



دانشگاه علوم پزشکی تهران
معاونت تحقیقات و فناوری
مدیریت امور پژوهشی



خرداد ماه ۱۴۰۳

نشست خبری برای ارائه پیام پژوهشی

افزایش محصول انباشتگی چربی (LAP) و عوامل خطر چاقی شکمی با

افزایش تنوع غذایی خانوار

مجری اصلی:

دکتر لیلا آزادبخت، دانشکده تغذیه و رژیم شناسی



طرح تحقیقاتی با عنوان "بررسی ارتباط تنوع رژیم غذایی خانوار با امنیت غذایی، عوامل خطر جدید بیماری قلبی عروقی و حوادث ناگوار عمده (MACE) بیماریهای قلبی عروقی در بیماران دیابتی نوع ۲" 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 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، دکترای علوم تغذیه و عضو هیئت علمی گروه تغذیه جامعه دانشکده علوم تغذیه و رژیم شناسی دانشگاه علوم پزشکی تهران هستم. زمینه پژوهش ها و آموزش های من عمدتاً در حوزه تغذیه جامعه، نقش تغذیه در پیشگیری از بیماریهای غیر واگیر و تغذیه گروه های ویژه و آسیب پذیر است.

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

تیم تحقیق عبارتند از: دکتر انسیه نسلی زاده متخصص غدد کلینیک دیابت، مبینا زین العابدینی دانشجوی دکتری علوم تغذیه و راضیه طبایی فرد دانشجوی کارشناسی ارشد علوم تغذیه

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

مخاطبان این پژوهش بویژه افراد مبتلا به دیابت نوع ۲ می باشند.

✍ یک عنوان کوتاه، جذاب و قابل فهم برای مخاطبان که نمایانگر پیام اصلی پژوهش شما باشد، بیان کنید .
افزایش عوامل خطر چاقی شکمی و بیماری های قلبی و عروقی با افزایش تنوع غذایی خانوار بدون توجه به گروه های غذایی

✍ پیام کلیدی پژوهش شما چیست؟

افزایش تنوع غذایی خانوار غالباً به عنوان نکته ای مثبت در ارزیابی تغذیه ای در نظر گرفته می شود. با این حال بررسی ارتباط بین افزایش تنوع غذایی خانوار با عوامل خطر بیماری های قلبی و عروقی و چاقی شکمی در افراد دچار دیابت نوع ۲، نشاندهنده افزایش شاخص حجم شکمی و محصول انباشت چربی می باشد که از عوامل خطر قلبی و عروقی هستند.

✍ 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 می کند.

- اهمیت و نوآوری موضوع
تغذیه مناسب همواره به عنوان نکات کلیدی بیماری دیابت در نظر گرفته می شود که می تواند نقش بسزایی در کنترل مشکلات ناشی از این بیماری داشته باشد. افزایش تنوع غذایی مصرفی نیز از جمله عوامل مهمی است که غالباً توصیه می گردد. عدم توجه به گروه های غذایی مصرفی در افراد دیابتی می تواند نتیجه منفی در پی داشته باشد. هدف این مطالعه بررسی ارتباط بین تنوع غذایی با عوامل خطر جدید بیماری های قلبی و عروقی است.
- مهمترین نتایج طرح به زبان غیر تخصصی
افزایش تنوع غذایی خانوار که به معنی افزایش انواع گروه های غذایی مصرفی می باشد ممکن است منجر به نتایج عکس، از جمله ایجاد چاقی شکمی شود که می تواند سلامت فرد مبتلا به دیابت را تحت تاثیر قرار دهد. بنابراین، انتخاب درست گروه های غذایی امر بسیار مهمی است که می تواند در این زمینه تعیین کننده باشد. مصرف گروه های غذایی سالم از جمله سبزیجات می بایست مورد توجه بیش تری قرار گیرد.
- موارد کاربرد نتایج طرح
هدف کاربردی طرح، تشویق به بررسی عمیق تر موارد تغذیه ای مرتبط با بیماری دیابت و ارائه آموزش های صحیح به بیماران می باشد. آموزش های نادرست می تواند منجر به تصمیم گیری های اشتباهی گردد که سلامت بیمار را به خطر می اندارد. توصیه برای انتخاب درست گروه های غذایی در جلسات منظم کلینیک

های دیابت، خانه های بهداشت و بیمارستان ها می تواند در جهت افزایش آگاهی عمومی و بهبود وضعیت سلامت افراد مبتلا به دیابت بسیار موثر باشد.

✍ دو تأثیر و یا کاربرد اصلی پژوهش شما چیست؟

تأثیر اول: بررسی دقیق تر عوامل خطر قلبی و عروقی در افراد دچار دیابت نوع ۲ با در نظر گرفتن عوامل خطر جدید چاقی شکمی

تأثیر دوم: ایجاد نگرش جدید نسبت به تنوع غذایی خانوار در افراد دچار دیابت نوع ۲ و لزوم توجه به گروه های غذایی مصرفی

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

به دلیل ماهیت مقطعی پژوهش، امکان ارائه رابطه علیتی میسر نبود. نحوه اندازه گیری تنوع غذایی خانوار در مطالعات گوناگون متفاوت است که ممکن است باعث سوگیری و تفاوت در نتایج مشاهده شده شود. بعلاوه، پژوهش حاضر تنها افراد دچار دیابت نوع ۲ در شهر تهران را مورد بررسی قرار داده است که ممکن است باعث شود که نتایج قابل تعمیم برای سایر استان ها نباشد.

✍ انجام چه پژوهش هایی را در ادامه تحقیق خود پیشنهاد می دهید که می تواند منجر به کاربردی تر شدن

نتایج و تأثیر بیشتر یافته های شما شود؟

انجام کارآزمایی های بالینی و مداخلات تغذیه ای در این زمینه می تواند بسیار مفید بوده و منجر به شکل گیری توصیه های جامعی برای افراد دچار دیابت نوع ۲ گردد. بررسی تنوع غذایی در تعداد بیش تری از افراد دچار دیابت و همچنین در سایر نقاط کشور نیز می تواند به تایید نتایج پژوهش حاضر منجر شود.

✍ ادامه مسیر کاربردی کردن یا اجرای پژوهش های آتی، به چه حمایت هایی از سمت مسئولین و نهادهای

مرتبط نیاز دارد؟

ارائه امکانات بیشتر برای انجام مداخلات تغذیه ای و همچنین تامین هزینه برای بررسی سایر نقاط کشور می تواند بسیار کمک کننده 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؟

ممکن است باعث بررسی دقیق تر نکات تغذیه ای قبل از ارائه به بیماران گردد و توجه به گروه های غذایی مصرفی را بعنوان نکته مهم تری نسبت به افزایش تنوع غذایی مورد توجه قرار دهد.

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

DOI:10.1186/s12889-025-23054-y

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

○ تلفن: ۰۲۱-۸۸۹۵۵۸۰۵

○ ایمیل: azadbakhtleila@gmail.com

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

1. Stewart, R.A., et al., *Dietary patterns and the risk of major adverse cardiovascular events in a global study of high-risk patients with stable coronary heart disease*. Eur Heart J, 2016. **37**(25): p. 1993-2001.
2. Mozaffari, H., et al., *The role of dietary diversity in preventing metabolic-related outcomes: Findings from a systematic review*. Obes Rev, 2021. **22**(6): p. e13174.
3. Conklin, A.I., et al., *Dietary Diversity, Diet Cost, and Incidence of Type 2 Diabetes in the United Kingdom: A Prospective Cohort Study*. PLoS Med, 2016. **13**(7): p. e1002085.
4. Azadbakht, L., et al., *Dietary diversity score and cardiovascular risk factors in Tehranian adults*. Public Health Nutr, 2006. **9**(6): p. 728-36.

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

شناسنامه خبر

عنوان طرح: بررسی ارتباط تنوع رژیم غذایی خانوار با امنیت غذایی، عوامل خطر جدید بیماری قلبی عروقی و حوادث ناگوار عمده (MACE) بیماریهای قلبی عروقی در بیماران دیابتی نوع ۲

کد طرح: ۵۶۷۷۸

مجری اصلی: دکتر لیلا آزادبخت

تاریخ اختتام: ۱۴۰۳/۰۳/۱۲

لینک مقاله:

DOI:10.1186/s12889-025-23054-y