

標 題 : Determinants of Adherence to Healthy Eating Patterns in a Population of Children and Adolescents: Evidence on the Mediterranean Diet in the City of Mataró (Catalonia, Spain)  
児童および青年の集団における健康的な食事パターン順守の 決定要因 :  
マタロー市 (スペイン、カタロニア地方) における地中海食事に関する証拠

---

著 者 : A. M. Arcila-Agudelo, et al. (スペイン バルセロナ大学 薬学部  
XaRTA - INS 栄養・食品・美食学科)

---

掲 載 誌 : Nutrients. 2019 Apr 15; 11(4). pii: E854. doi: 10.3390/nu11040854.

---

要 旨 :

その効能にもかかわらず、大部分の地中海沿岸諸国で、地中海食事は若い世代によって放棄されているかまたは採用されていない。

スペインで、児童および青年の集団の 69%までが、地中海食事の最適順守ではないと見出された。

この研究の目的は、スペイン、マタロー市の学齢の児童および青年において地中海食事の最適順守とどの要因が関連するかを解析することであった。

横断的研究を、マタロー市の 6 歳から 18 歳の間の児童および青年 1177 人で実施した。

児童と青年のための地中海食事の質指数 (KIDMED index) を使用して地中海食事の順守を評価した。

被験者の 59%以上が地中海食事の最適順守でないと示され、その比率は小学生よりも中等学校で高い、我々は見出した。

最適地中海食事に従うことと正の関連をした要因は、母親の教育水準、児童が小学校段階、朝食中に注意散漫がないこと、および定期的な運動であった。

小遣い銭が手に入ることは、地中海食事の最適順守の可能性と負の関連をした。

将来の研究は、研究した要因と地中海食事の順守との間の因果関係の可能性をさらに深く研究すべきである。

キーワード : KIDMED、地中海食事、青年、小児、健康的な食事パターン

---