

عنوان مقاله:

ارتباط بین چاقی و الگوهای غذایی: مروری بر شواهد

محل انتشار:

دو فصلنامه تعالی بالینی، دوره 4، شماره 2 (سال: 1394)

تعداد صفحات اصل مقاله: 18

نویسندگان:

مهنوش صمدی - دانشجوی دکترای تخصصی علوم تغذیه، دانشکده پیراپزشکی، دانشگاه علوم پزشکی جندی شاپور اهواز، اهواز، ایران

فهیمه زینلی - کارشناس ارشد علوم بهداشتی در تغذیه، گروه تغذیه بالینی، دانشکده علوم تغذیه و رژیم شناسی، دانشگاه علوم پزشکی تهران، تهران، ایران

شیرین قطب الدین محمدی - کارشناس ارشد علوم تغذیه، گروه تغذیه، دانشکده تغذیه و صنایع غذایی، دانشگاه علوم پزشکی شهیدبهبشتی، تهران، ایران

میثم مالیپور - دانشجوی دکترای تخصصی علوم تغذیه، دانشکده پیراپزشکی، دانشگاه علوم پزشکی جندی شاپور اهواز، اهواز، ایران

خلاصه مقاله:

با گسترش چاقی به صورت اپیدمی در سراسر دنیا بررسی دلایل وقوع آن از اهمیت بالایی برخوردار می باشد. از مهمترین اصلی ترین علل وقوع چاقی پیروی از رژیم غذایی ناسالم و نامتعادل می باشد. از آنجا که بررسی رژیم غذایی به صورت الگوی غذایی می تواند تمام جوانب رژیم افراد را به شیوهی بهتری مورد ارزیابی قرار دهد، لذا هدف مطالعه حاضر مروری بر شواهد در ارتباط بین چاقی و الگوهای غذایی می باشد. این مطالعه مروری با جستجو در پایگاه های اطلاعاتی Pubmed، Sience Direct و Scopus و با استفاده از کلید واژه های Dietary patterns، Fat mass، Anthropometric indicators، Obesity، و Body Mass Index صورت گرفت. در این مقاله، مطالعات کارآزمایی بالینی، مقطعی، آینده نگر و گذشته نگر منتشر شده بین سالهای 2004-2015 مورد بررسی قرار گرفتند. مقالاتی که چاقی را براساس معیارهای نمایه توده بدن و توده چربی بدن مورد ارزیابی قرار داده و ارتباط آن با الگوهای غذایی را بررسی نمودند همچنین بر روی انسان انجام شده بودند مورد مطالعه قرار گرفتند و مقالاتی که به زبان غیرانگلیسی بودند از مطالعه خارج شدند. براساس نتایج اکثر مطالعات ارتباط معکوس و معنیداری میان پیروی از الگوی غذایی با تنوع بالا و سرشار از فیبر، لبنیات کمچرب، غلات کامل، اسیدهای چرب غیراشباع و در نهایت استفاده از الگوی غذایی با چگالی بالا با چاقی وجود دارد و یافتن الگوهای غذایی مرتبط با چاقی می تواند در پیشگیری و ارائه یک الگوی غذایی سالم در خصوص کنترل اپیدمی در سطح جامعه به کار گرفته شود.

کلمات کلیدی:

الگوی غذایی، چاقی، شاخص های آنتروپومتریک، نمایه توده بدن، توده چربی بدن

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/464037>

