ارتباط میان دریافت کلسیم لبنی و شاخص‌های آنتروپومتریک در افراد بزرگسال

نویسندگان: سارا شجاعی زرقانی [۱]، مژگان خسروی [۲]،پریسا محمدی نافچی [۳]

آدرس: ۱دانشجوی کارشناسی ارشد، گروه علوم تغذیه، دانشکده پزشکی، کمیته تحقیقات دانشگاه علوم پزشکی ارومیه، ارومیه، ایران
۲استادیار، گروه علوم¬تغذیه، دانشکده بهداشت و تغذیه، دانشگاه علوم¬پزشکی لرستان، خرم¬آباد، ایران.
۳کارشناس تغذیه

سابقه و هدف: شواهد متناقضی راجع به ارتباط میان مصرف لبنیات و چاقی وجود دارد؛ طبق برخی مطالعات، دریافت مقادیر کافی کلسیم لبنی، همراه با تعادل انرژی، می‌تواند از بروز چاقی جلوگیری کند. هدف از این مطالعه تعیین ارتباط بین مصرف لبنیات و نیز کلسیم لبنی و شاخص¬های آنتروپومتریک در افراد بزرگسال می‌باشد.

مواد و روش‌ها: مطالعه مقطعی حاضر روی ۹۴ نفر از کارمندان دانشگاه علوم پزشکی لرستان انجام شد. قد و دور کمر نمونه¬ها به روش استاندارد و وزن، درصد چربی و مساحت چربی احشایی نیز توسط دستگاه Body Composition Analyzer (ioi 353) اندازه گیری شد. جهت تعیین مقدار لبنیات مصرفی روزانه، برای هر فرد یک پرسشنامه بسامد خوراک روا و پایا شده تکمیل و جهت محاسبه مقدار کلسیم لبنی دریافتی، اطلاعات حاصله وارد برنامه Nutritionist3شد. پس از آن داده‌ها با برنامه SPSS19 مورد آنالیز قرار گرفت.

یافته‌ها: طبق نتایج، ۴۴/۷ درصد نمونه¬ها دارای وزن طبیعی و ۵۵/۳ درصد آن¬ها دارای اضافه¬وزن و چاقی بودند. میانگین دریافت کلسیم لبنی در مردان و زنان به ترتیب ۵۶۲/۳۴ و ۶۰۵/۳۸ میلی¬گرم در روز بود. بین مصرف کل لبنیات و نیز مصرف هر کدام از زیر گروه¬های بررسی شده (شیر، ماست، دوغ و پنیر) و نیز کلسیم لبنی و متغیرهایBMI ، دور کمر، درصد چربی بدن و مساحت چربی احشایی در مردان و در زنان، ارتباط معناداری دیده نشد.

بحث و نتیجه گیری: بر اساس نتایج، بین دریافت لبنیات و نیز کلسیم لبنی و شاخص¬های آنتروپومتریک ارتباط معنی¬داری وجود ندارد .

کلمات کلیدی: کلسیم لبنی، لبنیات، وزن بدن، درصد چربی بدن.