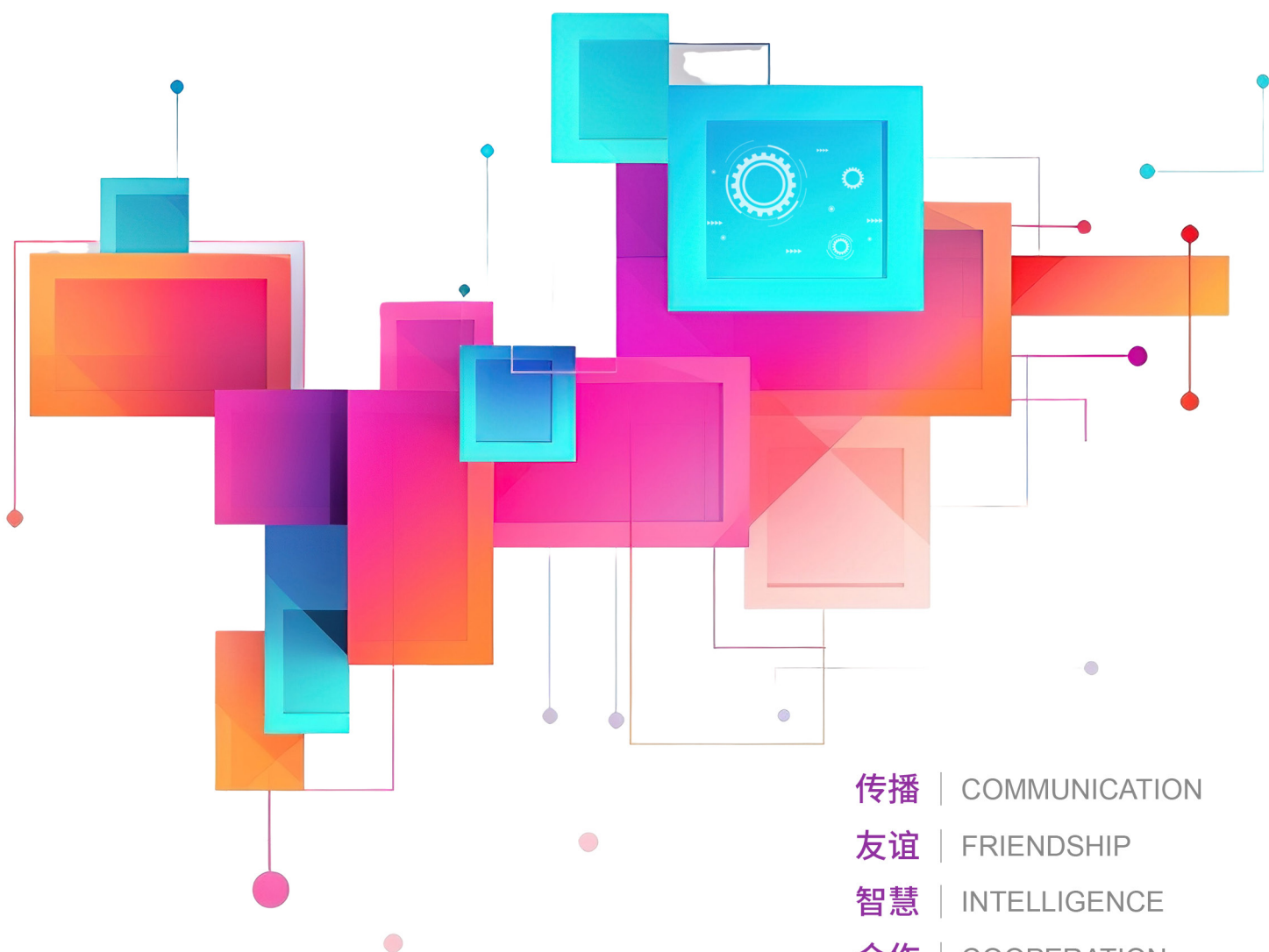




科信食品与健康信息交流中心

—— CHINA FOOD INFORMATION CENTER ——

2024 | 工作回顾
WORK REVIEW



传播 | COMMUNICATION
友谊 | FRIENDSHIP
智慧 | INTELLIGENCE
合作 | COOPERATION

科信中心 2024 年度工作总结

2024 年是新中国成立 75 周年，是实现“十四五”规划目标任务的关键一年，科信食品与健康信息交流中心（以下简称“科信中心”）在民政部部管社会组织综合党委、纪委和社会组织服务中心的正确领导下，坚持以习近平新时代中国特色社会主义思想为指导，全面贯彻落实党的二十大和二十届二中、三中全会精神，深入学习贯彻习近平总书记对民政工作的重要指示和第十五次全国民政会议精神，深刻领悟和把握新时代新征程部管社会组织的职责使命，深刻领会和把握助力完善“四个体系”目标方向和“两个着力”重大任务，更加深刻领悟“两个确立”的决定性意义，增强“四个意识”、坚定“四个自信”、做到“两个维护”。全年党建工作重点围绕综合党委工作任务安排，和党支部标准化规范化建设相关要求，充分发挥党支部“战斗堡垒”作用，带领科信中心全年工作取得良好成效。科信中心先后承担了国家市场监督管理总局、国家卫生健康委等部门多项任务，发挥了良好的社会服务作用；针对食品行业热点话题进行专家解读，起到有积极正面的舆论引导效果，为行业健康发展做出了贡献；在营养健康领域开展了“合理膳食，科学三减”系列工作，累计传播量过亿，提升了科信中心在营养健康信息传播方面的知名度和影响力。现将年度工作总结如下：

一、服务政府监管

（一）国家市场监督管理总局委托任务

1. 2024 年度食品安全常态性风险交流

该年度项目由抽检司委托，是我中心连续第 7 年承接。本年度共撰写科普文章 150 篇，其中“关于乳制品的九大流言与真相”总结归纳了以往数年频繁出现的流言并以简练通俗的解读作出回应。该文章经新华社采编刊发（标题：《科学“加奶”不犹豫 食品专家回应奶制品五大流言》），得到刘国中副总理批示，并推动多部门、多机构参与后续二次传播。据不完全统计，目前已有新华网、人民日报健康客户端、科普中国等 100 余家媒体进行了报道，累计覆盖人次超 1 亿，取得了很好的社会效益。



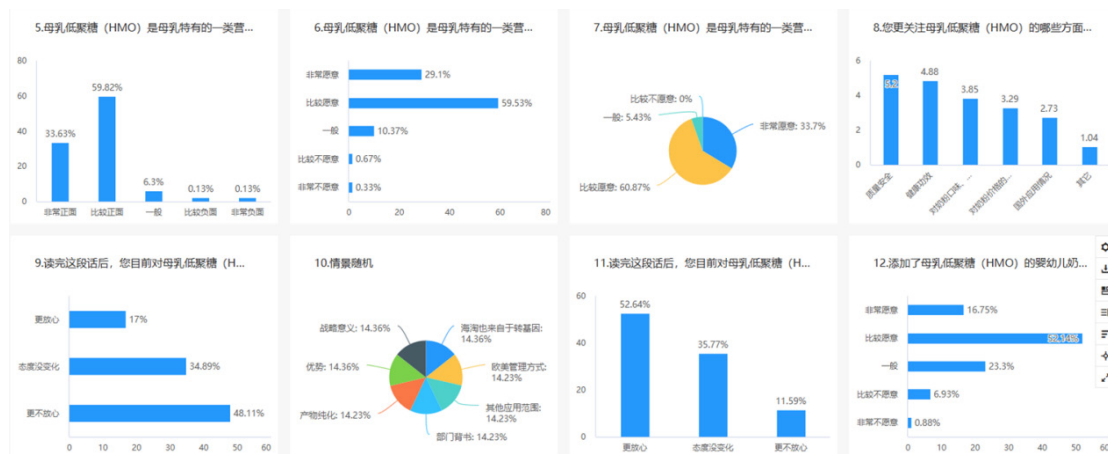
2. 2024 年度食品安全科普短视频项目

该项目由抽检司委托，以媒体报道中常见的食品安全问题以及引起食物中毒的风险点，结合市场监管系统科普宣传和风险交流工作安排，在调研基础上选取了“生鲜灯”“烧烤”“酱油储存和使用”3个热点话题，编写脚本并组织权威专家拍摄科普短视频，为公众提供专业、实用的解读。



3. 中国消费者母乳低聚糖（HMO）认知状况及社会风险研究

HMO 是当前婴配研发及注册审评重点关注的成分，但 HMO 的生产工艺涉及转基因技术（或称合成生物学、生物工程菌等），可能在特定舆论环境中引起消费者担忧。该项目由特食司委托，旨在开展消费者认知的前瞻性研究，为社会舆论风险的预防提供策略与口径准备。



4. 特殊食品安全消费者调查和科普宣教

该项目由特食司委托，旨在做好特殊食品安全舆论分析并为消费者教育提供策略支持。其中特殊食品安全满意度调查涵盖了消费者对三类特殊食品的认知水平、购买行为、监管制度的了解情况以及满意度等多个维度。这些数据不仅指明了未来科普宣教的方向，也为监管部门制定和优化政策提供了可量化的参考依据。此外我中心还制作相关科普长图，跟踪热点舆情话题并适时邀请专家配合特食司进行专业解读。



(二) 国家卫健委委托任务

1. 食品安全国家标准制修订

目前我中心负责牵头制定和修订的食品安全国家标准有6项。其中《消毒餐（饮）具》的修订期望解决大肠菌群不得检出带来的标准适用性问题，该标准已通过专委会第二次审查，将于近期面向社会公开征求意见。《抗坏血酸棕榈酸酯》的修订已通过专委会审查，按照审查意见修改后即将公开征求意见。《调制乳》已通过专委会审查，即将第三次公开征求意见。《即食食品中单核细胞增生李斯特氏菌污染控制规范》的制定已完成标准草案，目前正在按照专委会审查意见进行修改完善。《发酵乳》和《聚葡萄糖》已完成修订任务，等待发布。



GB 中华人民共和国国家标准 食品安全国家标准 发酵乳 （强制性） GB 19304-2022	GB 中华人民共和国国家标准 食品安全国家标准 调制乳 （第二次征求意见稿） GB 19305-2022	GB 中华人民共和国国家标准 食品安全国家标准 即食食品中单核细胞增生李斯特氏菌污染控制规范 （第一次征求意见稿） GB 31607-2022	GB 中华人民共和国国家标准 食品安全国家标准 消毒餐（饮）具 （征求意见稿） GB 17651-2022	GB 中华人民共和国国家标准 食品安全国家标准 食品添加剂 抗坏血酸棕榈酸酯 （征求意见稿） GB 2760-2022	GB 中华人民共和国国家标准 食品安全国家标准 食品添加剂 聚葡萄糖 （强制性） GB 2760-2022
---	--	---	---	---	---

2. “减油增豆加奶”核心信息编制及传播

在食品司统筹安排下，我中心参与了《“合理膳食，健康生活”专题科普宣传核心信息》（减油、增豆、加奶核心信息三十条）的编制工作。“全民营养周”期间，我中心联合微博健康开展了3期直播活动，来自国家食品安全风险评估中心、中国疾控中心营养与健康所、农业农村部食物与营养发展研究所、北京协和医院、北京大学、中国农业大学、中国营养学会、中国健康促进与教育协会、科信中心等机构的13位专家参与活动，总观看人次超过24万。



3. 重点食品安全标准媒体沟通

该项目旨在围绕GB2760、GB7718等重点食品安全标准以及“三新食品”、食药物质等相关话题，组织专家和媒体对话交流，以提升媒体对相关话题的认知和理解。同时我中心灵活机动的配合食品司及国家食品安全风险评估中心及时开展辟谣和舆论引导工作，例如通过公众号、微博、媒体采访等方式回应脱氢乙酸、TBHQ、反式脂肪酸等舆情热点。



二、服务行业发展

(一) “饮料营养分级”专项调研

2024年3月上海市卫健委启动“饮料营养分级”试点工作。为更好的了解实施效果，为未来国家层面的政策制定提供有益的参考，我中心在6-7月进行了专项调研，包括典型试点企业实施情况和消费者KAP两个维度，覆盖线上线下两个渠道。调研报告以详实的数据呈现了消费者“口头支持”的状态，该报告同步提供给了相关部门、技术机构、行业组织，成为后续议题讨论的重要参考。



(二) 食品接触用再生塑料专项

为推动食品接触用再生 PET 塑料（rPET）的高值化利用和相关法规进程，我中心围绕 rPET 食品级应用可能引发的社会舆论风险及其应对策略、干预口径开展前瞻研究，成为政府管理部门的重要决策参考。我们组织各方通过沙龙座谈、交流会议等方式分享交流 rPET 的安全研究进展、环境影响研究、消费者认知等信息，提供专业、独立的意见建议并促进各方构建共识。此外，在媒体对相关话题报道时，积极为其提供可靠信源和内容素材。





中国工程院 陈君石 院士



原市场监管总局质量监督司 段永升 司长



国家卫生健康委食品司 宫国强 副司长



国家发展改革委环资司 杨尚宝 二级巡视员



市场监管总局质量监督司 张亮 处长



国家卫生健康委食品司 蔡楠 三级调研员



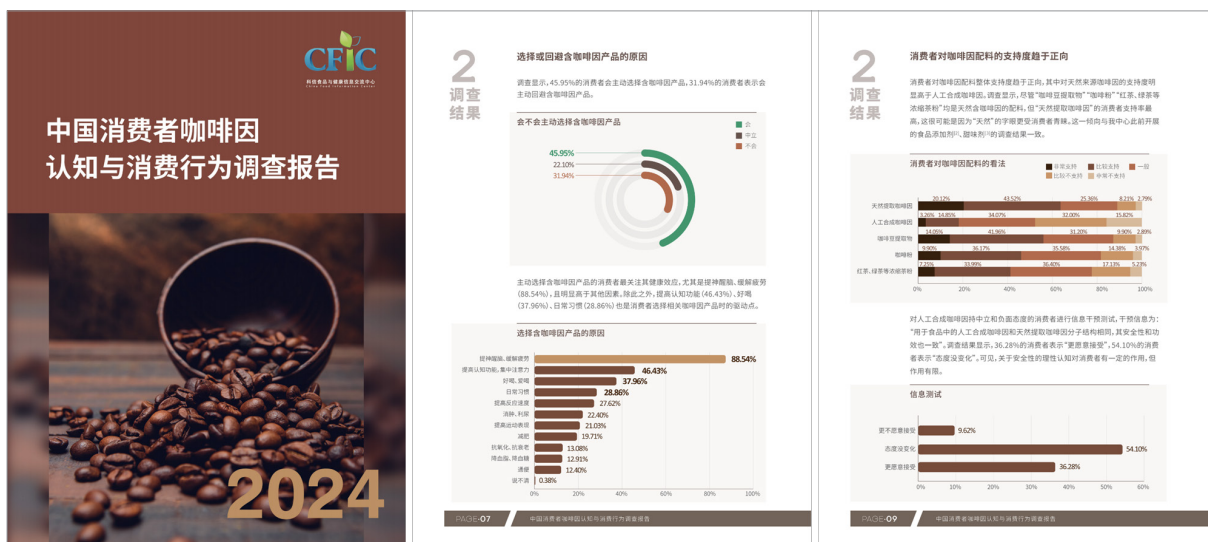
国家食品安全风险评估中心 朱蕾 研究员



北京市产品质量监督检验院 王朝晖 所长

(三) 咖啡因应用与消费者洞察

为了解我国消费者对咖啡因的认知与消费行为，推动咖啡因在食品行业的合理应用，我中心开展了专项调查。结果显示，消费者对咖啡因的整体印象趋于正向，消费者对于咖啡因的摄入已经具备一定的自我控制意识，但仍希望标注产品中咖啡因添加量或含量。



(四) 政策法规专项交流

围绕行业普遍关注的《食品委托生产监督管理办法》《食品标签监督管理办法》《食品经营许可审查通则》等政策法规，邀请有关部门参与起草的同志与理事单位等行业代表交流座谈，详细解读政策背景、政策依据、主要内容和合规要求等，帮助行业充分理解政策初衷，也协助政府部门收集第一手信息，共同提升政策法规的公平性、合理性和实效性。

组织法规标准培训，邀请主要起草人对《特殊医学用途配方食品良好生产规范》《乳制品良好生产规范》《婴幼儿配方食品良好生产规范》《营养强化剂使用标准》和食品接触材料系列标准、《食品添加剂使用标准》等 11 项法规标准进行讲解。

协助理事单位和合作伙伴反馈对政策法规的意见建议，包括食安法修正案、食品委托生产监督管理办法、食品标签监督管理办法、食品添加剂生产许可审查细则等 13 项政策法规和 5 项食品相关标准。

围绕《定量包装商品净含量计量检验规则》（JJF1070-2023）修订后带来的适用性问题和库存标签消化的需求，我中心组织人员细致梳理研究，将相关情况呈报市场监管总局计量司并反复沟通，最终幸得总局采纳相关意见并发布修改单，解行业燃眉之急。

此外我中心还协助相关理事单位跟踪收集互联网上的食品配料“负面清单”，并根据消费者认知误区编写科普素材，结合舆论热点适时开展科普。



科信食品与健康信息交流中心 包大跃 理事长



市场监管总局食品生产经营司 王丹丹 副司长



市场监管总局食品生产经营司 崔伟 一级调研员



市场监管总局食品生产经营司 刘沐雨 处长



市场监管总局食品生产经营司 李慧敏 处长



国家食品安全风险评估中心 朱蕾 研究员



国家食品安全风险评估中心 张泓 副研究员



国家食品安全风险评估中心 李湖中 副研究员



中国食品发酵工业研究院 涂顺明 教授级高工

（五）中国食养与餐饮大会

慢性病高发现象与不健康的饮食习惯密切相关，而餐饮行业作为影响人民健康的重要因素，其食品安全与营养问题备受国家关注。近年来，国家出台了一系列政策法规，旨在提升食品安全水平，改善公共营养状况。餐饮行业作为影响人民健康的重要领域，肩负着提供安全、优质、美味食物的重要责任，中国食养与餐饮分会的成立，正是响应国家号召，顺应时代发展需求的重要举措。

此次食养与餐饮大会的召开及食养与餐饮分会的成立，标志着我国餐饮行业在食品安全与营养健康方面迈出了坚实的一步，不仅为餐饮行业注入了新的活力，也为推动餐饮行业的健康可持续发展提供了新的思路和解决方案。



中国工程院 陈君石 院士



科信食品与健康信息交流中心 包大跃 理事长



市场监管总局餐饮食品司 马朝辉 处长



国家卫生健康委食品司 董静宇 二级调研员



中国食品药品企业质量安全促进会
毛振宾 会长



中国疾控中心 丁钢强 营养学首席专家



国家食品安全风险评估中心 郭云昌 研究员

三、服务公众教育

(一) 合理膳食专项传播

1. 消费者认知洞察

本年度科信中心开展了多次专项调查。

“科学三减”相关消费者 KAP 调查 3 次，主题分别为钠（盐）、饱和脂肪和反式脂肪，累计样本量 1 万余人。通过调查数据发现了一些消费者的常见认知误区，也揭示了减盐、减油的部分行为动机，为下一步开展有针对性的科普和消费者教育提供了精准的策略指引。

此外，我们还通过消费者调研观察了“阿斯巴甜致癌”舆情事件半年后的“余波”。数据表明，消费者的回避行为已经显著降低，但对甜味剂的整体认知仍然存在一定负面倾向，个别品种需要未雨绸缪。



2. 专家沙龙

科信中心充分发挥桥梁纽带作用，组织相关专家和行业代表围绕政策法规、行业高质量发展、消费者教育等热点开展务实交流。涉及脂肪与健康、“减油、增豆、加奶”、清洁标签、超加工食品等多个话题，参与者包括国家卫健委食品司、市场监管总局生产司、国家食品安全风险评估中心、中国疾病预防控制中心营养与健康所以及高校和行业组织的数十位代表。



中国工程院 陈君石 院士



国家卫生健康委食品司 田建新 副司长



国家卫生健康委食品司 齐小宁 处长



市场监管总局食品生产经营司 张士侠 处长



国家食品安全风险评估中心 刘兆平 副主任



中国健康促进与教育协会 孔灵芝 常务副会长



中国疾控中心慢病管理处 赖建强 处长



中国疾控中心营养与健康所 刘爱玲 副所长



国家食品安全风险评估中心 张俭波 研究员



农业农村部食物营养所 李海燕 研究员



国家食品安全风险评估中心 方海琴 研究员



国家食品安全风险评估中心 李建文 研究员



国家食品安全风险评估中心 梁栋 副研究员

3. 媒体沙龙

媒体是健康传播中的“关键少数”，结合世界卫生组织的政策指南和上海“饮料营养分级”试点，我中心组织了3期媒体沙龙，来自新华社、光明日报、科技日报、经济日报、健康报、北京日报、北京青年报、中国食品报、中国食品安全报、新京报等30余家媒体的50余位记者参与活动。

活动中，专家系统介绍并实物展示了世界各国常见的食品包装正面标识（FOP），包括GDA、红绿灯、营养分级、健康星级、警告标签、健康选择等，分析了各种FOP的适用性和优缺点，帮助媒体记者加深了对评价型FOP的理解，也为今后的报道提供了丰富的素材和新的视角。



4. 媒体传播

我中心利用多种渠道传播合理膳食相关知识和理念。通过新华社、人民日报健康客户端、光明日报、经济日报、科普中国等数十家中央权威媒体发布健康消费提示和专家解读文章，如《新春健康提示：“减油”从厨房做起》、《世界卫生日说“减盐”：专家提示“口重”更应注意少吃盐》、《科学控糖也要关注自家厨房》、“隐形盐”与肥胖相关误区解读等，触达数千万人次。

我们邀请陈君石院士、孙宝国院士、范志红教授、云无心博士等多位专家及网红营养师和中心专家一起拍摄科普短视频并在多平台传播，涵盖食品标签、甜味剂、三减误区、夏季饮食等多个话题。春节期间还联合微博平台开展话题传播并邀请相关领域 KOL 互动参与，均取得不错的传播效果。

新华社客户端
主流价值 从新看见

立即体验

新春健康提示：“减油”从厨房做起

2024-02-10 08:50:44
来源：新华社

浏览量：95.0万

查看详情 >

新华社北京2月10日电（董瑞丰、施科宇）新春假期来临，如何避免“每逢佳节胖三斤”？多位食品营养专家表示，脂肪尤其是烹调用油摄入过多，是我国居民能量摄入过

中国食品报 > 信息资讯

科学控糖也要关注自家厨房

2024-11-13 09:18:04 中国食品报

一项关于我国消费者糖认知状况及控糖行为的研究显示，近七成受访者有控糖意愿，近八

者将控糖重点指向超市食品和饮料。对此，专家提示，厨房用糖是我国城市居民摄入糖的第一

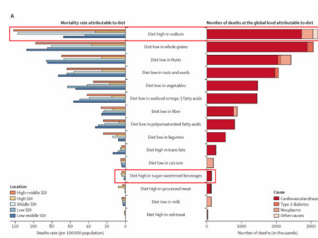
权威民生在身边

少盐没味？减少5%-10%的盐不会对咸淡产生明显影响

人民日报健康客户端 2024-04-01 18:04

为什么厨房减盐这么难？来自科信食品与健康信息交流中心的数据显示，超过60%的受访者认为自己需要减盐，也有接近70%的受访者正在尝试减盐。但超过50%的受访者表示减盐最大的阻碍是难以舍弃口味。

2019年《柳叶刀》发布的研究结果，中国人饮食最致命的问题并非含糖饮料（仅排第12位），而是盐（钠）吃多了。世界卫生组织曾经提醒，高钠饮食与高血压、心血管疾病有密切的关系。



关于“控糖”你不知道的现状、误区和真相

“控糖”是近几年最热门的话题之一，也是大家最关心的健康问题之一。但关于控糖，我们真的了解它吗？今天，我们就来聊聊关于“控糖”你不知道的现状、误区和真相。

首先，我们要明确一点：控糖并不是要完全不吃糖，而是要控制糖的摄入量。世界卫生组织建议，成年人每天添加糖的摄入量应控制在总能量的10%以下，最好控制在5%以下。对于中国居民来说，这意味着每天添加糖的摄入量应控制在50克以下，最好控制在25克以下。

其次，我们要了解糖的来源。糖不仅存在于糖果、糕点等甜食中，也存在于许多日常食品中，如含糖饮料、酱料、调味品等。因此，在控糖时，我们不仅要关注甜食，还要关注这些日常食品中的糖含量。

最后，我们要了解控糖的误区。很多人认为，只要不吃甜食，就可以达到控糖的目的。但实际上，如果摄入过多的精制谷物（如白米饭、白面条等），也会导致血糖升高。因此，在控糖时，我们不仅要控制糖的摄入量，还要控制精制谷物的摄入量，并增加膳食纤维的摄入量。

反式脂肪酸又上热搜！真的一口也不能吃吗？

来源：阮光锋 科普中国 2024年05月10日 07:31
北京 740人

星标 科普中国
看到更多科普资讯

5月9日，“臭名昭著”的反式脂肪酸又又上热搜了！

#反式脂肪酸#

阅读量4765.7万 讨论量12.2万 详情>

网络平台截图

有消息说，“某知名品牌奶制品含有反式脂肪酸，有害健康”，很多博主都提示家长们“当心”

科普中国 430 2701 164 5

“合理膳食 三减三健”系列专家短视频

配料表越短越好吗？
食品中哪种添加剂是健康核心呢？
煎炸食品的营养成分如何控制？
中国人该减什么油？

“合理膳食 三减三健”系列专家短视频

减盐“减”到什么程度？
减盐食品真的更健康吗？
减盐食品真的更健康吗？
减盐食品真的更健康吗？

“合理膳食 三减三健”系列专家短视频

零添加食品是否更健康？
零添加食品是否更健康？
零添加食品是否更健康？
零添加食品是否更健康？

“合理膳食 三减三健”系列专家短视频

无糖饮料能减肥吗？
无糖饮料会增加糖尿病风险吗？
无糖饮料是否安全？
无糖饮料可以放心喝吗？

“合理膳食 三减三健”系列专家短视频

配料表越短越好吗？
食品中哪种添加剂是健康核心呢？
煎炸食品的营养成分如何控制？
中国人该减什么油？

“合理膳食 三减三健”系列专家短视频

减盐“减”到什么程度？
减盐食品真的更健康吗？
减盐食品真的更健康吗？
减盐食品真的更健康吗？

“合理膳食 三减三健”系列专家短视频

零添加食品是否更健康？
零添加食品是否更健康？
零添加食品是否更健康？
零添加食品是否更健康？

17

（二）咖啡与健康科学共识与专项传播

我中心在既往工作的基础上修订并发布了“咖啡与健康相关的科学共识（2024）”。本次修订共收集梳理了2018年以来近400份官方机构文件及科学文献，覆盖癌症、成瘾性、肥胖、骨质疏松、睡眠、情绪等十多个方面，联合发布方包括科信中心、中国疾控中心营养与健康所、农业农村部食物与营养发展研究所、中华预防医学会健康传播分会、中国农业大学特殊食品研究中心。经人民网、新华网、央广网、环球网、光明日报、中国市场监管报等50余家权威媒体报道，全网浏览量超千万。



喝咖啡会骨质疏松吗？5家专业机构联合发布的科学共识给出了答案

10/18 16:38:11 来源：新华社

新华社北京10月18日电 世界咖啡联盟日前发布，根据2018年公布的全世界咖啡消费流行趋势预测报告，目前全球有咖啡消费人口近10亿，预计未来咖啡消费人口将增长至15亿。在咖啡消费中，不少人担心喝咖啡会导致骨质疏松。近日，科信食品与健康信息交流中心、中国疾病预防控制中心营养与健康所、农业农村部食物与营养发展研究所、中华预防医学会健康传播分会、中国农业大学特殊食品研究中心联合发布的《咖啡与健康相关的科学共识（2024）》给出了答案。

《共识》指出，适量饮用咖啡有益于骨骼健康。咖啡是天然含有生物活性成分的功能性食品。通过流行病学研究、动物实验和人体临床试验等多种研究手段，证实适量饮用咖啡（每日摄入量在400mg以内，大约相当于每天4-6杯）对骨骼健康有益。咖啡中的生物活性成分，如多酚类物质、类黄酮等，具有抗氧化、抗炎作用，有助于维持骨骼健康。此外，咖啡还能促进骨骼形成，抑制骨吸收，从而降低骨质疏松风险。对于长期饮用咖啡的人群，应适当补充钙和维生素D，以维持骨骼健康。

《共识》还指出，咖啡对骨骼健康的影响与摄入量、饮用频率、个体差异等因素密切相关。过量饮用咖啡（每日摄入量超过400mg）可能导致钙流失，增加骨质疏松风险。因此，建议适量饮用咖啡，并保持良好的生活习惯，如均衡饮食、适量运动等，以维护骨骼健康。

《共识》还指出，咖啡对骨骼健康的影响与摄入量、饮用频率、个体差异等因素密切相关。过量饮用咖啡（每日摄入量超过400mg）可能导致钙流失，增加骨质疏松风险。因此，建议适量饮用咖啡，并保持良好的生活习惯，如均衡饮食、适量运动等，以维护骨骼健康。

喝咖啡会骨质疏松吗？5家专业机构联合发布的科学共识给出了答案

10/18 16:38:11 来源：新华社

新华社北京10月18日电 世界咖啡联盟日前发布，根据2018年公布的全世界咖啡消费流行趋势预测报告，目前全球有咖啡消费人口近10亿，预计未来咖啡消费人口将增长至15亿。在咖啡消费中，不少人担心喝咖啡会导致骨质疏松。近日，科信食品与健康信息交流中心、中国疾病预防控制中心营养与健康所、农业农村部食物与营养发展研究所、中华预防医学会健康传播分会、中国农业大学特殊食品研究中心联合发布的《咖啡与健康相关的科学共识（2024）》给出了答案。

《共识》指出，适量饮用咖啡有益于骨骼健康。咖啡是天然含有生物活性成分的功能性食品。通过流行病学研究、动物实验和人体临床试验等多种研究手段，证实适量饮用咖啡（每日摄入量在400mg以内，大约相当于每天4-6杯）对骨骼健康有益。咖啡中的生物活性成分，如多酚类物质、类黄酮等，具有抗氧化、抗炎作用，有助于维持骨骼健康。此外，咖啡还能促进骨骼形成，抑制骨吸收，从而降低骨质疏松风险。对于长期饮用咖啡的人群，应适当补充钙和维生素D，以维持骨骼健康。

《共识》还指出，咖啡对骨骼健康的影响与摄入量、饮用频率、个体差异等因素密切相关。过量饮用咖啡（每日摄入量超过400mg）可能导致钙流失，增加骨质疏松风险。因此，建议适量饮用咖啡，并保持良好的生活习惯，如均衡饮食、适量运动等，以维护骨骼健康。

《共识》还指出，咖啡对骨骼健康的影响与摄入量、饮用频率、个体差异等因素密切相关。过量饮用咖啡（每日摄入量超过400mg）可能导致钙流失，增加骨质疏松风险。因此，建议适量饮用咖啡，并保持良好的生活习惯，如均衡饮食、适量运动等，以维护骨骼健康。

喝咖啡会骨质疏松吗？5家专业机构联合发布的科学共识：成年人每日需控制在3-5杯

10/18 16:38:11 来源：新华社

新华社北京10月18日电 世界咖啡联盟日前发布，根据2018年公布的全世界咖啡消费流行趋势预测报告，目前全球有咖啡消费人口近10亿，预计未来咖啡消费人口将增长至15亿。在咖啡消费中，不少人担心喝咖啡会导致骨质疏松。近日，科信食品与健康信息交流中心、中国疾病预防控制中心营养与健康所、农业农村部食物与营养发展研究所、中华预防医学会健康传播分会、中国农业大学特殊食品研究中心联合发布的《咖啡与健康相关的科学共识（2024）》给出了答案。

《共识》指出，适量饮用咖啡有益于骨骼健康。咖啡是天然含有生物活性成分的功能性食品。通过流行病学研究、动物实验和人体临床试验等多种研究手段，证实适量饮用咖啡（每日摄入量在400mg以内，大约相当于每天4-6杯）对骨骼健康有益。咖啡中的生物活性成分，如多酚类物质、类黄酮等，具有抗氧化、抗炎作用，有助于维持骨骼健康。此外，咖啡还能促进骨骼形成，抑制骨吸收，从而降低骨质疏松风险。对于长期饮用咖啡的人群，应适当补充钙和维生素D，以维持骨骼健康。

《共识》还指出，咖啡对骨骼健康的影响与摄入量、饮用频率、个体差异等因素密切相关。过量饮用咖啡（每日摄入量超过400mg）可能导致钙流失，增加骨质疏松风险。因此，建议适量饮用咖啡，并保持良好的生活习惯，如均衡饮食、适量运动等，以维护骨骼健康。

《共识》还指出，咖啡对骨骼健康的影响与摄入量、饮用频率、个体差异等因素密切相关。过量饮用咖啡（每日摄入量超过400mg）可能导致钙流失，增加骨质疏松风险。因此，建议适量饮用咖啡，并保持良好的生活习惯，如均衡饮食、适量运动等，以维护骨骼健康。

喝咖啡会骨质疏松吗？5家专业机构联合发布的科学共识：成年人每日需控制在3-5杯

10/18 16:38:11 来源：新华社

新华社北京10月18日电 世界咖啡联盟日前发布，根据2018年公布的全世界咖啡消费流行趋势预测报告，目前全球有咖啡消费人口近10亿，预计未来咖啡消费人口将增长至15亿。在咖啡消费中，不少人担心喝咖啡会导致骨质疏松。近日，科信食品与健康信息交流中心、中国疾病预防控制中心营养与健康所、农业农村部食物与营养发展研究所、中华预防医学会健康传播分会、中国农业大学特殊食品研究中心联合发布的《咖啡与健康相关的科学共识（2024）》给出了答案。

《共识》指出，适量饮用咖啡有益于骨骼健康。咖啡是天然含有生物活性成分的功能性食品。通过流行病学研究、动物实验和人体临床试验等多种研究手段，证实适量饮用咖啡（每日摄入量在400mg以内，大约相当于每天4-6杯）对骨骼健康有益。咖啡中的生物活性成分，如多酚类物质、类黄酮等，具有抗氧化、抗炎作用，有助于维持骨骼健康。此外，咖啡还能促进骨骼形成，抑制骨吸收，从而降低骨质疏松风险。对于长期饮用咖啡的人群，应适当补充钙和维生素D，以维持骨骼健康。

《共识》还指出，咖啡对骨骼健康的影响与摄入量、饮用频率、个体差异等因素密切相关。过量饮用咖啡（每日摄入量超过400mg）可能导致钙流失，增加骨质疏松风险。因此，建议适量饮用咖啡，并保持良好的生活习惯，如均衡饮食、适量运动等，以维护骨骼健康。

《共识》还指出，咖啡对骨骼健康的影响与摄入量、饮用频率、个体差异等因素密切相关。过量饮用咖啡（每日摄入量超过400mg）可能导致钙流失，增加骨质疏松风险。因此，建议适量饮用咖啡，并保持良好的生活习惯，如均衡饮食、适量运动等，以维护骨骼健康。

科信中心党支部 2024 年度党建工作总结

2024 年，科信食品与健康信息交流中心党支部在民政部部管社会组织综合党委的正确领导下，深入贯彻落实党的方针政策和决策部署，紧密结合支部工作实际，充分发挥党组织的战斗堡垒作用和党员的先锋模范作用，不断推进党支部建设，扎实开展党建工作，取得了显著成效。现将党支部 2024 年党建工作总结如下：

（一）抓理论学习，筑牢思想根基

科信中心党支部始终坚持把思想政治建设作为党建工作的核心内容，牢牢抓住理论学习这一根本工作，通过多层次、多形式的学习活动，不断夯实党员思想基础，确保党员在政治理论上的不断进步和提升。党支部严格落实“第一议题”制度，把学习习近平新时代中国特色社会主义思想作为首要任务，确保理论学习始终走在前列。全年组织了 13 次集中学习，采取领学、自学、观看音像资料、参观等多样化方式，不仅注重理论的深度讲解，还通过实践和互动激发党员的学习兴趣和思想碰撞。

在 2024 年 7 月 30 日，参加了民政部部管社会组织的学习贯彻党的二十届三中全会精神会议，在 2024 年 8 月 16 日，科信中心党支部开展了“学习贯彻党的二十届三中全会精神”讲党课活动；在 2024 年 11 月和 12 月，通过集中学习、党员大会和交流等重点学习了习近平总书记关于民政工作的重要指示以及第十五次全国民政工作会议精神；2024 年 4 月至 7 月，结合实际工作加强了对党纪、党规的学习，进一步强化党员的纪律意识和规矩意识。通过专项学习，党员们深入领会习近平新时代中国特色社会主义思想的核心要义，增强了政治觉悟和党性修养，更深刻地领悟到“两个确立”的决定性意义，增强了“四个意识”，坚定了“四个自信”，始终做到“两个维护”，在思想和行动上与党中央保持高度一致，为全面落实党的各项方针政策提供了坚实的思想基础，推动了党支部各项工作的顺利开展。





（二）抓组织建设，提升党建水平

科信中心党支部高度重视党组织建设，始终坚持党建引领工作，落实“三会一课”制度，全面加强组织生活和党员教育管理。全年召开13次主题党日活动，旨在通过学习交流，增强党员的政治意识、大局意识、核心意识和看齐意识，提升全体党员的思想政治素质。同时，支部组织了4次党员大会和5次党课活动，通过党课讲解党纪、习近平总书记关于民政工作的重要指示和第十五次全国民政工作会议精神，进一步加强党员的理论武装。

在党内活动的开展过程中，支部严格要求党员按时参与，党员出勤率始终保持100%。此外，支部还按时完成2024年度党内统计工作，确保党务管理工作制度化、规范化，确保每一项活动都能精细化管理，确保党内各项工作的透明性与公正性。

为了更好地促进党员自我提升和支部的整体建设，党支部定期开展民主评议党员活动。通过党员之间的相互评议和自我批评，及时发现问题、整改不足，增强党员自我监督意识，进一步激发党员的先锋模范作用和责任担当。

在2024年，党支部成功接收了1名预备党员转正，支部党员队伍的结构得到了优化，组织力量得到了进一步加强，为党支部的发展注入了新的活力。

（三）抓作风建设，强化纪律规矩

科信中心党支部始终坚持从严治党，强化纪律规矩，扎实推进作风建设，严肃政治纪律，强化政治规矩，注重党员干部日常行为的自律与他律，严格执行中央八项规定及其实施细则，坚决反对“四风”问题，特别是形式主义、官僚主义、享乐主义和奢靡之风，切实做到力戒空谈、务实高效。

在2024年4月至6月，科信中心开展了党纪专题教育活动，组织全体党员学习《中国共产党纪律处分条例》，观看《清廉中国》系列微电影，引导党员牢固树立正确的价值观、权力观、利益观，杜绝腐败滋生的土壤。在日常工作中，党支部要求党员严守纪律规定，做到工作中不徇私情、不抬高身份、不弄虚作假，特别是在群众工作中，坚持为民服务，树立党组织的良好形象。

通过一年来的努力，党支部在加强思想政治建设、推进主题教育、夯实党建基础和党风廉政建设等方面取得了显著成效，但仍存在个别党员理论学习不够深入、党员参与活动的主动性有待提高等问题。2025年，党支部将继续深化理论武装，创新党建活动形式，增强党组织的服务功能，推动党建工作与中心业务发展深度融合。





中心平面地图



科信食品与健康信息交流中心
ChinaFoodInformationCenter

办公地址：北京市丰台区南四环西路 128 号院诺德中心一期 4 号楼 912-913 (100071)

办公电话：010-63728412 (兼传真)



科信官方微信