱼禽肉蛋奶等供应，避免提供高糖、高脂、高盐食物。同时，落实中小学、幼儿园集中用餐陪餐制度，对学生餐的营养和安全进行监督。（区教体局、区卫生健康委、区市场监管局分别负责）

3.根据国家统一部署，持续开展“5·20”中国学生营养日主题宣传活动，结合当年活动主题及宣传口号，在校园及学生群体中大力倡导合理膳食、均衡营养、适度运动、预防肥胖等健康理念。在全区范围内开展特色主题活动，深入大众群体，营造健康氛围。充分发挥主流媒体的力量，开展全区联动、多渠道、多形式的群众性营养健康科普主题宣传活动。通过举行全区启动仪式、线上传播活动及线下落地活动，唤起大家对青少年肥胖这一重大社会问题的重视。（区卫生健康委牵头，区教体局配合）

4.将膳食营养和身体活动、超重肥胖防治知识融入幼儿园及中小学常规教育，有计划地做好健康宣传教育工作。保证学生在校身体活动时间，强化体育课和课外锻炼，各校要严格落实国家体育与健康课程标准，全面落实初中毕业升学体育考试制度。教师不得“拖堂”或提前上课，保证学生每节课间休息，落实“快乐10分钟”行动。正常天气情况下，幼儿园幼儿每天户外活动时间不少于2小时，其中体育活动时间不少于1小时，中小学生每天一小时阳光体育活动多样化发展。倡导建立运动特色学校，鼓励各学校幼儿园积极探讨研究本机构儿童青少年适宜的有特色的简易舞蹈、传统戏剧、武术运动、花样跳绳等运动，在本机构推广适用，由兴趣、趣味性带动儿童青少年由衷崇尚运动。学校加大宣传教育，形成家校合力。结合健康学校创建工作，利用校园内宣传橱窗等途径进行“减糖”相关健康知识普及；学校内不允许设零食售卖点；学校不得供应含糖饮料和高糖食品，菜肴中逐步减少添加糖使用量，降低学生在校期间添加糖使用量。探索在卫生健康部门支持下，为处于明显肥胖的青少年学生制定相应的群体性干预方案并利用课余时间组织实施。（区教体局、区卫生健康委分别负责）

（三）强化医疗卫生机构责任，优化体重管理服务

1.加强孕期体重管理。将营养评价、膳食和身体活动指导纳入孕前和孕期检查，开展孕妇营养筛查和干预，促进孕前维持适宜体重、孕期定期监测体重，预防孕期体重过度增加或增重不足。（区卫生健康委牵头，区妇联配合）

2.加强儿童青少年体重管理。落实基本公共卫生服务0—6岁儿童健康管理服务，加强母乳喂养、辅食添加等科学喂养（合理膳食）知识普及、技能指导和个体化咨询，定期评价婴幼儿生长发育状况。加强幼儿园和学校医务室（卫生室、保健室等）校医或保健教师（卫生保健人员）配备和能力建设，做好儿童青少年超重肥胖监测，及时进行健康教育和指导。（区卫生健康委、区教体局分别负责）

3.加强肥胖儿童干预。指导支持学校和家庭通过合理膳食、积极身体活动和心理支持对超重肥胖儿童进行体重管理。鼓励医疗卫生机构根据需求为超重肥胖儿童提供个体化的营养处方和运动处方。肥胖合并疾病的儿童应当在医生指导下进行专业治疗。（区卫生健康委牵头，区教体局配合）

（四）强化政府职责，加强支持性环境建设

1.加强肥胖防控知识技能普及。充分利用社区、家长学校、健康课堂等平台，发挥传统媒体和微信公众号等新媒体、街道大屏幕（LED屏）、楼宇广告、社区电子屏等各类媒体的作用，广泛传播中国居民膳食指南、身体活动指南、儿童肥胖预防与控制指南相关健康知识，向全社会普及科学的、可操作的肥胖防控知识。加强科普宣传监管，避免误导性信息传播。（区卫生健康委、区教体局、团区委、区妇联分别负责）

2.鼓励企业在预包装食品上进行“低糖”或“无糖”声称，加强宣教提高消费者正确认读食品营养标签添加糖的能力。（区市场监管局负责）

3.完善儿童青少年体育设施。加强社区儿童青少年活动场所、标准健身步道、骑行道、体育公园、学校游泳场馆和多功能运动场地的建设。推动公共体育设施免费或低收费向儿童青少年开放，支持中小学体育场地设施在课余时间和节假日向儿童青少年开放。鼓励具备条件的运动场所为儿童青少年免费提供充足的符合国家标准的饮用水。（区教体局负责）

**四、组织实施**

（一）强化组织领导。各部门和单位要提高对儿童青少年肥胖防控重要意义的认识，将儿童青少年肥胖防控纳入重要议事日程，完善协调机制，强化组织实施，建立长效工作机制，确保实施方案目标任务落实落细。

（二）营造良好氛围。各部门和单位要大力宣传儿童青少年肥胖防控的重要意义、目标任务和主要措施，促进全社会充分认识和掌握膳食营养、身体活动及支持性环境对超重肥胖的作用和影响，营造有利于儿童青少年肥胖防控的社会氛围。

（三）统筹各方资源。各部门和单位要将儿童青少年肥胖防控与全民健康生活方式行动、全民健身行动、基本公共卫生服务项目等工作有机结合、整体推进，有效整合资源，鼓励专业技术机构、学协会等社会组织、企业等积极参与，提高行动保障力度。

（四）加强监测评估。区教体局和区卫生健康委要适时组织开展监测评估和检查指导，促进工作落实，科学评价防控进展与效果。