



دانشگاه علوم پزشکی تهران
معاونت تحقیقات و فناوری
مدیریت امور پژوهشی



تیر ماه ۱۴۰۳



نشست خبری برای ارائه پیام پژوهشی

ارتباط مصرف سیب زمینی و سبزیجات نشاسته‌ای با بیماری‌های

قلبی-عروقی در سالمندان

مجری اصلی:

دکتر لیلا آزادبخت، دانشکده تغذیه و رژیم‌شناسی



طرح تحقیقاتی با عنوان "ارتباط مصرف سیب زمینی و سایر سبزیجات نشاسته ای با عوامل بیماری های قلبی و عروقی در سالمندان ایرانی" توسط خانم دکتر لیلا آزادبخت عضو هیات علمی دانشگاه علوم پزشکی تهران به عنوان مجری اصلی اجرا شده و در سال ۱۴۰۳ خاتمه یافته است. این پژوهش ارزشمند توانسته است به ارتقای سطح دانش و سلامت در حوزه علوم تغذیه کمک نماید. در ادامه خلاصه ای از پیام پژوهش و کاربرد آن در راستای ارتقای سلامت جامعه برای استفاده از ذینفعان توسط مجری محترم به اشتراک گذاشته شده است. امید است این دستاورد بتواند راهگشای توسعه و کاربردی شدن نتایج پژوهش ها باشد.



✍ خود را معرفی کرده و سوابق علمی و اجرایی مرتبط با طرح حاضر را مختصر بیان کنید.

با سلام اینجانب دکتر لیلا آزادبخت، استاد گروه تغذیه جامعه دانشکده تغذیه و رژیم شناسی دانشگاه علوم پزشکی تهران می باشم. زمینه پژوهش ها و آموزش های من عمدتاً در حوزه تغذیه جامعه، نقش تغذیه در پیشگیری از بیماری های غیر واگیر به ویژه دیابت نوع ۲ و تغذیه گروه های ویژه و آسیب پذیر است.

✍ تیم مجریان و همکاران طرح را همراه با وابستگی سازمانی آنها معرفی فرمایید.

مرسل بصیری (همکار پژوهشی): کارشناس ارشد علوم بهداشتی در تغذیه، دانشگاه علوم پزشکی تهران، الناز دانش زاد (همکار پژوهشی): دکترای علوم تغذیه، دانشگاه علوم پزشکی تهران، هدیس مظفری (همکار پژوهشی): کارشناس ارشد علوم تغذیه، دانشگاه علوم پزشکی تهران و مائده مرادی (همکار پژوهشی): کارشناس ارشد علوم تغذیه.

✍ مخاطبان نتایج و پیام حاصل از طرح پژوهشی شما چه افراد/گروه هایی هستند؟

مخاطبان اصلی شامل متخصصان مراقبت‌های بهداشتی (پزشکان، متخصصان تغذیه)، برنامه‌ریزان سیاست‌های تغذیه‌ای سالمندان، عموم مردم برای آگاهی از گزینه‌های سلامت، مراکز بهداشتی درمانی، صنایع غذایی و پژوهشگران حوزه سالمندی.

✍ یک عنوان کوتاه، جذاب و قابل فهم برای مخاطبان که نمایانگر پیام اصلی پژوهش شما باشد، بیان کنید.

سیب‌زمینی و سلامت قلب: بررسی نقش سبزیجات نشاسته‌ای در سلامت سالمندان

✍ پیام کلیدی پژوهش شما چیست؟

مطالعه ما نشان داد که مصرف بیشتر سیب‌زمینی با سطوح بالاتر تری‌گلیسرید در خون مرتبط است، که ممکن است خطر بیماری‌های قلبی عروقی را در مردان سالمند ایرانی افزایش دهد. در مقابل، مصرف سبزیجات نشاسته‌ای دیگر مانند کدو حلوائی ممکن است اثر محافظتی بر سلامت کبد داشته باشد. این یافته‌ها بر اهمیت تمایز بین انواع مختلف سبزیجات نشاسته‌ای در توصیه‌های غذایی برای بزرگسالان مسن تأکید می‌کنند.

✍ پیام پژوهشی خود را در قالب زیر بسط دهید و بیان کنید که "چه کسی"، "چه چیزی"، "چرا" و "کجا" از نتایج پژوهش شما استفاده می‌کند.

- اهمیت و نوآوری موضوع
این مطالعه به دلیل تمرکز بر الگوهای غذایی مردان سالمند ایرانی، که ممکن است نیازهای تغذیه‌ای و عوامل خطر منحصر به فردی داشته باشند، اهمیت دارد. نوآوری آن در تمایز بین سیب‌زمینی و سایر سبزیجات نشاسته‌ای است، که اغلب با هم گروه‌بندی می‌شوند، و بررسی تأثیرات متفاوت آن‌ها بر عوامل خطر بیماری‌های قلبی عروقی می‌باشد.

- مهمترین نتایج طرح به زبان غیر تخصصی
در تحقیق ما، متوجه شدیم که خوردن سیب‌زمینی بیشتر با سطوح بالاتر تری‌گلیسرید در خون مرتبط است، که می‌تواند خطر بیماری‌های قلبی را در مردان سالمند ایرانی افزایش دهد.

• موارد کاربرد نتایج طرح

متخصصان تغذیه می‌توانند به بیماران سالمند توصیه کنند که مقدار مصرف سیب‌زمینی را متعادل کنند و مصرف سایر سبزیجات نشاسته‌ای را نیز توجه کنند. پژوهشگران می‌توانند از این داده‌ها برای طراحی مطالعات بیشتر در زمینه مداخلات غذایی برای پیشگیری از بیماری‌های قلبی عروقی استفاده کنند. همچنین سیاست‌گذاران می‌توانند این یافته‌ها را در به‌روزرسانی دستورالعمل‌های غذایی برای بزرگسالان مسن در نظر بگیرند.

✍ دو تأثیر و یا کاربرد اصلی پژوهش شما چیست؟

تأثیر اول: اطلاع‌رسانی به توصیه‌های غذایی برای مردان سالمند به منظور کاهش خطر بیماری‌های قلبی عروقی
تأثیر دوم: هدایت سیاست‌های بهداشت عمومی در مورد مصرف سبزیجات نشاسته‌ای.

✍ محدودیت‌های شواهد و نتایج به دست آمده در طرح شما چه بوده است؟

طراحی مقطعی، که نمی‌تواند علیت را تعیین کند. محدود به مردان سالمند ایرانی، بنابراین یافته‌ها ممکن است برای جمعیت‌ها یا جنسیت‌های دیگر قابل تعمیم نباشند. مصرف غذایی خودگزارش‌شده، که ممکن است دارای سوگیری یادآوری باشد.

✍ انجام چه پژوهش‌هایی را در ادامه تحقیق خود پیشنهاد می‌دهید که می‌تواند منجر به کاربردی‌تر شدن

نتایج و تأثیر بیشتر یافته‌های شما شود؟

تحقیقات آینده باید شامل مطالعات طولی برای برقراری روابط علیتی، آزمایش‌های مداخله‌ای برای ارزیابی تأثیر تغییرات غذایی، و مطالعاتی باشد که هر دو جنس و گروه‌های سنی متنوع را در بر گیرد تا یافته‌ها را تعمیم دهد. علاوه بر این، بررسی مکانیسم‌های پشت این ارتباطات می‌تواند بینش عمیق‌تری ارائه دهد.

✍ ادامه مسیر کاربردی کردن یا اجرای پژوهش‌های آتی، به چه حمایت‌هایی از سمت مسئولین و نهادهای

مرتبط نیاز دارد؟

ادامه تحقیقات نیازمند تأمین مالی برای مطالعات بزرگ‌تر و جامع‌تر، همکاری بین موسسات تحقیقاتی تغذیه و پزشکی، و حمایت از مقامات بهداشت عمومی برای اجرای یافته‌ها در عمل است. همچنین، برنامه‌های آموزشی برای افزایش آگاهی در مورد پیامدهای مطالعه می‌تواند مفید باشد.

✍ آیا نتایج طرح شما منجر به تغییری در ابعاد اجتماعی، سیاسی، فرهنگی، بهداشتی، آموزشی، ارزش های دینی یا قوانین سازمان غذا و دارو شده است؟

یافته ها می توانند بر دستورالعمل های غذایی و سیاست های بهداشت عمومی با هدف مبارزه با بیماری های قلبی عروقی تأثیر بگذارند. همچنین می توانند منجر به کاهش بار مالی سیستم سلامت از طریق پیشگیری از این بیماری ها شوند.

✍ در صورتی که این طرح منتج به مقاله شده است لینک مقاله (ها) را اعلام کنید.

مقاله سابمیت و ریوایز شده است.

✍ اگر مخاطبان یا سایر پژوهشگران بخواهند با شما ارتباط برقرار کنند، مسیر ارتباطی شما چیست؟

Tel: (+98) 218895556

Email: azadbakhtleila@gmail.com

✍ حداکثر چهار مرجع اصلی استفاده شده در طرح خود را ذکر نمایید:

1. Yazdanyar A Newman AB. The burden of cardiovascular disease in the elderly: morbidity, mortality, and costs. Clin Geriatr Med 2009; 25: 563-77, vii.
2. Tang G-Y, Meng X, Li Y, Zhao C-N, Liu Q, Li H-B. Effects of vegetables on cardiovascular diseases and related mechanisms. Nutrients 2017; 9: 857
3. Khosravi-Boroujeni H, Mohammadifard N, Sarrafzadegan N, Sajjadi F, Maghroun M, Khosravi A, et al. Potato consumption and cardiovascular disease risk factors among Iranian population. International journal of food sciences and nutrition 2012; 63: 913-20
4. McGill CR, Kurilich AC, Davignon J. The role of potatoes and potato components in cardiometabolic health: A review. Annals of Medicine 2013; 45: 467-73.

✍ در خاتمه، اگر توضیح یا نکته دیگری باقی مانده، بیان کنید.

-

شناسنامه خبر

عنوان طرح: ارتباط مصرف سیب زمینی و سایر سبزیجات نشاسته ای با عوامل بیماری های قلبی و عروقی در سالمندان ایرانی

کد طرح: ۴۷۸۸۰

مجری اصلی: دکتر لیلا آزادبخت

تاریخ اختتام: ۱۴۰۳/۰۴/۱۰

لینک مقاله: در دست انتشار

