

標 題 : Olive Oil Consumption and Weight Change:  
The SUN Prospective Cohort Study  
オリーブ油摂取と体重変化 : SUN 追跡コホート研究

---

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 : Lipids 41: 249-256 (2006)

---

要 旨 :

この動的な追跡研究の目的は、7,368人の男性と女性のスペイン人大学卒業生による大規模な地中海コホートで (SUN プロジェクト、28.5 ヶ月(中央値)追跡した)、オリーブ油摂取と体重増加の可能性または過体重または肥満の発症率との間の関連を評価することであった。

開始時に認証済の食品頻度アンケートを実施し、回答者は28.5 ヶ月後に追跡調査のアンケートを完了した。

参加者のオリーブ油摂取および体重の変化を追跡調査中に評価した。

開始時の高いオリーブ油摂取は体重増加の低い可能性と関連したが、その差は統計的に有意でなかった。

オリーブ油摂取が高い参加者(5段階、46g/日 : 中央値)を最低(6g/日 : 中央値)と比較した体重増加の調整済の差(kg)は $-0.16$ [95%信頼区間(CI) $-0.42$  から  $+0.11$ ]であった。

開始時にオリーブ油摂取が高く追跡中にもオリーブ油摂取が増加した参加者で、過体重または肥満が発症するリスクの小さな有意でない上昇を (調整後オッズ比  $=1.19$ 、95%CI 0.73 から 1.95)、我々は認めた。

地中海地方の食品パターンの状況では高い値でのオリーブ油摂取は、高い体重増加とも過体重または肥満となる高いリスクとも関連がないと、自由生活者のサンプルで実施した我々の研究で示される。

---