

標 題 : Nutrient adequacy and Mediterranean Diet in Spanish  
school children and adolescents  
スペインの学童および青年における栄養妥当性および地中海食事

---

著 者 : L.I. Serra-Majem, et al. (スペイン グランカナリア・ラス・パルマス大学  
臨床科学科)

---

掲 載 誌 : Eur. J. Clin. Nutr. 57 (Suppl 1): S35-S39 (2003)

---

要 旨 :

目 的 : スペインの学童および青年の食事習慣および栄養状態を評価し、地中海食事との関連を評価すること。

計 画 : 対面の面接による横断研究。

設 定 : スペイン全ての地域の自由生活する小児および青年。

被 験 者 : 6-24歳のランダムサンプル 3166人。

方 法 : 栄養士 43人のチームによって実施された家庭面接には、24時間思い出し(サンプルの 25%は 2番目の 24時間思い出し)および地中海食事の品質を測定するための短い頻度アンケート(KIDMED)が含まれた。

結 果 : 参加率は 68%であった。

一般に、地中海食事の妥当性は多くのビタミンおよびミネラルの平均摂取量の増加によって上昇し、両性におけるカルシウム、マグネシウム、ビタミン B<sub>6</sub> と C の不適切な摂取 [RNI(推奨栄養摂取)の <2/3] の比率、および女性だけにおける鉄とビタミン A の不適切な摂取の比率によって低下した。

結 論 : この研究は、地中海食事は栄養品質に寄与すると実証し、地中海食事の劣化に付随するリスクも示している。

資金援助 : 地中海食事の振興のためのケログの基金。

キーワード : 食品消費、栄養摂取、小児、青年、栄養調査、地中海食事、スペイン

---