

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の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、複数の疫学研究が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用いる方法の一部を論評することである。

これらの方法の間で、伝統的な地中海式比較パターンに基づいて食事の全体的な評価を試みる食事指数が、先験的に、一般的に、定量的に説明する。

そのため地中海食事指数は、食品、食品群または食品と栄養素の組合せなどの異なる成分の関数に由来する単一スコアで食事を要約する。

論評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)成分のプラスとマイナスの得点に基づくもの、(2)標準成分を足し算または引き算するもの、(3)成分間の比率に基づくもの。

不可欠な存在としての地中海食事と、平均余命または肥満、心臓血管系疾患とある種の癌の発症率などの健康数値との中の複数関連を研究するために、食事スコアが使用されてきた。

その上この指数は、食品摂取の動向を測定し、関与する要因を確認し、そして総合的な公衆の健康栄養勧告を作成するためにも役に立つ道具である。

その食事パターンの順守をもっと正確に測定したいなら、地中海食事のさらに詳細で定量的な定義が必要となる。

ナッツおよび魚などの典型的な地中海の食品を含める、バイオマーカーを用いて食事パターンを確認するなどの、地中海食事指数の別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
