

標 題 : The combined association of adherence to Mediterranean diet, muscular and cardiorespiratory fitness on low-grade inflammation in adolescents: a pooled analysis.
青年における軽度の炎症に対する地中海食事の順守と筋肉および心肺の健康を結びつけた関連 : 統合分析

著 者 : C. Agostinis-Sobrinho, et al. (ポルトガル ポルト大学の運動・健康・レジャー研究センター スポーツ部)

掲 載 誌 : Eur. J. Nutr. 2018 Sep 3. doi: 10.1007/s00394-018-1812-0.
[Epub ahead of print] [発行に先立つ電子出版]

要 旨 :

目 的 : 軽度の炎症は複数の代謝異常を引き起こす、そして地中海食事の順守、心肺の健康(CRF)および筋肉の健康(MF)は、若者で代謝健康の重要な指標と考えられてきた。

我々は青年で、高感度 C 反応性タンパク質に対する地中海食事の順守と筋肉および心肺の健康を結び付けた関連を研究した。

方 法 : これはコロンビアとポルトガル出身の 9-18 歳の青年 1462 人(少女 625 人)による横断解析である。

地中海食事を Kidmed アンケートで評価した。

シャトルランテストを使用して心肺の健康を評価した。

筋肉の健康を、立ち幅跳びおよびハンドグリップ試験で評価した。

高感度アッセイを使用して高感度 C 反応性タンパク質値を得た。

結 果 : 最適な地中海食事の順守で高い筋肉の健康/高い心肺の健康の被験者と比較したときに、低い地中海食事の順守で低い筋肉の健康/低い心肺の健康の被験者は(OR=2.3 ; 95%CI 1.2-4.0)、最適な地中海食事の順守で低い筋肉の健康/低い心肺の健康の被験者と(OR=2.3 ; 95%CI 1.2-5.0)、高炎症性プロファイルの発現の確率が同じであったと、ロジスティック回帰が示している。

さらに、高い地中海食事の順守で高い筋肉の健康/高い心肺の健康に分類される被験者は、平均して低い高感度 C 反応性タンパク質値であったと、共分散分析が示した($F_{(7,1454)} = 2.051$ $p = 0.04$)。

結 論 : 心肺の健康と筋肉の健康および地中海食事の順守の最適値の組合せは、低い高感度 C 反応性タンパク質と関連した。

しかし高い筋肉の健康と心肺の健康は、高感度 C 反応性タンパク質値に対する低い地中海食事の順守の悪影響を弱めるとみえる。

キーワード : エアロビック(有酸素)フィットネス、食事パターン、炎症、筋力、若者
