

標 題 : The use of indexes evaluating the adherence to the Mediterranean diet
in epidemiological studies : a review
疫学研究における地中海食事の順守を評価する指数の使用 : 総 説

著 者 : A. Bach, et al. (スペイン バルセロナ大学サイエンスパーク
地中海食事振興財団)

掲 載 誌 : Public Health Nutr. 9(1A): 132-146 (2006)

要 旨 :

この論文の目的は、地中海食事パターンに対する住民の順守を評価するために複数の疫学研究が使用する方法を論評することである。

これらの方法の間で食事指数は、先験的、一般的、質的に説明される伝統的な地中海食事参照パターンに基づいて食事品質の包括的な評価を試みる。

そのため地中海食事指数は、食品、食品群または食品と栄養素の組合せなどの各種成分の関数から得られる単一スコアで食事を要約する。

論評する評価方法は計算するやり方によって3種類に分類できる：(1) 成分のプラスまたはマイナスの得点に基づくもの、(2) 標準的な成分を足し算または引き算するもの、(3) 成分の間の比に基づくもの。

不可欠な存在としての地中海食事と、平均余命または肥満、心臓血管系疾患、ある種癌の発症率などの健康的数値との間の複数の関連を研究するために、食事スコアが使用されてきた。その上この指数は、食品摂取を測定し、関連する要因を確認して、包括的な公共の健康栄養勧告を作成するために役立つ手段である。

この食事パターンの順守をさらに正確に測定したいなら、地中海食事のさらに詳細で定量的な定義が必要である。ナッツと魚などの典型的な地中海食品を入れること、バイオマーカーを用いる食事パターン取り組みの検証などの、地中海食事指数の別の面も考慮すべきである。

キーワード : 地中海食事、食事パターン、地中海食事順守、
地中海食事スコア、地中海食事指数
