

標 題 : Obesity and the Mediterranean Diet: A Review of Evidence of the  
Role and Sustainability of the Mediterranean Diet.  
健康と地中海食事 : 地中海食事の役割および持続可能性の証拠の再検討

---

著 者 : S. D'Innocenzo, et al. (イタリア ボローニャ大学 St. Orsola-Malpighi 病院  
内科・外科学部 Prochild プロジェクト)

---

掲 載 誌 : Nutrients. 2019 Jun 9; 11(6). pii: E1306.

---

要 旨 :

さまざまな社会・経済的要因が住民の大部分に不健康な食習慣を採用させそれが健康管理システムを弱体化させるが、ただし現在の動向を持続可能な生活様式モデルへ反転させる場合は別である。

地中海食事の原則によって触発された食事計画が、多くの健康効果と関連して肥満を含む多数の病状に対して予防作用を発揮すると実証されても、その使用は減少しており、文化のおよび社会的な変化によって生まれた別の栄養モデルによって現在置き換えられている。

住民の間でできるだけ地中海食事の原則の順守を広げる方向へと向かう政府の政治活動が、特に小児で肥満のまん延に取り組むのに役に立つ。

この文書は、肥満の広がりを止めるためのある年齢群での活動の重要性を繰り返し述べる予定であり、そして地中海食事は単なる食品モデルではなく疾患予防のために最も適切な処方で、健康管理の持続性追求のためのある種の完全な生活様式計画であるという考えに導く科学的証拠を配慮しながら今までに用いられた規制手段の批判的な再検討を進める。

キーワード : 地中海食事、小児肥満症、ヘルスコミュニケーション、健康的な生活様式、  
公衆衛生政策

---