

標 題 : Association between the prevalence of obesity and adherence to the Mediterranean diet: the ATTICA study
肥満の有病率と地中海食事の順守との間の関連 : ATTICA 研究

著 者 : D. B. Panagiotakos, et al. (ギリシャ ハロコピア大学 栄養・糖尿病科)

掲 載 誌 : Nutrition 22: 449-456 (2006)

要 旨 :

目 的 : 地中海食事の順守との関連で肥満の有病率を、我々は評価した。

方 法 : ランダムに登録した心臓血管系疾患の病歴のない男性 1514 人(18 から 87 歳) および女性 1528 人(18 から 89 歳)で、我々は横断調査を実施した。
身体計測の数値を測定し、通常の週に摂取した各種食品の頻度を記録した。
この食事の固有な特性を取入れた食事スコアによって、地中海食事の順守を評価した。

結 果 : 過体重と肥満の有病率は、男性で 53%と 20%、女性では 31%と 15%であった。

性別と年齢を調整した後で、食事スコアと、ウェスト-ヒップ比($r=-0.31$, $P<0.001$)および BMI($r=-0.4$, $P<0.001$)との間に逆関連が観察された。

年齢、性別、運動の状況、代謝および他の変数を調整した後で、地中海食事の高い順守(3 分割の最高区分)は非地中海食事(3 分割の最低区分)と比較して、肥満であることの 51%低い確率(オッズ比 0.49、95%信頼区間 0.42 から 0.56) および中心性肥満を有することの 59%低い確率(オッズ比 0.41、95%信頼区間 0.35 から 0.47)と関連した。

結 論 : 地中海食事パターンの順守と肥満の有病率との間の逆関連を、各種の交絡因子に関係なく、自由摂食する男性と女性の住民サンプルで、我々は観察した。

キーワード : 肥 満、過体重、BMI、食 事、地中海、疫 学
