

中国营养学会发布指南 指导高龄老年人健康体重管理

推荐中国高龄老年人BMI适宜范围为22.0至26.9,高龄老年人每年至少测量一次身高、每月至少测量两次体重……中国营养学会9月17日在四川省成都市发布《中国高龄老年人体质指数适宜范围与体重管理指南》,给出中国高龄老年人体质指数适宜范围和体重管理的指导建议。

根据指南,高龄老年人指足龄年龄大于或等于80岁的人。体质指数(BMI)是一种计算身高体重的指数,即体重与身高平方的比值。体质指数适宜范围指不良健康结局的发生风险相对较低的处于某一特定范围内的人体(群)BMI。

指南主要起草人之一、中国疾病预防控制中心副主任施小明在当日由中国营养学会举办的新闻发布会上介绍,我国面临人口老龄化、高龄化态势,80岁及以上高龄老年人机体退行性变化导致低体重现象普遍,增加高龄老年人多种慢性病发病及死亡风险。制定我国高龄老年人的BMI适宜范围与体重管理标准,不仅填补高龄老年人健康标准的空白,也为我国养老服务体系建设提供科学支撑。

“指南主要内容包括年龄计算、体质指数指标测

量、体质指数适宜范围确定、体重管理等,并提供适合高龄老年人的膳食营养、身体活动等可干预因素的指导建议。”施小明介绍。

指南主要起草人之一、中国疾病预防控制中心营养学首席专家赵文华介绍,现行相关BMI标准指南主要适用于儿童和成年人,不适用于高龄老年人,尚未有专门针对高龄老年人的体重管理指南或BMI适宜范围的推荐标准。应针对不同体重水平的高龄老年人采取个体化体重管理策略。

指南建议,对于能自主进食且BMI在适宜范围的高龄老年人,鼓励保持健康膳食习惯,坚持食物多样性,减少不必要的食物限制。高龄老年人宜保持规律的身体活动,减少静坐时间。

“该指南适用于各级医疗卫生机构及医养结合服务机构工作人员对高龄老年人体质指数水平的评价和体重管理工作的开展。”指南主要起草人之一、南方医科大学公共卫生学院副院长毛琛说。 ■新华社

提升『银发族』服务体验 我国加快适老化产品创新

中国轻工业联合会秘书长郭永新在近日于京召开的轻工适老创新产品系列新闻发布会上表示,中国轻工业联合会正联合相关部门,通过建立智能和健康适老相关评价体系指标,加强上游供应商、制造企业、下游养老机构等产业链协同和产业集群发展等,加快适老化产品创新,推广应用场景。

为老年人提供更优质的服务,既事关民生,也是产业发展的着力点。据测算,2022年我国老年用品市场规模达4.6万亿元,近两年平均增速达10%。不久前,工业和信息化部联合相关部门发布《轻工业稳增长工作方案(2023—2024年)》,明确深入实施促进老年用品产业发展的指导意见,拓宽银发经济发展空间。

“促进老年人群安全放心消费、发展银发经济,既是关爱老年群体、提高人民生活品质的要求,也是轻工企

业转型升级的一个突破口。”郭永新说,中国轻工业联合会正在编制《智慧养老家居产品通用技术要求》行业标准,同时推动建设多个适老创新产品的产业园区,组织相关企业集中入驻,集聚发展。

中国家用电器研究院院长刘挺说,中国家用电器研究院近年来组织制定5项适用于老年人的家用电器国家标准,制定《智能家用电器的适老化技术》系列团体标准并开展智能适老检测认证活动,将继续加大适老化共性技术研究投入,引导和支持企业针对老年人需求开发数字化、智能化产品和服务。

郭永新介绍,首届轻工适老创新产品博览会、首届轻工适老创新产品发展大会和第二届全国轻工适老创新产品及智能健康解决方案大赛决赛将于11月23日至26日在安徽芜湖举办。系列活动旨在展示新一代信息技术、工业设计在适老助老领域的应用,帮助企业对接产业园区、康养服务机构等,推动轻工适老产品创新发展和产业链协同。 ■新华社



公益广告

防范电信网络诈骗 保障财产安全

诈骗手法日益新 你我千万要小心

