

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標の使用 : 再検討

---

著 者 : A. Bach, et al. (スペイン ラス・パルマス・デ・グラン・カナリア大学  
臨床科学部)

---

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

---

要 旨 :

この論文の目的は、地中海食事パターンに対する人々の順守を評価するために複数の疫学研究結果が使用する方法の一部を再検討することである。

これらの方法の間で食事指標は、先験的で一般的で質的とされている伝統的な地中海参照パターンに基づく食事の品質の全体的評価をしようと試みる。

地中海食事指標はこの理由で、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によって、食事を要約する。

再検討した評価方法は、計算する方法によって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) 標準成分を足し算または引き算するもの、および(3) 成分の間の比に基づくもの。

食事スコアは、不可欠の実体としての地中海食事と、平均余命または肥満、心臓血管系疾患およびある種のがんの発症率などの健康パラメーターとの間の複数の関連を探索するために使用されてきた。

その上これらの指標は、食品消費の動向を測定し関与する要因を確認して、総合的な公衆衛生栄養勧告を作成するために役に立つ道具でもある。

この食事パターンの順守をもっと正確に測定したいのなら、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の食品を組み入れること、およびバイオマーカー使用による食事パターンの取扱い方法の検証などの、地中海食事指標の他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、地中海食事指標

---