

محققان می گویند؛ ارتباط رژیم غذایی نامناسب با افزایش ریسک ابتلا به دیابت



مطالعات نشان می دهد رژیم غذایی نامناسب، صرف نظر از عوامل خطر ژنتیکی، با ۳۰ درصد افزایش خطر ابتلا به دیابت مرتبط است.

به گزارش پایگاه خبری صنعت غذا و کشاورزی (اگرو فود نیوز)، به نقل از ساینس دیلی، عوامل خطر ژنتیکی و کیفیت رژیم غذایی به طور مستقل با دیابت نوع ۲ مرتبط هستند. یک رژیم غذایی سالم با کاهش خطر دیابت در تمام سطوح خطر ژنتیکی مرتبط است.

این نتایج حاصل مطالعه محققان بیمارستان عمومی ماساچوست بر روی بیش از ۳۵ هزار بزرگسال آمریکایی است.

مطالعات قبلی نشان داده اند که پیروی از یک سبک زندگی سالم با کاهش خطر ابتلاء به دیابت نوع ۲ در پروفایل های ژنتیکی مرتبط است، اما اینکه آیا پروفایل های ژنتیکی تا حدی با عوامل سبک زندگی ارتباط برقرار می کند یا خیر مشخص نبود.

این تیم دریافتند که صرف نظر از خطر ژنتیکی، کیفیت پایین رژیم غذایی در مقایسه با رژیم غذایی با کیفیت بالا، با افزایش ۳۰ درصدی خطر ابتلاء به دیابت نوع ۲ مرتبط است.

به گفته محققان، این مطالعه شواهدی ارائه داد که نشان می‌دهد خطر ابتلاء به دیابت نوع ۲ که به افزایش خطر ژنتیکی و کیفیت پایین رژیم غذایی نسبت داده می‌شود، مشابه مجموع خطرات مرتبط با هر عامل به تنهایی است. چنین دانشی می‌تواند به اطلاع رسانی و طراحی استراتژی‌های آینده برای پیشگیری از دیابت کمک کند.

سرویس خبری: تغذیه و سلامت

منبع: ساینس‌دیلی