



ILSI
Taiwan

朝向更健康的加工食品：

從Nutritional Profiling 和 Ultra-Processed foods談起

活動介紹

食物製備與加工的定義為「任何改變食物營養價值與保存期限的過程」。統計資料顯示，在美國、加拿大與英國這些高收入國家，民眾每日所攝取的過度加工/超加工食品已經佔總熱量的一半以上。調查發現：過度加工食品典型的高熱量密度（糖、油及鹽的含量高）、低營養素密度（膳食纖維、蛋白質、維生素及礦物質的含量低）特性，會影響整體膳食的營養性，與導致肥胖、高血壓及腦心血管疾病等慢性疾病相關。

食物提供人體所需熱量和營養素，均衡且健康的飲食是維持身體健康的基礎。運用食品加工技術，可以增加食物的保存性，解決某些國家糧食不足而造成飢餓的問題，並且可以強化食物的營養價值，對於糧食安全(food security)與營養安全(nutrition security)都有所貢獻。

如何才能提供滿足消費者飲食更健康的選擇，避免對健康負面效應的因子，是食品界和營養界的共同課題。本會希望能夠藉著食品營養溝通平台，讓雙方交流、一起討論議題，期能達成共識，以利全民營養和健康、並確保食品安全和環境永續。

活動日期：2020年12月18日（星期五）下午13:00-17:00

活動地點：國立臺灣大學應用力學研究所1F國際會議廳

主辦單位：社團法人台灣國際生命科學會

協辦單位：財團法人蔣見美教授文教基金會、財團法人台灣營養基金會、台灣食品科學技術學會、中華民國營養師公會全國聯合會、台灣營養學會

時間	內容
13:00	報到
13:25	主席致詞 社團法人台灣國際生命科學會 陳陸宏 會長
13:30	▶ 健康飲食的原則與實踐：台灣飲食綱領 國立臺灣大學生化科技系 黃青真 教授
14:30	▶ Nutritional profiling and Nutrient density 實踐大學食品營養與保健生技學系 許珊菁 助理教授
15:10	▶ 台灣食品營養成分資料庫：富含蛋白質食物分析報告 社團法人台灣國際生命科學會 楊雅嵐 專案經理
15:30	茶敘
15:50	▶ 食品與營養對談暨綜合座談 <u>與談人</u> ：黃青真 教授（國立臺灣大學生化科技系） 許珊菁 助理教授（實踐大學食品營養與保健生技學系）、 朱中亮 資深研究員（財團法人食品工業發展研究所）、 業界代表（邀請中）
	座長：陳陸宏 會長
17:00	賦歸

ILSI Taiwan 食品營養溝通平台活動

「朝向更健康的加工食品：從Nutritional Profiling 和 Ultra-Processed foods談起」

活動日期：2020年12月18日（星期五）下午13:00-17:00

活動地點：國立臺灣大學應用力學研究所IF國際會議廳

13:00	▶ 報到
13:25	▶ 主席致詞 社團法人台灣國際生命科學會 陳陸宏 會長
13:30	▶ 健康飲食的原則與實踐：台灣飲食綱領 國立臺灣大學生化科技系 黃青真 教授
14:30	▶ Nutrition profiling and Nutrient density 實踐大學食品營養與保健生技學系 許珊菁 助理教授
15:10	▶ 台灣食品營養成分資料庫:富含蛋白質食物分析報告 社團法人台灣國際生命科學會 楊雅嵐 專案經理
15:30	茶敘
15:50	▶ 食品與營養對談暨綜合座談 <u>與談人：</u> 黃青真教授（國立臺灣大學生化科技系） 許珊菁助理教授（實踐大學食品營養與保健生技學系）、 朱中亮資深研究員（財團法人食品工業發展研究所）、 業界代表（邀請中） 座長：陳陸宏 會長
17:00	賦歸



主辦單位：社團法人台灣國際生命科學會

協辦單位：財團法人蔣見美教授文教基金會、財團法人台灣營養基金會、

台灣食品科學技術學會、中華民國營養師公會全國聯合會、台灣營養學會