

標 題 : The use of indexes evaluating the adherence to the Mediterranean diet in epidemiological studies: a review  
疫学研究における地中海食事に対する順守を評価する指数の使用 : 総 説

---

著 者 : A. Bach, et al. (スペイン ラスパルマス デ グランカナリア大学 臨床科学科)

---

掲 載 誌 : Public Health Nutr. 9(1A): 132-146 (2006)

---

要 旨 :

この論文の目的は、地中海食事パターンに対する住民の順守を評価するために複数の疫学研究が使用する方法を再検討することである。

これらの方法の間で食事指数は、伝統的な地中海参照パターンに基づいて食事の質の全体的評価を試みて、先験的に、全体的に、質的に説明する。

地中海食事指数はそのため、食品、食品群または食品と栄養素の組合せなど様々な成分の関数に由来する単一のスコアによって食事を要約する。

再検討する評価方法は計算する方法によって3種類に分類できる:(1)成分のプラスまたはマイナスの得点に基づくもの、(2)標準的な成分を加えるか取り除くもの、および(3)成分の間の比に基づくもの。

食事スコアは、不可欠な実体としての地中海食事と、平均余命または肥満、心臓血管系疾患およびある種の癌の発症率などの健康パラメーターとの間の複数の関連を調査するのに使用されてきた。

その上これらの指数は、食品摂取動向を測定し、関連する要因を確認し、包括的な住民の健康栄養勧告を作成するにも役に立つ。

この食事パターンへの順守をさらに正確に測定したいのなら、地中海食事のもっと詳細で定量的な定義が必要である。

ナッツおよび魚などの典型的な地中海食品を入れることおよびバイオマーカーを用いる食事パターン取り組みの確認などの、地中海食事指数の他の面も考慮すべきである。

キーワード : 地中海食事、食事パターン、地中海食事順守、  
地中海食事スコア、地中海食事指数

---