

標 題： Mediterranean diet and telomere length in high cardiovascular risk subjects from the PREDIMED-NAVARRA study
PREDIMED-ナバラ研究の高心臓血管系リスク被験者における地中海食事とテロメアの長さ

著 者： S. Garcia-Calzón, et al. (スペイン ナバラ大学 栄養・食品学・生理学部)

掲 載 誌： Clin Nutr. 2016 Apr 1. pii: S0261-5614(16)30001-2.
[Epub ahead of print] [印刷に先立つ電子出版]

要 旨：

背景と目的： 健康的な生活様式は長いテロメアと関連したが、地中海食事がテロメアの長さに関連するかどうかはまだ完全には解明されていない。

我々の目的は、ランダム化栄養介入試験における高心臓血管系リスク被験者で、地中海食事とテロメアの長さとの間の関連を評価することであった。

方 法： 我々は、PREDIMED-ナバラ試験から 520 人 (55-80 歳、55%が女性) を評価した。

開始時および被験者をランダムに低脂肪対照食事または 2 種類の地中海食事 (1 つはエクストラバージンオリーブ油を補給、他はミックスナッツを補給) に割当てた食事介入計画の 5 年後に、白血球のテロメアの長さを qPCR で測定した。

認証済の 14 項目アンケートを使用して、参加者の開始時での地中海食事への順守を評価した。

結 果： 地中海食事への良い順守(14 項目点数で評価)は、開始時の横断解析で女性における長い基礎テロメアと関連したが、男性では逆が観察された(P 相互作用 = 0.036)。

10 点の女性被験者は長い基礎テロメアを(0.27, 95%CI: 0.03-0.52)、研究開始時に 6 点以下の女性(-0.46, 95%CI: -0.85 から -0.7)よりも有した (P=0.003)。

しかし対照群(0.07, 95% CI: -0.08 から 0.23)と比較して、ナッツによる地中海食事への割当は(-0.24, 95% CI: -0.38 から -0.01)介入 5 年後にテロメア短縮の高いリスクと関連したが(P=0.003)、エクストラバージンオリーブ油による地中海食事群では(0.14, 95% CI: 0.02-0.27)差がなかった (P=0.537)。

結 論： 開始時の地中海食事パターンへの高い順守は、女性だけで長いテロメアと関連した。

テロメア短縮の予防について、地中海食事による介入の有効性はないと、低脂肪食事との比較で認められた。

著作権 © エルゼビア社およびヨーロッパ臨床栄養・代謝学会。 著作権所有。

キーワード： 加 齢、介 入、地中海食事、栄 養、テロメア
