

標 題： DIET QUALITY OF MOROCCAN ADOLESCENTS LIVING IN MOROCCO AND IN SPAIN

モロッコおよびスペインに居住するモロッコ人青年の食事の質

---

著 者： M. D. Montero, et al. (スペイン マドリード自治大学 生物学部  
自然人類学科)

---

掲 載 誌： J. Biosoc. Sci. 2016 May 12: 1-14 [先行する電子出版]  
[冊子版はJ. Biosoc. Sci. 2017 Mar; 49(2):173-186]

---

要 旨：

集団内の社会経済的な変化および移住は、食習慣の変化における強力な要因である。

食習慣の変化は、青年の栄養状態、成長、発達および健康に影響する可能性がある。

この研究の目的は、スペイン在住のモロッコ出身青年の食事をモロッコに在住する青年の食事と比較することであった。

サンプルは高等学校で募集した年齢が 12 から 19 歳の 428 人のモロッコ人青年から構成された： 327 人はワルザザート (モロッコ) そして 101 人はマドリード (スペイン) に居住した。

検討した変数は、エネルギー摂取(kcal/日)、食事の質指標 [地中海食事妥当性指数(MAI)の順守、コレステロール摂取(mg/日)、繊維摂取(g/日)およびエネルギー組成]、および伝統的な習慣の維持の指標 [ハラル肉摂取、家庭での製パン] であった。

マドリード在住のモロッコ出身の 10 代の若者は、モロッコ在住の若者よりも多くのカロリー、タンパク質、飽和脂肪および単糖を摂取した(p<0.001)。

彼らの食事は、モロッコの同等の人の食事より低い質であった。

この違いは、少女よりも少年で顕著であった。

南部から北部の地中海沿岸への移住に関連した食習慣の変化は、直後には若い移住者に利益となり得るが (エネルギーおよび栄養素が入手しやすいために)、高齢期に健康にマイナスの結果となり得るのは、過体重、肥満そして心臓血管系および代謝の障害のリスクを高めるためである。

---