

標 題 : Obesity and Mediterranean Diet: A Review of Evidence of the  
Role and Sustainability of the Mediterranean Diet  
肥満と地中海食事 : 地中海食事の役割と持続可能性の証拠の再検討

---

著 者 : S. D'Innocenzo, et al. (イタリア ボローニャ大学 St. Orsola-Malpighi  
Hospital 内科・外科学部 プロチャイルド [児童保護?] プロジェクト)

---

掲 載 誌 : Nutrients. 2019 Jun 9; 11(6): 1306.

---

要 旨 :

現在の動向が持続可能な生活様式モデルに向けて転換しなければ、いくつかの異なる社会-経済的要因が住民の大部分に、健康管理システムを損なう不健康な食習慣を選ぶように仕向ける。

地中海食事は多数の健康的効能と関連しそして肥満を含む多くの病変に向けて予防効果を発揮すると実証されているとの原理から食事計画が始まったけれども、その使用は減少して、文化と社会の変化によってしばしば生成された別の栄養モデルによって、現在置き換えられている。

地中海食事の原理の順守を住民の間に出来るだけ広げようという指導的な政治活動が、特に子供の肥満流行を取り組むのに役立つ。

地中海食事は食事モデルだけでなく、健康管理の持続可能性を追求するためのある種の完全な生活様式計画であり疾患予防に最も適切な手段であるとの、考えを導く科学的証拠の重要性を認識すると、この資料はある年齢層で肥満の蔓延を停止する活動の重要性を繰り返すつもりであり、使用される調整手段の批判的な再検討を開始する。

キーワード : 地中海食事、小児肥満症、ヘルスコミュニケーション、健康的な生活様式、公衆衛生政策

---