

国家营养指导员培训考核专家工作组文件

国营养培专〔2021〕5号

国家营养指导员培训考核专家工作组 关于营养指导员培训有关事项的通知

各有关单位：

为贯彻落实《国民营养健康指导委员会办公室关于开展营养指导能力提升培训试点工作的通知》（国卫食品营便函〔2021〕28号）精神，现将营养指导员培训有关职责和具体工作安排通知如下。

一、职责分工

（一）国家营养指导员培训考核专家工作组。在国民营养健康指导委员会办公室（国家卫生健康委食品司）领导下，为营养指导能力提升培训工作提供咨询、开展质量评估、审定国家培训管理机构、培训大纲和教材、培训师资标准、审定考核大纲、标准和题库，对各省营养指导员培训工作进行督导检查等。

（二）中国疾病预防控制中心营养与健康所。负责对各省培训工作进行质量控制的技术指导；负责培训考核专家工

作组的日常管理。

(三) 国家卫生健康委人才交流服务中心。负责对各省考核工作进行技术指导；负责制定培训考核大纲、题库等。

(四) 国家培训管理机构(经培训考核专家工作组评审确定为：中国健康管理协会食品标准与营养健康分会)(附件 1)。负责备案培训机构、提供证书统一查询、培训质量日常监督，负责编制培训大纲和教材(草案)、培训师资标准(草案)、培训机构遴选标准(草案)，统一发放教材等。

(五) 各省(自治区、直辖市)卫生健康委相关部门。负责研究制定本省(自治区、直辖市)培训试点实施方案；按照培训机构遴选标准，确定培训机构；按照统一的标准、大纲、教材等组织开展培训。

二、工作安排

(一) 培训规范性文件。

国家营养指导员培训考核专家工作组对营养指导员培训大纲等三个文件进行了审议，按照培训进度要求，现予公布，请各省卫生健康委相关部门参照执行。

1. 营养指导员培训大纲(试行)(附件 2)。
2. 营养指导员培训机构遴选指导意见(试行)(附件 3)。
3. 营养指导员培训师资素质和能力要求及管理(试行)(附件 4)。

(二) 培训试点示范。

各省卫生健康委相关部门按照统一要求,制定省级培训考核实施方案,并上报至国家营养指导员培训考核专家工作组;选定区域开展本省营养指导员培训试点工作,及时做好培训工作的总结,为全面推进培训工作积累经验。

国家培训管理机构按照统一标准,选定试点培训机构或地区,在培训考核专家工作组的指导下,开展培训师资和营养指导员的培训、考核等试验工作,为各省树立标准化培训工作示范,不断优化培训课纲和培训教学方式。

(三) 工作进度管理。

各地要按照《国民营养健康指导委员会办公室关于开展营养指导能力提升培训试点工作的通知》(国卫食品营便函〔2021〕28号)和本通知要求,于4月30日前,将相关工作部署情况报国民营养健康指导委员会办公室(国家卫生健康委食品司)备案,并抄报国家培训管理机构(中国健康管理协会食品标准与营养健康分会),于7月15日前正式举办本地区首期培训班。

(四) 经验交流。

2021年第四季度,由国家营养指导员培训考核专家工作组负责组织各省卫生健康委负责培训工作的部门,召开一次营养指导员培训试点工作经验交流会,总结培训经验,完善培训制度和相关标准、课件等,推广先进的培训教学方式。

(五) 监督检查。

培训考核专家工作组根据本年度培训工作计划安排,适时选定试点省份,开展营养指导员培训工作的督导检查。

营养指导员培训考核专家工作组

(中国疾病预防控制中心营养与健康所代章)

2021年04月25日

抄报: 国民营养健康指导委员会办公室(国家卫健委食品司)

抄送: 中国疾控中心营养与健康所, 国家卫生健康委人才交流服务中心, 国家培训管理机构(中国健康管理协会食品标准与营养健康分会), 营养指导员培训考核专家工作组各位成员

发至: 各省(自治区、直辖市)及新疆生产建设兵团卫生健康委食品(营养)相关处

国家培训管理机构

经国家营养指导员培训考核专家工作组授权，中国健康管理协会食品标准与营养健康分会承担国家营养指导员培训考核管理机构职责。

一、主要服务事项

负责备案培训机构、提供证书统一发放和查询、培训质量日常监督，负责编制培训大纲和教材（草案）、培训师资标准（草案）、培训机构遴选标准（草案），统一发放教材等。

二、办公室地址联系方式

联系人 宋洋

电话 15317026867

邮箱 SFSNH2021@126.com

地址 北京市西城区西直门外大街 18 号 金贸大厦 A 座
2221 室

邮编 100044

附件 2

营养指导员培训大纲（试行）

一、培训目标

通过培训使培训对象掌握营养学和营养健康相关学科的基础理论知识和技能，能够开展膳食调查、体格测量、营养评价、食谱配餐设计、合理膳食指导和科普宣教等工作，具备面向公众提供营养相关咨询、指导与宣教的能力。

二、培训方法

采取集中培训和现场实践相结合的方式进行培训，包括集中授课、案例分析、示教观摩、现场调查、小组讨论、自学、实践操作等。

三、培训大纲

（一） 营养学知识（112 学时）

1. 掌握内容（70 学时）

（1）影响人体健康的营养素，食物分类及其营养特点（20 学时）；

（2）营养调查的主要内容和膳食调查的主要方法（4 学时）；

（3）体格测量的主要指标和方法（4 学时）；

（4）膳食营养状况的评价内容与方法（10 学时）；

（5）营养不良的概念和分类（4 学时）；

(6) 营养改善的主要措施 (4 学时);

(7) 《中国居民膳食指南》和平衡膳食宝塔核心内容 (5 学时);

(8) 食品营养标签的相关知识 (4 学时);

(9) 膳食结构的问题分析及合理化建议 (5 学时);

(10) 营养配餐与食谱编制 (10 学时)。

2. 熟悉内容 (30 学时)

(1) 各类人群的生理特点与营养需要 (10 学时);

(2) 《中国居民膳食营养素参考摄入量》的核心内容 (4 学时);

(3) 常见营养缺乏性疾病的主要症状和诊断标准 (4 学时);

(4) 主要的营养干预方法 (4 学时);

(5) 膳食营养状况评价报告的撰写 (4 学时);

(6) 营养科普宣传与咨询方法 (4 学时)。

3. 了解内容 (12 学时)

(1) 全球营养政策 (4 学时);

(2) 我国营养政策法规的发展 (4 学时);

(3) 我国营养标准体系的建立与现状 (4 学时)。

(二) 健康教育学知识 (24 学时)

1. 掌握内容 (16 学时)

(1) 健康教育基本知识 (4 学时);

(2) 营养健康教育活动策划与实施 (6 学时);

(3) 饮食行为干预 (6 学时)。

2. 熟悉内容 (6 学时)

(1) 科普宣传材料设计 (6 学时)。

3. 了解内容 (2 学时)

(1) 健康教育基本理论 (2 学时)。

(三) 食品卫生学知识 (16 学时)

1. 掌握内容 (10 学时)

(1) 食品污染的概念 (2 学时);

(2) 常见食品污染的分类、来源与危害 (5 学时);

(3) 食源性疾病和食物中毒的概念和分类 (3 学时)。

2. 熟悉内容 (4 学时)

(1) 常见食源性疾病的致病因子 (2 学时);

(2) 食物中毒的发病特点与预防措施 (2 学时)。

3. 了解内容 (2 学时)

(1) 食品安全相关法规和标准 (2 学时)。

(四) 公共卫生基础知识 (8 学时)

1. 掌握内容 (5 学时)

(1) 公共卫生基本概念 (1 学时);

(2) 流行病学调查的基本概念和方法 (2 学时);

(3) 计量资料和计数资料的统计计算方法 (2 学时)。

2. 熟悉内容（3 学时）

- （1）健康影响因素（1 学时）；
- （2）流行病学常用指标（1 学时）；
- （3）卫生统计学检验的意义（1 学时）。

（五）专业技能（80 学时）

- 1. 掌握膳食调查方法，能够运用膳食调查方法获取个体日常膳食习惯和各类食物的摄入情况，计算个体膳食营养素摄入和评价膳食状况（20 学时）；
- 2. 掌握体格指标评价标准，能够准确测量身高、体重、腰围、血压等（10 学时）；
- 3. 掌握综合评估膳食营养状况的方法，能够开展合理膳食及健康生活方式指导（10 学时）；
- 4. 掌握健康烹饪方法，能够设计食谱和指导营养配餐（10 学时）；
- 5. 能够设计科普宣传材料，策划营养健康教育活动，开展营养健康宣传教育，普及营养科学知识（20 学时）；
- 6. 落实合理膳食行动，推行营养不良改善和“三减三健”等与营养相关慢病的防控适宜技术（10 学时）。

四、培训内容

(一) 理论知识

内容	基本要求	培训数量
1. 营养学知识 (112 学时)	1.1 掌握影响人体健康的营养素；掌握食物分类及其营养特点 1.1.1 营养素概念、分类和生理特性； 1.1.2 能量及宏量营养素的功能及营养学评价； 1.1.3 微量营养素的功能及营养学评价； 1.1.4 食物分类及营养价值评价方法； 1.1.5 各类食物的营养价值（谷薯类、蔬菜水果类、豆类及其制品、畜禽水产类、乳及乳制品、蛋类及其制品、坚果类）； 1.1.6 食物营养价值的影响因素。	20 学时
	1.2 掌握营养调查的主要内容 1.2.1 营养调查基本概念和主要内容； 1.2.2 营养调查的现场工作程序及质量控制方法。	4 学时
	1.3 掌握膳食调查的主要方法 1.3.1 称重记账法概念及其优缺点； 1.3.2 膳食回顾法概念及其优缺点； 1.3.3 食物频率法概念及其优缺点； 1.3.4 化学分析法概念及其优缺点。	
	1.4 掌握体格测量的主要指标和方法（身高、体重、腰围、臀围、体成分、血压等的测量方法）。	4 学时

	1.5 掌握膳食营养状况的评价内容与方法 1.5.1 掌握膳食摄入评价的内容和方法，利用称重法和膳食回顾法数据计算平均每人每日食物摄入量，利用食物频率问卷数据计算个体食物的消费频率和平均摄入量，食物摄入量的计算与评价； 1.5.2 掌握膳食结构的分析与评价方法及程序； 1.5.3 掌握能量及营养素摄入量的计算与评价 (1) 能量及营养素摄入量计算的基本方法； (2) 能量、蛋白质、脂肪食物来源分布的计算方法； (3) 三餐供能比的计算方法； (4) 能量的营养素来源计算方法； (5) 利用膳食营养素参考摄入量（DRIs）评价个体和群体的膳食营养素摄入状况。 1.5.4 掌握营养状况的评价内容和方法 (1) 不同年龄人群营养不足状况的评价方法； (2) 不同年龄人群超重、肥胖及相关慢性病的评价方法。 1.5.5 掌握膳食结构的问题分析及合理化建议； 1.5.6 熟悉膳食营养状况评价报告的撰写。	19 学时
	1.6 掌握营养不良的概念和分类 1.6.1 掌握各类人群营养不足（低体重、消瘦、生长迟缓）的概念； 1.6.2 掌握超重肥胖及其相关慢性病的概念； 1.6.3 掌握常见微量营养素缺乏性疾病的种类； 1.6.4 熟悉常见维生素缺乏性疾病的主要症状和诊断标准（维生素 A 缺乏、B 族维生素缺乏、维生素 C 缺乏、维生素 D 缺乏）； 1.6.5 熟悉常见矿物质缺乏性疾病的主要症状和诊断标准（缺铁性贫血、钙缺乏、碘缺乏、锌缺乏）。	8 学时

1.7 熟悉各类人群的生理特点与营养需要；掌握营养改善的主要措施；熟悉主要的营养干预方法 1.7.1 熟悉婴幼儿生理特点与营养需要； 1.7.2 熟悉学龄前儿童生理特点与营养需要； 1.7.3 熟悉学龄儿童青少年的生理特点与营养需要； 1.7.4 熟悉孕妇生理特点与营养需要； 1.7.5 熟悉乳母生理特点与营养需要； 1.7.6 熟悉成年人生理特点与营养需要； 1.7.7 熟悉老年人生理特点与营养需要； 1.7.8 掌握营养改善的主要措施（营养教育、营养干预、食物强化、营养素补充剂）； 1.7.9 熟悉主要的营养干预方法（营养包、学生餐）。	18 学时
1.8 掌握《中国居民膳食指南（2016）》核心内容 1.8.1 一般人群核心推荐； 1.8.2 特殊人群膳食指南； 1.8.3 平衡膳食宝塔。	5 学时
1.9 熟悉《中国居民膳食营养素参考摄入量》的核心内容（EAR、RNI、AI、UL 等）	4 学时
1.10 掌握食品营养标签的相关知识（营养标签的内容、餐饮食品营养标识指南）	4 学时
1.11 掌握营养配餐与食谱编制 1.11.1 婴幼儿食谱编制原则和方法； 1.11.2 学龄前儿童和学龄儿童食谱编制原则和方法； 1.11.3 孕妇和乳母食谱编制原则和方法； 1.11.4 老年人食谱编制原则和方法；	10 学时

	1.11.5 肥胖、高血压、血脂异常、糖尿病患者的膳食指导原则; 1.11.6 营养健康食堂食谱编制和营养配餐原则和方法; 1.11.7 营养健康餐厅食谱编制和营养配餐原则和方法; 1.11.8 营养健康学校食谱编制和营养配餐原则和方法。	
	1.12 熟悉营养科普宣传与咨询方法。	4 学时
	1.13 了解全球及我国营养政策法规标准 1.13.1 全球营养政策; 1.13.2 我国营养政策法规的发展; 1.13.3 我国营养标准体系的建立与现状(卫生行业标准、国家标准、食品营养标准、营养健康食堂建设指南、营养健康餐厅建设指南)。	12 学时
2. 健康教育学知识 (24 学时)	2.1 掌握健康教育基本知识 2.1.1 掌握健康教育的概念及意义,健康促进的概念及工作领域,营养教育与促进,健康传播的概念、常见形式及媒介,行为的概念及健康相关行为,健康素养及评价; 2.1.2 了解健康教育的基本理论(知信行理论,健康信念模式,行为的阶段改变模型,拉斯韦尔传播模式)。	6 学时
	2.2 熟悉科普宣传材料设计(科普宣传材料的种类,健康教育材料的制作)。	6 学时
	2.3 掌握营养健康活动策划(小组讨论、健康知识讲座、技能示范、看图讨论、新媒体应用)。	6 学时
	2.4 掌握饮食行为干预(明确饮食行为问题、制定干预计划、实施干预计划、评估干预效果)。	6 学时

3. 食品卫生学知识 (16 学时)	3.1 掌握食品污染的概念; 掌握常见食品污染的分类、来源与危害。	7 学时
	3.2 掌握食源性疾病和食物中毒的概念和分类; 熟悉常见食源性疾病的致病因子; 熟悉食物中毒的发病特点与预防措施。	7 学时
	3.3 了解食品安全相关法规和标准 (食品安全法及实施条例、食品安全标准体系; 各类食品、食品添加剂、食品相关产品的主要安全问题; 常见食品添加剂的使用范围及管理办法; 食品安全标准跟踪评价; 食品卫生质量综合评价方法)。	2 学时
4. 公共卫生基础知识 (8 学时)	4.1 掌握公共卫生的基本概念; 熟悉主要的健康影响因素 (身体活动、吸烟、饮酒、心理、压力、睡眠、遗传因素等)。	2 学时
	4.2 掌握流行病学调查的基本概念和方法 (横断面研究、队列研究、病例对照研究、RCT); 熟悉流行病学常用指标 (发病率、患病率、相对危险度等)。	3 学时
	4.3 掌握计量和计数资料的统计计算方法 (均数、中位数、百分位数、极差、正态分布、几何均数等); 熟悉卫生统计学检验的意义。	3 学时

(二) 专业技能

技能	基本要求	培训形式	培训数量
1. 掌握膳食调查方法,能够运用膳食调查方法获取个体日常膳食习惯和各类食物的摄入情况,进行计算个体膳食营养素摄入计算和评价膳食状况;	1.1 能够使用一种统计软件并掌握膳食调查数据的统计分析方法; 1.2 掌握食物摄入量的计算及评价方法; 1.3 掌握能量及主要营养素摄入量的计算及评价方法; 1.4 掌握膳食结构的评价方法; 1.5 熟悉人群膳食调查报告的撰写方法与基本内容。	案例分析 实际操作	20 学时
2. 掌握体格指标评价标准,能够准确测量身高、体重、腰围、血压等;	2.1 参与营养现场调查工作:组织实施、沟通技巧及调查质量控制; 2.2 能够进行主要体格测量; 2.3 能够撰写人群营养状况评价报告。	案例分析 实际操作	10 学时
3. 掌握综合评估膳食营养状况的方法,能够开展合理膳食及健康生活方式指导;	3.1 能够开展不同人群营养状况的评价; 3.2 熟悉营养缺乏性疾病的症状和诊断标准; 3.3 熟悉营养相关慢性病的诊断; 3.4 能够撰写个体/人群膳食营养状况评价报告。	案例分析 营养指导与咨询活动	10 学时
4. 掌握健康烹饪方法,能够设计食谱和指导营养配餐;	4.1 掌握健康烹饪方法(三减); 4.2 能够设计营养食谱和配餐; 4.3 能够对营养配餐进行指导。	案例分析 现场烹饪 营养食谱和配餐设计	10 学时

5. 能够设计科普宣传材料, 策划营养健康教育活动, 开展营养健康宣传教育, 普及营养科学知识;	5.1 能够针对主要的营养问题和营养热点内容设计科普宣传材料; 5.2 掌握策划营养教育活动的办法; 5.3 能够开展多种形式的宣教活动。	案例分析	20 学时
6. 落实合理膳食行动, 推行营养不良改善和“三减三健”等与营养相关慢病的防控适宜技术。	6.1 掌握高血压防控适宜技术, 能够给个体提供相应建议; 6.2 掌握糖尿病防控适宜技术, 能够给个体提供相应建议; 6.3 掌握肥胖控制适宜技术, 能够给个体提供相应建议; 6.4 熟悉合理膳食行动等营养政策的解读与实施。	案例分析	10 学时

营养指导员培训机构遴选指导意见（试行）

为更好推进营养指导能力提升培训工作，加强培训工作的组织管理，根据《国民营养健康指导委员会办公室关于开展营养指导能力提升培训试点工作的通知》（国卫食品营便函〔2021〕28号）及《营养指导能力提升培训方案（试行）》精神，在营养指导员培训考核专家工作组领导下，各省卫生健康委相关部门负责本省营养指导员培训机构的遴选工作，并接受培训考核专家工作组的监督检查。

为了统一培训机构的资质，保证营养指导员培训质量，特提出培训机构遴选指导意见，供各省级卫生健康委相关部门在遴选培训机构时参照执行。

一、遴选原则

实行公开公正的原则，按照遴选条件，由省级卫生健康委相关部门负责择优遴选培训机构，对遴选合格的培训机构，报国家培训管理机构备案；国家与地方要积极先行先试，总结培训经验，逐步推广和扩大培训范围。

二、遴选条件

参加遴选的培训机构应当具有丰富的卫生健康人才培养经验，在本地区、本行业（产业）具有一定影响力，并符合以下基本条件：

(一) 具备教育培训相关资质的公办或民办院校、科研院所、学会协会组织及专业教培机构，并具有独立法人资格或者具有独立法人资格的单位委托的直属下级机构；

(二) 具备开展实训实践的场所或联合培训单位，可以满足理论教学和实践培训的相关要求；

(三) 具备营养、食品、健康等方面行业培训相关经验，同时拥有符合营养指导员培训师资素质和能力要求且相对稳定的专(兼)职师资队伍，可开展理论教学及实践培训；

(四) 具备健全的培训管理制度，可对教学培训和日常运营管理工作提供人财物配套全面保障，具有专门的培训场所、教学设备、管理服务团队；

(五) 遵守国家各项政策法规，严格执行国家及地方卫生健康委有关部门相关要求，接受国家培训管理机构的监督管理，按照统一的培训教学大纲和管理规定，制定教学实施计划并按时报备，开展规范化培训工作；

(六) 对有培训不良记录的培训机构，或者接受培训人员对其培训质量和管理有较多问题反映的，将取消其遴选资格。

营养指导员培训的师资素质和能力要求及管理（试行）

为贯彻《国民营养健康指导委员会办公室关于开展营养指导能力提升培训试点工作的通知》（国卫食品营便函

〔2021〕28号）及《营养指导能力提升培训方案（试行）》，规范营养指导能力培训工作，抓好师资管理是保证培训质量的关键环节。为此，对营养指导能力培训师资的素质和能力提出统一要求。

营养指导能力提升培训是《国民营养计划 2017-2030 年》和《健康中国行动（2019-2030 年）》之合理膳食行动的重要实施环节，培训师资承担之重要职责是为各基层单位培养具有良好的职业道德、扎实的营养学理论基础和相关技能，且能独立、规范地承担相关营养工作任务和服务人群营养咨询、指导、宣教等活动的一线营养专业人员。

一、素质和能力要求

（一）培训师资应满足以下基本条件：

1. 遵纪守法，具有良好的职业道德，有较强的事业心和责任感。

2. 具备与履行岗位职责相匹配的专业能力，同时具有较高理论水平和较丰富的实践经验，可按照国家统一的培训要求、大纲及相关标准为学员开展规范化培训，满足培训质量要求。

（二）满足基本条件外，培训师资还须具备以下条件之一：

1. 有公共卫生、预防医学、营养学或相关专业全日制统招本科学历及以上，且从事本专业工作（教育、科研）5 年及以上；

2. 具有营养学或相关专业中级及以上专业技术职务任职资格，且从事本专业工作（教育、科研）5 年及以上；

3. 取得本职业（工种）或相关职业二级及以上职业资格证书（技能等级证书），且从事本职业工作（教育、科研）5 年及以上。

4. 现有专业职称中相关营养专业中级职称及以上人员，或营养职业资格中注册营养师，二级及以上公共营养师，从事本专业或职业工作（教育、科研）5 年及以上；以及已经获得营养指导员师资证书的人员。

二、培训师资管理

（一）国家及各省卫生健康委相关部门对培训师资进行分级管理。

（二）由地方负责择优推荐培训师资，经营养指导员培训考核专家工作组审核，国家培训管理机构备案后，方可开展授课培训。

（三）各完成备案的培训机构对营养指导能力培训师资实行日常管理。应督促培训师资不断更新专业知识和技能，每3年接受一次省级或国家级师资能力培训。

（四）对于有违法违规违纪等行为或无法保证培训质量的师资，各培训机构应取消其培训师资资格，并上报省卫生健康委相关部门和国家培训管理机构。