

標 題 : Mediterranean diet adherence and body composition among
Southern Italian adolescents
イタリア南部の青年の間での地中海食事の順守と体組成

著 者 : A. Mistretta, et al. (イタリア カターニア大学 内科・外科・先端技術学部
衛生学・予防医学科)

掲 載 誌 : Obes. Res. Clin. Pract. 2016 Jun 3. pii: S1871-403X(16)30035-7 [先行電子版]
[冊子版は Obes. Res. Clin. Pract. 2017 Mar - Apr;11(2):215-226.]

要 旨 :

はじめに : 伝統的な地中海食事の順守は、若い人々で健康上の効能と関連している。
この研究の目的は、地中海食事の順守と心臓-代謝パラメーターとの間の
関連をイタリア南部のシチリア島在住の青年で評価することであった。

方 法 : 中等学校 15 校に通学している 11-16 歳の青年 1643 人で、2 学年(2012-2013
および 2013-2014)の間に横断研究を実施した。
社会人口学、食事、生活様式、および身体計測のデータを収集した。
KIDMED スコアを使用して、地中海食事の順守を評価した。
線形回帰およびロジスティック回帰のモデルを使用して、関心のある変数と
結果との関連を検証した。

結 果 : 少女と比較して高い比率の少年が過体重(30.8%対 25.4%)および肥満(28.7%
対 18.5%)であり、そして 9.1%しか地中海食事の高い順守でなかった。
野菜摂取は過体重/肥満と逆相関したが、菓子、加糖飲料、およびファース
トフードは過体重および肥満と関連した。
地中海食事の良い順守は、少年と少女の両方で過体重または肥満となる確率
の 30%低下をもたらした (オッズ比 0.70、95%信頼区間 0.56-0.87)。
逆相関が KIDMED スコアと BMI、ウエスト周囲および脂肪量との間に認め
られた。
血圧との関連は認められなかった。

結 論 : 地中海式食事パターンは、青年の体重状態と有意な関連をもたらした。
これらの結果は、青年における過体重および肥満の予防のために生活様式お
よび食事習慣の教育を提供することの重要性を強調する。

著作権 © 2016 年 アジアオセアニア肥満研究協会。エルゼビア社による出版。著作権所有。

キーワード : 青年、インピーダンス、KIDMED、地中海食事、肥 満
