

標 題 : Predictors of weight gain in a Mediterranean cohort: the  
Seguimiento Universidad de Navarra Study  
地中海コホートにおける体重増加の予測因子 : Seguimiento ナバラ大学研究

---

著 者 : M. Bes-Rastrollo, et al. (スペイン ナバラ大学 予防医学・公衆衛生学科)

---

掲 載 誌 : Am. J. Clin. Nutr. 83: 362-370 (2006)

---

要 旨 :

背 景 : 砂糖入り飲料の高い摂取は、米国で体重増加および肥満と関連している。  
典型的な米国の食事パターンをだんだんと採用している異なる食事パターンの住民にも、この傾向は影響するであろう。

目 的 : 甘味飲料および他の食品が、地中海住民で体重増加の可能性を高めるかどうかを、我々は評価した。

計 画 : これは平均年齢 41 歳の男性と女性 7194 人を郵送アンケートで 28.5 ヶ月間 (中央値)追跡した、追跡コホート解析であった。  
以前に確認した半定量食事頻度アンケートによって、食事接触を評価した。

結 果 : 追跡中に参加者の 49.5%が体重を増加するのを(x 体重増加 : 0.64kg、95% CI 0.55-0.73kg)我々は観察した。  
開始前 5 年間に $\geq 3$ kg 体重増加した参加者で、砂糖入りソフトドリンク摂取の 5 段階(5 区分)と 1 段階を比較したその後の体重増加の調整オッズ比は 1.6 (95%CI 1.2-2.1、動向の  $P=0.02$ )であった。  
開始前 5 年間に体重増加のなかった参加者では、この関連はなかった。  
ハンバーガー、ピザおよびソーセージの摂取(ファーストフード摂取の代理として)も独立して体重増加と関連した (5 段階(5 区分)と 1 段階を比較した調整オッズ比=1.2、95%CI 1.0-1.4、動向の  $P=0.05$ )。  
体重増加と赤身肉と加糖フルーツジュースの両方の摂取との間に、有意だが弱い関連を、我々はまた見出した。

結 論 : 地中海コホートで特に既に体重増加をした参加者では、砂糖入りソフトドリンクの摂取およびハンバーガー、ピザおよびソーセージの摂取の増加は、その後さらに体重増加をする高いリスクと関連した。

キーワード : 肥 満、過体重、体 重、体重変化、ソフトドリンク、ファーストフード、  
脂 肪、砂 糖、食 事、栄 養、追跡研究、発症率、縦断解析、栄養疫学

---