



دانشگاه علوم پزشکی تهران  
معاونت تحقیقات و فناوری  
مدیریت امور پژوهشی



**تیر ماه ۱۴۰۳**

**نشست خبری برای ارائه پیام پژوهشی**

**تاثیر کیفیت چربی ها و پروتئین های دریافتی بر ابتلا به**

**دیابت بارداری در زنان باردار شهر اصفهان**

**مجری اصلی:**

**دکتر لیلا آزادبخت، دانشکده تغذیه و رژیم درمانی**



طرح تحقیقاتی با عنوان "بررسی ارتباط کمیت و کیفیت چربی ها و پروتئین های دریافتی با دیابت بارداری در زنان باردار شهر اصفهان" 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 ارتقای سلامت مادران باردار 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 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.

اعضای تیم تحقیق عبارتند از خانم مرضیه زارع، کارشناس ارشد علوم تغذیه، دکتر الناز دانش زاد، دکترای علوم تغذیه و عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی البرز و دکتر مریم محمودی، دکترای علوم تغذیه و عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی تهران.

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

مخاطبان اصلی پژوهش کارشناسان تغذیه، سیاست گذاران بهداشتی، پزشکان زنان و زایمان، متخصصان تغذیه بالینی، و محققان سلامت مادر و جنین هستند.

✍ یک عنوان کوتاه، جذاب و قابل فهم برای مخاطبان که نمایانگر پیام اصلی پژوهش شما باشد، بیان کنید .  
تأثیر کیفیت پروتئین و چربی رژیم غذایی بر خطر دیابت بارداری

✍ پیام کلیدی پژوهش شما چیست؟

مطالعه ما نشان داد که مصرف بیشتر پروتئین‌های گیاهی، غذاهای دریایی، تخم‌مرغ و اسیدهای چرب EPA و DHA با کاهش خطر دیابت بارداری همراه است، در حالی که مصرف کل پروتئین، چربی یا پروتئین حیوانی چنین ارتباطی نداشت. این یافته‌ها اهمیت کیفیت رژیم غذایی را در دوران بارداری در کاهش خطر GDM نشان می‌دهد.

✍ 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  
دیابت بارداری با عوارض جدی برای مادر و نوزاد همراه است و شیوع آن رو به افزایش است. این مطالعه نوآورانه به بررسی تأثیر کیفیت پروتئین و چربی رژیم غذایی بر خطر ابتلا به دیابت بارداری می‌پردازد که درک دقیق‌تری از نقش تغذیه در پیشگیری این بیماری فراهم می‌کند.
- مهمترین نتایج طرح به زبان غیر تخصصی  
این مطالعه نشان داد که میزان کل پروتئین و چربی در رژیم غذایی زنان باردار تأثیری بر خطر ابتلا به دیابت بارداری ندارد. اما مصرف پروتئین‌های گیاهی، ماهی، تخم‌مرغ و چربی‌های سالم مانند EPA و DHA می‌تواند خطر این بیماری را کاهش دهد. به عبارت ساده‌تر، نوع غذایی که می‌خوریم مهم‌تر از مقدار کلی آنها برای پیشگیری از دیابت در بارداری است.
- موارد کاربرد نتایج طرح  
نتایج این مطالعه می‌تواند به متخصصان تغذیه و پزشکان کمک کند تا توصیه‌های دقیق‌تری برای زنان باردار ارائه دهند، با تأکید بر افزایش مصرف پروتئین‌های گیاهی، غذاهای دریایی و تخم‌مرغ و چربی‌های مفید مانند EPA و DHA. این راهکارها می‌توانند به پیشگیری از دیابت بارداری کمک کنند و سلامت مادر و نوزاد را بهبود بخشند. همچنین، سیاست‌گذاران حوزه بهداشت می‌توانند این یافته‌ها را در برنامه‌های تغذیه‌ای و آموزشی بکار بگیرند.

## دو تأثیر و یا کاربرد اصلی پژوهش شما چیست؟

تأثیر اول: ارائه توصیه‌های تغذیه‌ای هدفمند برای پیشگیری از دیابت بارداری بر پایه کیفیت پروتئین و چربی مصرفی.

تأثیر دوم: کمک به بهبود سیاست‌گذاری‌های تغذیه‌ای دوران بارداری در نظام مراقبت‌های بهداشتی.

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

از جمله محدودیت‌های این مطالعه می‌توان به ماهیت طراحی مورد-شاهدی اشاره کرد که امکان استنباط رابطه علی را فراهم نمی‌کند. همچنین، نتایج ممکن است به جمعیت‌هایی که مبتلا به دیابت بارداری نیستند قابل تعمیم نباشد. علاوه بر این، استفاده از ثبت ۲۴ ساعته رژیم غذایی می‌تواند با خطای یادآوری و کاهش تکرارپذیری همراه باشد.

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

### نتایج و تأثیر بیشتر یافته‌های شما شود؟

برای کاربردی‌تر شدن نتایج این پژوهش و افزایش اعتبار یافته‌ها، انجام مطالعات آینده‌نگر و کارآزمایی‌های بالینی تصادفی‌شده پیشنهاد می‌شود تا بتوان رابطه علی بین کیفیت پروتئین و چربی دریافتی و خطر دیابت بارداری را بررسی کرد. همچنین، پژوهش‌هایی با ابزارهای دقیق‌تر ارزیابی رژیم غذایی و در جمعیت‌های متنوع‌تر می‌تواند به تعمیم‌پذیری و دقت نتایج کمک کند.

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

### مرتبط نیاز دارد؟

برای ادامه مسیر کاربردی‌سازی نتایج و اجرای پژوهش‌های آتی، حمایت‌های زیر از سوی مسوولین و نهادهای مرتبط ضروری است:

۱. تأمین منابع مالی و بودجه پژوهشی برای انجام مطالعات آینده‌نگر و کارآزمایی‌های بالینی.
۲. دسترسی به زیرساخت‌های بهداشتی و درمانی برای جمع‌آوری داده‌های دقیق‌تر در محیط‌های واقعی.
۳. همکاری بین بخشی بین مراکز دانشگاهی، مراکز بهداشتی و وزارت بهداشت جهت تدوین راهنماهای تغذیه‌ای مبتنی بر شواهد.
۴. برنامه‌ریزی آموزشی برای ارتقاء آگاهی کارکنان بهداشتی و مادران باردار درباره کیفیت تغذیه و پیشگیری از

.GDM

## 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؟

نتایج این طرح به طور مستقیم منجر به تغییر در قوانین یا سیاست‌های رسمی نشده است، اما می‌تواند در بلندمدت اثراتی در ابعاد بهداشتی و آموزشی داشته باشد. یافته‌ها با تاکید بر اهمیت کیفیت رژیم غذایی در دوران بارداری، می‌توانند در تدوین راهنماهای تغذیه‌ای جدید برای زنان باردار مؤثر باشند. همچنین، این نتایج می‌تواند مبنایی برای آموزش کادر درمان و مادران باردار در مراکز بهداشتی قرار گیرد. در صورت حمایت نهادهای مرتبط، این پژوهش می‌تواند در سیاست‌گذاری‌های سلامت مادر و کودک نقش مهمی ایفا کند و موجب ارتقای الگوهای تغذیه‌ای فرهنگی شود.

در صورتی که این طرح منتج به مقاله شده است لینک مقاله (ها) را اعلام کنید.  
مقاله سابمیت شده ولی هنوز منتشر نشده است.

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

تلفن: 021-88955805

ایمیل: azadbakhtleila@gmail.com

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

1. Yong HY, Mohd Shariff Z, Mohd Yusof BN, Rejali Z, Tee YYS, Bindels J, et al. Higher animal protein intake during the second trimester of pregnancy is associated with risk of GDM. *Frontiers in nutrition*. 2021;8:718792
2. Liang Y, Gong Y, Zhang X, Yang D, Zhao D, Quan L, et al. Dietary protein intake, meat consumption, and dairy consumption in the year preceding pregnancy and during pregnancy and their associations with the risk of gestational diabetes mellitus: a prospective cohort study in southwest China. *Frontiers in endocrinology*. 2018;9:596.
3. Pang WW, Colega M, Cai S, Chan YH, Padmapriya N, Chen LW, et al. Higher Maternal Dietary Protein Intake Is Associated with a Higher Risk of Gestational Diabetes Mellitus in a Multiethnic Asian Cohort. *J Nutr*. 2017;147(4):653-60.
4. Taschereau-Charron A, Da Silva MS, Bilodeau JF, Morisset AS, Julien P, Rudkowska I. Alterations of fatty acid profiles in gestational diabetes and influence of the diet. *Maturitas*. 2017;99:98-104.

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



### شناسنامه خبر

عنوان طرح: بررسی ارتباط کمیت و کیفیت چربی ها و پروتئین های دریافتی با دیابت بارداری در زنان باردار

شهر اصفهان

کد طرح: ۶۲۷۸۶

مجری اصلی: دکتر لیلا آزادبخت

تاریخ اختتام: ۱۴۰۳/۰۴/۰۳

لینک مقاله: در دست انتشار

