

ارتباط کم‌گزارشی دهی و بیش‌گزارش دهی انرژی دریافتی با شاخص توده بدن و عوامل مرتبط با شیوه زندگی: مطالعه قند و لیپید تهران

چکیده

کم‌گزارشی دهی و بیش‌گزارش دهی انرژی دریافتی یکی از مشکلات شناخته شده روشهای ارزیابی دریافت غذایی است. هدف از این مطالعه تعیین ارتباط این موارد با شاخص توده بدن و عوامل مربوط به شیوه زندگی بوده است. ارزیابی دریافت‌های غذایی با استفاده از یادآمد ۲۴ ساعته خوراک برای ۲ روز در ۹۴۷ فرد (۴۱۵ مرد و ۵۳۲ زن) ۱۶-۸۰ ساله ساکن منطقه ۱۳ تهران توسط پرسشگران باتجربه صورت گرفت. وزن و قد با استفاده از ترازوی دیجیتالی و مترنوری طبق روشهای استاندارد اندازه‌گیری و به ترتیب با دقت ۱۰۰ گرم و ۱ سانتیمتر ثبت شد. میزان متابولیسم پایه براساس وزن، سن و جنس محاسبه گردید و نسبت انرژی دریافتی به میزان متابولیسم پایه (EI: BMR) $< 1/30$ به عنوان کم‌گزارش دهی، $1/30-2/39$ طبیعی و $\geq 2/4$ به عنوان بیش‌گزارش دهی تعریف شد. براساس نتایج به دست آمده میانگین \pm انحراف معیار سنی مردان و زنان به ترتیب $1/72 \pm 0/44$ و $1/72 \pm 0/44$ سال بود. مردان EI: BMR بیشتری را در مقایسه با زنان داشتند ($P < 0/001$) و میزان انرژی دریافتی و EI: BMR در افراد جوانتر در هر دو جنس بیشتر از افراد سالمند بود. میزان شیوع کم‌گزارش دهی و بیش‌گزارش دهی در کل افراد به ترتیب ۳۱٪ و ۵٪ به دست آمد. کم‌گزارش دهی در زنان بیشتر از مردان (۴۰٪ در مقابل ۱۹٪، $P < 0/001$) و بیش‌گزارش دهی در مردان شایعتر بود (۷٪ در مقابل ۳٪، $P < 0/05$). با افزایش سن نسبت EI: BMR در هر دو جنس کاهش یافته و افراد کم‌گزارش دهی در مقایسه با افراد با گزارش دهی طبیعی، سن بالاتر و BMR بیشتری داشتند اما امتیاز تحصیلات آنها تفاوت معنی‌داری نداشت. افراد بیش‌گزارش دهی در مقایسه با افراد با گزارش دهی طبیعی سن کمتر و BMR پایین‌تری داشتند، اما امتیاز تحصیلات این ۲ گروه تفاوت معنی‌داری نداشت. بیشترین نسبت افراد بیش‌گزارش دهی در بین افراد با BMI طبیعی دیده شد. سیگار کشیدن در افراد بیش‌گزارش دهی شایعتر از افراد طبیعی بود (۲۸٪ در مقابل ۱۹٪ در مردان و ۶٪ در مقابل ۱٪ در زنان، $P < 0/01$ برای هر دو). یافته‌ها حاکی از شیوع بالای گزارش دهی نادرست انرژی دریافتی در کشورما و ارتباط عواملی مثل سن، چاقی و سیگار کشیدن با آن بودند که این اطلاعات در بررسیهای تغذیه باید مورد توجه پژوهشگران قرار گیرد.

پروین میرمیران I

لیلا آزادبخت II

فاطمه محمدی II

دکتر صالح زاهدی اصل III

*دکتر فریدون عزیززی IV

کلیدواژه‌ها: ۱ - کم‌گزارش دهی ۲ - بیش‌گزارش دهی ۳ - شاخص توده بدن
۴ - شیوه زندگی ۵ - مطالعه قند و لیپید تهران

مقدمه

مطالعه در زمینه ارتباط رژیم غذایی با علت بیماریهای مزمن یکی از بحث‌انگیزترین مباحث اپیدمیولوژی تغذیه

این پژوهش تحت حمایت مالی شورای پژوهشهای علمی کشور در مرکز تحقیقات غدد درون ریز و متابولیسم دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی انجام شد و با شماره ۱۲۱ به ثبت رسیده است. همچنین این مقاله در هفتمین کنگره سراسری تغذیه در رشت سال ۱۳۸۱ ارائه شده است.

(I) کارشناس ارشد تغذیه، مربی دانشکده علوم تغذیه و مسئول واحد تغذیه مرکز تحقیقات غدد درون ریز و متابولیسم، دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی - درمانی شهید بهشتی، تهران، ایران.

(II) کارشناس ارشد تغذیه، محقق مرکز تحقیقات غدد درون ریز، دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی - درمانی شهید بهشتی، تهران، ایران.

(III) استاد گروه فیزیولوژی و معاون پژوهشی مرکز تحقیقات غدد درون ریز و متابولیسم، دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی - درمانی شهید بهشتی، تهران، ایران.

(IV) استاد گروه داخلی، فوق تخصص بیماریهای غدد درون ریز، مرکز تحقیقات غدد درون ریز و متابولیسم بیمارستان طالقانی، اوین، خیابان تاناک، دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی - درمانی شهید بهشتی، تهران، ایران (*مؤلف مسئول)

عوامل مربوط به شیوه زندگی نیز به عنوان یکی از فاکتورهایی مؤثر در کم‌گزارش‌دهی یا بیش‌گزارش‌دهی مورد بررسی قرار گرفته‌اند.

در تعدادی از بررسیها عواملی مثل سیگار کشیدن با کم‌گزارش‌دهی (۷) و در بعضی دیگر با بیش‌گزارش‌دهی (۳ و ۸) ارتباط داشته است.

میزان تحصیلات نیز در اغلب مطالعات ارتباط معکوسی با کم‌گزارش‌دهی داشت (۵ و ۱۲) اما در تعدادی دیگر این ارتباط دیده نشد (۱۴) یا در مردان مثبت بوده است (۸).

باتوجه به تناقضات موجود و عدم انجام مطالعه‌ای در زمینه عوامل مربوط به کم‌گزارش‌دهی و بیش‌گزارش‌دهی انرژی دریافتی در ایران، مطالعه حاضر با هدف تعیین ارتباط کم‌گزارش‌دهی و بیش‌گزارش‌دهی انرژی دریافتی با شاخص توده بدن و عوامل مربوط به شیوه زندگی در سال ۱۳۸۰ در تهران صورت گرفت.

روش بررسی

طراحی و اهداف مطالعه قند و لیپید تهران در مقالات قبلی ذکر شده است (۱۵).

این مطالعه یک بررسی آینده‌نگر می‌باشد که هدف آن تعیین شیوع و شناسایی عوامل خطر ساز برای بیماریهای غیرواگیر و ایجاد یک شیوه سالم زندگی جهت بهبود این عوامل در افراد ساکن منطقه ۱۳ تهران بوده است.

در این بررسی ۱۵۰۰۵ فرد بالاتر از ۳ سال که تحت پوشش مراکز ارائه دهنده مراقبتهای اولیه بهداشتی بودند با روش نمونه‌گیری چند مرحله‌ای انتخاب و وارد مطالعه شدند. تعداد ۹۴۷ فرد (۴۱۵ مرد و ۵۳۲ زن) ۸۰-۱۶ ساله از بین این افراد بطور تصادفی جهت ارزیابی دریافتی غذایی انتخاب شدند.

افراد مورد مطالعه بطور خصوصی و با روش چهره به چهره مصاحبه شدند.

مصاحبه‌ها به زبان فارسی و توسط پرسشگران با تجربه و با استفاده از یک پرسشنامه از پیش آزمون شده صورت گرفت.

است. امروزه این مطلب که یکی از علل عمده عدم شناسایی نقش رژیم غذایی در روند بیماریهای مزمن، فقدان دقت لازم در ارزیابی دریافتی غذایی می‌باشد بخوبی شناخته شده است (۱).

بررسیهای انجام شده در طی سالهای گذشته، اطلاعات زیادی را در زمینه عوامل ایجاد کننده تورش (bias) در ارزیابی دریافتی غذایی ارائه کرده‌اند که یکی از این عوامل، کم‌گزارش‌دهی و بیش‌گزارش‌دهی انرژی دریافتی در مقایسه با انرژی مصرفی (energy expenditure) است.

امروزه به دلیل پرهزینه بودن روش بسیار دقیق آب نشاندار شده در اندازه‌گیری انرژی مصرفی، مطالعات مختلف از نسبت انرژی دریافتی به میزان متابولیسم پایه (EI: BMR) جهت شناسایی پدیده‌های کم‌گزارش‌دهی یا بیش‌گزارش‌دهی استفاده می‌کنند (۵-۲).

در اغلب این مطالعات، کم‌گزارش‌دهی به عنوان مشکل عمده در ارزیابی دریافتی غذایی، بسیار شایع بوده است (۲ و ۳).

مطالعات انجام شده در زمینه بیش‌گزارش‌دهی دریافت غذایی محدود می‌باشند و تعداد افراد بیش‌گزارش‌دهنده را کمتر از ۹٪ برآورد کرده‌اند (۳ و ۶).

چه عواملی با کم‌گزارش‌دهی و بیش‌گزارش‌دهی انرژی دریافتی مرتبط هستند؟ تحقیقات متعدد انجام شده در این زمینه هنوز نتایج یکنواختی را ارائه نکرده‌اند.

برخی از بررسیها به ارتباط مستقیم شاخصهای چاقی با کم‌گزارش‌دهی (۵-۳ و ۷) و ارتباط معکوس آنها با بیش‌گزارش‌دهی اشاره کرده‌اند (۳ و ۸). در حالی که محققان دیگر به چنین نتایجی دست نیافته (۹ و ۱۰) یا فقط آن را در زنان گزارش کرده‌اند (۱۱).

در بعضی از مطالعات میزان کم‌گزارش‌دهی در زنان بیشتر از مردان بوده است (۱۲ و ۱۳) اما مطالعات دیگر به نتیجه متضادی دست یافته (۵) یا تفاوتی را مشاهده نکرده‌اند (۴ و ۸).

راهنمایی=۸، دیپلم=۱۲، فوق دیپلم=۱۴، لیسانس و طلبه=۱۶، فوق لیسانس و پزشک عمومی=۱۸ و تخصص=۲۰. عادت افراد در مورد سیگار کشیدن نیز تعیین و بر اساس آن افراد به ۴ زیر گروه تقسیم شدند: غیرسیگاریها، سیگاریهایی که ترک کرده بودند، افرادی که گهگاه سیگار می کشیدند و افرادی که هر روز سیگار می کشیدند. تجزیه و تحلیل آماری داده‌ها با استفاده از نرم افزار ۹/۰۵ IL:Version، SPSS, Inc.Chicago انجام شد. یافته‌ها به صورت میانگین \pm انحراف معیار و در برخی موارد به صورت درصد افراد گزارش شده‌اند.

مقایسه میانگینها با استفاده از آزمون Student t test و آنالیز واریانس یک طرفه (ANOVA) صورت گرفت. به دنبال انجام آزمون ANOVA از آزمون Bonferroni استفاده شد. آزمون مجذور خی Khi-square برای مقایسه تفاوت در نسبتها به کار گرفته شد و مقدار P کمتر از ۰/۰۵ معنی‌دار در نظر گرفته شد.

نتایج

مردان در مقایسه با زنان سن بالاتری داشته (جدول شماره ۱) و دارای EI:BMR بالاتری بودند ($1/72 \pm 0/44$ در مقابل $1/27 \pm 0/44$ ، $P < 0/001$). با اینکه میزان انرژی دریافتی مردان بیشتر از زنان بود (2864 ± 752 در مقابل 2066 ± 608 کیلوکالری، $P < 0/001$) اما شاخص توده بدن (BMI) آنها بطور معنی‌داری کمتر از زنان بود ($24/8 \pm 4/4$ در مقابل $25/9 \pm 5/4$ کیلوگرم بر مترمربع، $P < 0/001$). BMI همبستگی معکوسی با نسبت EI:BMR در زنان و مردان داشت (به ترتیب $P < 0/01$ ، $r = -0/29$ و $P < 0/01$ ، $r = -0/25$). امتیاز تحصیلات در مردان بطور معنی‌داری بیشتر از زنان بود ($8/5 \pm 4/1$ در مقابل $7/9 \pm 3/6$ ، $P < 0/05$).

تعداد کمتری از مردان در مقایسه با زنان کم گزارش‌دهی داشتند (۱۹٪ در مقابل ۴۰٪) اما بیش گزارش‌دهی در مردان بطور معنی‌داری بیشتر از زنان بود (۷٪ در مقابل ۳٪، $P < 0/05$). چاقی در مردان شیوع کمتری نسبت به زنان داشت (۱۲٪ در مقابل ۲۳٪، $P < 0/01$) و سیگاریهای روزانه

ابتدا اطلاعاتی در مورد سن، میزان تحصیلات و عادت سیگار کشیدن از افراد گرفته شد. سپس وزن و قد با حداقل پوشش و بدون کفش به ترتیب با استفاده از ترازوی دیجیتالی و متر نواری طبق روشهای استاندارد اندازه‌گیری شد و با دقت ۱۰۰ گرم و ۱ سانتیمتر ثبت گردید (۱۶). به منظور حذف خطای فردی، تمام اندازه‌گیریها توسط یک نفر انجام شد.

شاخص توده بدن (BMI) با استفاده از فرمول وزن (به کیلوگرم) بر مجذور قد (به متر مربع) محاسبه گردید و افراد به ۴ زیر گروه لاغر ($< 18/5$)، وزن طبیعی ($18/5 - 24/9$)، اضافه وزن ($25 - 29/9$) و چاق (≥ 30) تقسیم شدند.

داده‌های لازم در زمینه دریافت‌های غذایی با استفاده از یادآمد ۲۴ ساعته خوراک برای ۲ روز به دست آمد.

از افراد مورد مطالعه درخواست شد تا تمام غذاها و آشامیدنی‌هایی را که در طول ۲۴ ساعت پیش مصرف کرده‌اند ذکر کنند.

برای کمک به افراد برای یادآوری دقیقتر مقادیر مواد غذایی خورده شده، از ظرفها و پیمانه‌های خانگی استفاده شد.

مقادیر ذکر شده با استفاده از راهنمای مقیاسهای خانگی به گرم تبدیل شدند (۱۷). سپس هر غذا طبق دستور برنامه Nutritionist III (N3) کدگذاری شد و جهت ارزیابی مقدار انرژی و سایر درشت مغذی‌ها وارد برنامه N3 گردید.

میزان متابولیسم پایه با استفاده از معادله‌های استاندارد براساس وزن، سن و جنس (۱۸) و سپس نسبت انرژی دریافتی به میزان متابولیسم پایه (EI:BMR) برای هر فرد محاسبه شد.

کم گزارش‌دهی و بیش گزارش‌دهی به ترتیب به صورت EI:BMR کمتر از ۱/۳۵ و بیشتر یا مساوی ۲/۴ تعریف شد (۱۹ و ۲۰).

میزان تحصیلات افراد به صورت زیر امتیازبندی گردید: بی‌سواد=۰، نهضت سوادآموزی=۲، پایان ابتدایی=۵، پایان

میزان انرژی دریافتی در گروه‌های سنی جوانتر در هر دو جنس بیشترین مقدار را داشت (جدولهای شماره ۲ و ۳).

در هر دو جنس بیشترین مقدار EI:BMR مربوط به گروه سنی ۱۶-۱۹ سال بود که در مردان این مقدار در مقایسه با تمام گروه‌های سنی و در زنان در مقایسه با رده‌های سنی بالای ۴۰ سال تفاوت معنی‌داری داشت ($P < 0.05$) برای هر دو) و با افزایش سن نسبت EI:BMR در زنان بیش از مردان کاهش یافته بود.

کم گزارش‌دهی انرژی دریافتی با افزایش سن، افزایش می‌یافت، بطوری که در مردان بالای ۴۰ سال و در زنان تمام گروه‌های سنی کم گزارش‌دهی شایع و بیش گزارش‌دهی نادر بود.

BMI در مردان با افزایش سن تا ۵۰ سالگی و در زنان تا بالای ۶۰ سالگی افزایش داشت.

در هر دو جنس با افزایش سن، درصد افرادی که سطح تحصیلات پایین‌تری (≤ 5) داشتند بیشتر و درصد افرادی که سطح تحصیلات متوسطی (۶-۱۲) داشتند کمتر شده بود.

درصد افراد سیگاری در مردان بتدریج با افزایش سن تا ۴۰ سالگی افزایش می‌یافت و بعد از آن سیر نزولی پیدا می‌کرد.

همان‌طور که در جدول شماره ۴ دیده می‌شود در هر دو جنس افراد کم گزارش‌دهی در مقایسه با افراد با گزارش‌دهی طبیعی سن بالاتری داشته (۹/۱۳±۱۳/۲ در مقابل ۶/۳۲±۱۳/۳۷ در مردان و ۸/۱۳±۳۷/۳۷ در مقابل ۶/۳۲±۱۳/۳۷ سال در زنان) و BMI بیشتری نیز داشتند (۵/۴±۲۶/۷ در مقابل ۳/۴±۲۴/۵ در مردان و ۴/۵±۲۷/۷ در مقابل ۵/۱±۲۴/۹ کیلوگرم بر مترمربع در زنان).

امتیاز تحصیلات مردان و زنان کم گزارش‌دهی تفاوت معنی‌داری با افراد مشابه با گزارش‌دهی طبیعی خود نداشت.

در مردان بیشتر و غیرسیگاریها در آنها کمتر از زنان بود (به ترتیب ۱۹٪ در مقابل ۱٪، $P < 0.01$ و ۶۸/۵٪ در مقابل ۹۸/۳٪، $P < 0.01$). درصد بیشتری از مردان نسبت به زنان دارای تحصیلات دانشگاهی بودند (۱۳٪ در مقابل ۷٪، $P < 0.05$).

جدول شماره ۱- انرژی دریافتی، وزن و عوامل مربوط به شیوه

زندگی در زنان و مردان		متغیر
زنان (n=۵۳۲)	مردان (n=۴۱۵)	
۳۲/۹±۱۳/۶*	۳۷/۳±۱۴/۶	سن (سال)
۲۰۶۶±۶۰۸*	۲۸۶۴±۷۵۲	انرژی دریافتی (کیلوکالری در روز)
۱۴۱۰±۱۲۳*	۱۶۶۸±۲۰۴	BMR (کیلوکالری در روز)
۱/۲۷±۰/۴۴*	۱/۷۲±۰/۴۴	EI:BMR
۱۵۸±۶*	۱۷۱±۶	قد (سانتیمتر)
۶۴/۵±۱۳/۲*	۷۲/۶±۱۳/۱	وزن (کیلوگرم)
۲۵/۹±۵/۴*	۲۴/۸±۴/۴	BMI (کیلوگرم/مترمربع ^۲)
۷/۹±۳/۶†	۸/۵±۴/۱	نمره تحصیلات
		EI:BMR** (درصد)
۴۰	۱۹	< ۱/۳۵
۵۷	۷۴	۱/۳۵-۲/۳
۳	۷	≥ ۲/۴
		BMI** (درصد)
۶/۵	۸	< ۱۸/۵
۴۰/۵	۴۶/۵	۱۸/۵-۲۴/۹
۳۰	۳۳/۵	۲۵-۲۹/۹
۲۳	۱۲	≥ ۳۰
		عاداتهای سیگار کشیدن** (درصد)
۱	۱۹	روزانه
۰/۵	۱/۵	گاهگاه
۰/۲	۱۱	ترک سیگار
۹۸/۳	۶۸/۵	غیرسیگاری
		امتیاز تحصیلات** (درصد) †
۲۶	۲۳	≤ ۵
۶۷	۶۴	۵-۱۲
۷	۱۳	> ۱۲

* تفاوت معنی‌دار در مقایسه با مردان، $P < 0.01$ (t test)

† تفاوت معنی‌دار در مقایسه با مردان، $P < 0.05$ (t test)

** تفاوت معنی‌دار بین دو جنس، $P < 0.01$ (آزمون مجذور خی)

‡ امتیاز تحصیلات براساس نمره‌دهی مندرج در روشها انجام شده است.

جدول شماره ۲- انرژی دریافتی، شاخص توده بدن و متغیرهای مربوط به شیوه زندگی در ارتباط با سن در مردان

سن (سال)						متغیر
(n=31) >60	(n=56) 50-59	(n=108) 40-49	(n=87) 30-39	(n=65) 20-29	(n=68) 16-19	
236.4±75.2	266.6±63.9	277.7±62.8	304.1±71.6*	300.2±92.0*	303.4±76.0*	انرژی
146.5±17.7	153.2±14.2	166.4±17.2	174.2±16.7‡	178.2±24.0‡	167.6±18.1*	BMR
1/62±0/51	1/74±0/41	1/68±0/39	1/76±0/45	1/69±0/51	1/91±0/42**	EI:BMR
73±11	72±10	76±11	76±11	73±17	63±12**	وزن
168±6	168±6	170±6	172±6	175±6	173±6**	قد
25/7±2/4	25/7±2/6	26/2±2/6	25/9±2/7	23/8±5/6**	21±2/6	BMI
1/87±0/99**	2/16±1/16	2/22±0/82	2/36±1/01	2/18±1/01	2/28±0/54	نمره تحصیلات
						EI:BMR †(درصد)
26	26	23	15	23	10	<1/35
64	69	74	76	68	81	1/35-2/39
10	5	3	9	9	9	≥2/4
						BMI †(درصد)
-	-	2	1	9	34	>18/5
55	45	36	46	59	51	18/5-25
39	41	46	38	19	13	25-29/9
6	14	16	15	13	2	≥30
						عاداتهای سیگار کشیدن †(درصد)
16	18	23	36	10	2	روزانه
-	1	1	1	2	3	گهگاه
18	20	17	9	4	0	ترک سیگار
66	61	59	54	84	95	غیرسیگاری
						امتیاز تحصیلات †(درصد)**
61	48	25	14	12	3	≤5
32	32	59	67	74	97	6-12
7	20	16	19	14	-	>12

*تفاوت معنی دار با رده سنی بالای 50 (ANOVA، $P < 0.001$) و Bonferroni)، **تفاوت معنی دار با تمام گروههای سنی (ANOVA، $P < 0.001$) و Bonferroni)، †تفاوت معنی دار بین گروههای سنی مختلف ($P < 0.05$)، ‡آزمون مجذور خی، ††تفاوت معنی دار با رده سنی بالای 40 سال ($P < 0.05$)، ANOVA و Bonferroni)، ***امتیاز تحصیلات براساس نمرهدهی مندرج در روشها انجام شده است.

جدول شماره ۳- انرژی دریافتی، شاخص توده بدن و متغیرهای مربوط به شیوه زندگی در ارتباط با سن در زنان

سن (سال)						متغیر
(n=21) >60	(n=55) 50-59	(n=89) 40-49	(n=120) 30-39	(n=131) 20-29	(n=116) 16-19	
1682±447	1854±500	2069±745	2124±714*	2109±704*	2223±713†	انرژی
1313±97	1349±111	1433±155	1422±117*	1411±115*	1424±103*	BMR
1/28±0/32	1/37±0/37	1/45±0/45	1/5±0/47*	1/5±0/45*	1/79±0/43**	EI:BMR
71±9	79±10	73±15	77±12	70±12**	58±10.**	وزن
152±4	154±6	156±6	158±5	160±6*	161±6*	قد
30/7±3/8	29/0±3/7	29/7±5/6	26/9±4/7†	23/3±4/5**	22/5±4**	BMI
0/76±1/04	1/80±0/89	2/02±87	2/27±0/77	2/26±0/87	2/25±0/43	نمره تحصیلات
						EI:BMR †(درصد)
43	49	46	42	35	34	<1/35
57	51	52	56	59	62	1/35-2/39
-	-	1	2	6	4	≥2/4
						BMI †(درصد)
-	-	-	3	13	12	>18/5
10	18	18	21	58	63	18/5-25
37	39	33	41	20	22	25-29/9
52	43	49	25	9	3	≥30
						عاداتهای سیگار کشیدن †(درصد)
-	2	1	2	-	-	روزانه
-	-	1	-	-	1	گهگاه
-	-	1	-	-	-	ترک سیگار
100	98	97	98	100	99	غیرسیگاری
						امتیاز تحصیلات †(درصد)***
95	76	52	18	6	1	≤
5	20	42	74	79	99	6-12
-	4	6	8	15	-	>12

*تفاوت معنی دار با رده سنی بالای 30 سال (ANOVA, P<0/01 و Bonferroni)، **تفاوت معنی دار با تمام گروههای سنی (ANOVA, P<0/001) و Bonferroni، ***تفاوت معنی دار بین گروههای سنی مختلف (P<0/05، آزمون مجذور خی)، †تفاوت معنی دار با رده سنی بالای 40 سال (P<0/05)، ‡امتیاز تحصیلات بر اساس نمرهدهی مندرج در روشها انجام شده است.

$P < 0.05$). اما هیچ یک از زنان کم گزارش ده سیگاری روزانه، نبودند و فقط ۱٪ آنها گهگاه سیگار می کشیدند.

نسبت افراد با تحصیلات پایین (≤ 5)، متوسط (۶-۱۲) و بالا (> 12) در بین مردان و زنان کم گزارش ده تفاوتی با افراد طبیعی نداشت.

نسبت کم گزارش دهی با افزایش BMI افزایش می یافت بطوری که در مردان بیشترین نسبت افراد کم گزارش ده را افراد دارای اضافه وزن ($BMI = 25-29.9$) و در زنان، افراد چاق ($BMI \geq 30$) و دارای اضافه وزن تشکیل می دادند. درصد کمتری از مردان کم گزارش ده در مقایسه با مردان طبیعی هر روز سیگار می کشیدند (۹٪ در مقابل ۱۹٪).

جدول شماره ۴- شاخص توده بدن و متغیرهای مربوط به شیوه زندگی در ارتباط با نسبتهای مختلف EI:BMR

متغیر	EI:BMR (مردان)			EI:BMR (زنان)		
	(n=309) 1/30-2/39	(n=212) <1/30	(n=212) >2/4	(n=303) 1/30-2/39	(n=17) >2/4	(n=17) <1/30
سن (سال)	37/1±14/6	34/5±10/9*	37/6±13/8**	32/2±13/6	24/6±8/3**	24/6±8/3**
وزن (کیلوگرم)	71/7±13/0	66/1±8/3**	68/6±13/6*	62/1±12/2	56/7±10/6**	56/7±10/6**
قد (سانتی متر)	171±6	171±6	171±6	158/2±6/2	160±4/4	160±4/4
BMI (کیلوگرم بر مترمربع)	24/0±4/3	22/7±2/9**	27/7±5/4**	24/9±5/1	22/1±4/2**	22/1±4/2**
انرژی (کیلوکالری)	2924±529	4418±676**	1023±222**	2361±387	2078±290**	2078±290**
نمره تحصیلات	8/0±3/0	8/0±3/0	7/6±2/7	8/0±3/6	8/6±2/9	8/6±2/9
BMI*** (درصد)						
<18/5	9	7	3	7	24	24
18/5-24/9	48	75	31	46	53	53
25-29/9	34	14	33	28	23	23
≥30	9	4	33	19		
عاداتهای سیگار کشیدن (درصد)						
روزانه	19	28	-	1	6	6
گهگاه	1	2	1	0/5	-	-
ترک سیگار	11	7	-	0/5	-	-
غیرسیگاری	69	63	99	98	94	94
امتیاز تحصیلات*** (درصد) ‡						
≤5	17	24	28	26	6	6
6-12	69	62	66	67	82	82
>12	14	14	6	7	12	12

* تفاوت معنی دار در مقایسه با گروه (1/30-2/39)، $P < 0.05$ ، ANOVA و Bonferroni. ** تفاوت معنی دار در مقایسه با گروه (1/30-2/39)، $P < 0.01$. ‡ امتیاز تحصیلات براساس نمره دهی مندرج در روشها انجام شده است.

در مطالعه ما، مانند مطالعه NHANES II (۲۱)، جهت ارزیابی دریافت‌های غذایی از یادآمد ۲۴ ساعته خوراک استفاده شد تا اطلاعات بیشتری در مورد رژیم غذایی برای اهداف تحقیقاتی جمع‌آوری گردد. در سایر مطالعات، از روش‌های دیگری مانند ثبت غذایی (۴) و تکرار مصرف غذا (۳) استفاده شده بود.

تفاوت بودن روش‌های مورد استفاده در بررسی‌های مختلف و میزان روایی و پایایی این روش‌ها می‌تواند تفاوت‌های موجود بین یافته‌های مطالعات مختلف را تا حدی توجیه کند.

در این بررسی برای شناسایی افراد کم گزارش ده از مقادیر EI:BMR توصیه شده توسط Goldberg و همکاران (۱۹) استفاده شد. آنها حداقل مقدار انرژی مورد نیاز را بر اساس اندازه‌گیری کل انرژی مصرفی توسط Whole-body calorimetry و ضریب‌های پیشنهادی برای سطوح فعالیت فیزیکی توسط FAO/WHO/UNV (۲۲) EI:BMR محاسبه کردند و به این نتیجه رسیدند که مقادیر EI:BMR کمتر از ۱/۳۵ نمی‌تواند بیانگر دریافت غذایی معمول فرد باشد.

بر اساس این شاخص، ما میزان کم گزارش دهی در زنان و مردان را به ترتیب ۴۰٪ و ۱۹٪ مشاهده کردیم. همچنین بر اساس شاخص $EI:BMR \geq 2/4$ که توسط Black و همکاران (۲۰) پیشنهاد شده بود میزان بیش گزارش دهی در این مطالعه در زنان و مردان به ترتیب ۳٪ و ۷٪ به دست آمد. مطالعات دیگری نیز از نسبت EI:BMR استفاده کرده‌اند (۲، ۳، ۴ و ۱۶-۲۵-۲۳).

Lafay و همکاران (۲) با استفاده از معیار $EI:BMR < 1/0.5$ برای کم گزارش دهی، میزان آن را در مردان و زنان برابر دانسته و حدود ۱۶٪ برآورد کردند. Voss و همکاران (۱۴) با استفاده از مرز جدایی (Cut off point) مشابه مطالعه ما، ۴۰٪ کل افراد را کم گزارش ده معرفی کردند.

نسبت مردان و زنان کم گزارش ده در مطالعه ما در مقایسه با مردان و زنان بریتانیایی (۲۳)، فنلاندی (۲۴) و

افراد بیش گزارش ده در مقایسه با افراد با گزارش دهی طبیعی سن کمتری داشته (۳۴/۵±۱۵/۹ در مقابل ۳۷/۱±۱۴/۶ در مردان و ۲۴/۶±۸/۳ در زنان) و دارای BMI کمتری بودند (۲۲/۷±۲/۹ در مقابل ۲۴/۵±۴/۳ در مردان و ۲۲/۱±۴/۲ در مقابل ۲۴/۹±۵/۱ کیلوگرم بر مترمربع در زنان).

امتیاز تحصیلات مردان و زنان بیش گزارش ده تفاوتی با مردان و زنان با گزارش دهی طبیعی نداشت اما در زنان این امتیاز بطور معنی‌داری بالاتر از افراد کم گزارش ده بود ($P < 0.05$).

در هر دو جنس بیشترین نسبت افراد بیش گزارش ده، در بین افراد با BMI طبیعی دیده شد، هم در مردان و هم در زنان نسبت بیشتری از افراد بیش گزارش ده در مقایسه با افراد طبیعی هر روز سیگار می‌کشیدند (۲۸٪ در مقابل ۱۹٪ در مردان و ۶٪ در مقابل ۱٪ در زنان).

تعداد کمتری از زنان بیش گزارش ده در مقایسه با زنان طبیعی دارای سطح تحصیلات پایین بودند اما نسبت افراد دارای سطح تحصیلات متوسط در زنان بیش گزارش ده بیشتر بود (۸۲٪ در مقابل ۶۷٪، $P < 0.05$).

در مردان نسبت کمتری از افراد بیش گزارش ده در مقایسه با افراد طبیعی، دارای تحصیلات بالا (> 12) بودند (۳٪ در مقابل ۱۴٪، $P < 0.05$).

بحث

این بررسی که در گروهی از افراد جامعه شهری تهران انجام شد، نشان داد که پدیده گزارش دهی نادرست دریافت‌های غذایی در این افراد شایع است.

در مقایسه با افراد با گزارش دهی طبیعی، افراد کم گزارش ده دارای سن و BMI بالا و افراد بیش گزارش ده دارای سن و BMI پایین بودند.

کم گزارش دهی در زنان و بیش گزارش دهی در مردان شایعتر بود. هیچ رابطه معنی‌داری بین سطح تحصیلات با کم گزارش دهی و بیش گزارش دهی دیده نشد اما سیگار کشیدن رابطه مثبتی با بیش گزارش دهی داشت.

شاید این تفاوت به علت استفاده از FFQ در مطالعه آنها و یادآمد ۲۴ ساعته در مطالعه ما باشد. بیش گزارش دهی بیشتر در مردان احتمالاً به علت عدم برآورد دقیق مقدار مواد غذایی خورده شده (Portion size) به خاطر اطلاع ناکافی آنها در مورد روشهای آماده سازی غذاها می باشد. در این مطالعه سن و BMI رابطه مثبتی را با پدیده کم گزارش دهی و رابطه معکوسی را با پدیده بیش گزارش دهی نشان دادند. اغلب مطالعات نیز بروز کم گزارش دهی را با چاقی در ارتباط دانسته اند (۱۴ و ۲۱). بطوری که هر واحد افزایش BMI با ۱۶٪ افزایش در کم گزارش دهی همراه بوده است (۲۱).

چنین نتیجه ای حتی در مطالعاتی که وزن و قد self-reported بوده اند نیز دیده شده است (۲). البته کم گزارش دهی تنها به افراد چاق محدود نمی شود و مطالعات متعدد نشان داده اند که در افراد دارای وزن طبیعی نیز این پدیده وجود دارد و بعضی مطالعات افزایش در BMI را تنها مسئول ۶٪ تغییرات مشاهده شده در کم گزارش دهی ذکر کرده اند (۶). بنابراین به نظر می رسد که عوامل دیگری غیر از چاقی نیز در بروز پدیده کم گزارش دهی نقش دارند. با این حال اغلب محققان به یک اتفاق نظر رسیده اند که با افزایش BMI یا افزایش میزان آدیپوسیتی، EI:BMR کاهش می یابد و مطالعات متناقض در این مورد بسیار نادر می باشد (۹ و ۱۰).

همسو با یافته های ما، افزایش سن نیز در مطالعات دیگر با کاهش نسبت EI:MBR همراه بوده است (۲ و ۳ و ۱۲). اما Klesges و همکاران (۲۱) گزارش کردند که زنان جوان بیش از زنان سالمند در معرض خطر کم گزارش دهی قرار دارند.

شاید دلیل این یافته دقیق نبودن داده های جمع آوری شده در مورد دریافت غذایی در مطالعه ذکر شده باشد؛ چرا که آنها از یادآمد یک روزه جهت ارزیابی دریافت های غذایی استفاده کردند.

با توجه به اینکه رژیم غذایی افراد جوان نسبت به افراد سالمند تغییر بیشتری را از یک روز به روز دیگر دارا

سوئدی (۲۵) کمتر و در مقایسه با نتایج به دست آمده از NHANES III در آمریکا (۱۲) و نسبت به مردان و زنان استرالیایی (۲۶) بیشتر بود. میانگین EI:BMR برای مردان و زنان در مطالعه ما به ترتیب ۱/۷۲ و ۱/۲۷ به دست آمد که در مقایسه با مقدارهای پیشنهاد شده توسط WHO (۲۲) برای زنان (۱/۵۶) کمتر و برای مردان (۱/۵۵) بیشتر بود.

یافته های ما در این مورد برای زنان مشابه با یافته های Briefel و همکاران (۱۲) بود که مقدار ۱/۲۶ را برای زنان گزارش کردند اما این مقدار برای مردان در این مطالعه بیشتر از مطالعه آنها به دست آمد.

این بررسی مشابه با تعدادی از مطالعات (۳ و ۲۱) نشان داد که میزان کم گزارش دهی در زنان بیش از مردان است، اما برخی مطالعات به این نتیجه دست نیافته اند (۲ و ۲۷).

تفاوت های مشاهده شده بین بررسی های مختلف از نظر میزان شیوع کم گزارش دهی و بیش گزارش دهی و تفاوت جنسی در میزان شیوع آن، می تواند به علت انتخاب مرز جدایی (cut-off point) متفاوت در بررسی های مختلف، یکسان نبودن روش ارزیابی دریافت های غذایی در آنها، متفاوت بودن گروه های سنی مورد مطالعه یا تفاوت های فرهنگی و قومی و برخی شاخص های روان شناختی در جوامع مختلف باشد.

ما در این بررسی افرادی که از رژیم های کاهش وزن پیروی می کردند را از مطالعه حذف نکردیم. شاید این امر نسبت بالای کم گزارش دهی در این مطالعه نسبت به مطالعات دیگر را توجیه کند.

از سوی دیگر زنان به علت حساس بودن نسبت به وضعیت ظاهری و تناسب اندام خود، بیشتر از این رژیم ها پیروی می کنند بنابراین احتمال وقوع کم گزارش دهی در آنها نسبت به مردان بیشتر است.

میزان بیش گزارش دهی در این مطالعه، در مردان بیشتر از زنان بود که همسو با یافته های حاصل از مطالعات DLW (۲۸) و مخالف با یافته های Johansson و همکاران (۳) که از مرز جدایی مشابه بررسی ما استفاده کرده بودند می باشد.

منابع

- 1- Plsani P., Faggiano F., Krogh V., Palli D., Vinein P., Relative validity and reproducibility of a food frequency dietary questionnaire for use in the Italian EPIC centers, *Int J Epid*, 1997, 26: S152-160.
- 2- Lafay L., Basdevant A., Charles MA., Vray M., Balkau B., Borys JM., Determinants and nature of dietary underreporting in a free-living population: the Fleurbaix laventie ville sante (FLVS) study, *Int J Obes*, 1997, 21: 567-73.
- 3- Johansson L., Soluoll K., Bjorneboe GEA., Drevon CA., Under and overreporting of energy intake related to weight status and lifestyle in a nationwide sample, *Am J Clin Nutr*, 1998, 68: 266-74.
- 4- Tonstad S., Gorbitz C., Siretsen M., Ose L., Underreporting of dietary intake by smoking and non smoking subjects counseled for hypercholesterolemia, *J Intern Med*, 1999, 245: 337-44.
- 5- Lührmann PM., Herbert BM., Neuhauser-Berthold M., Underreporting of energy intake in an elderly german population, *Nutrition*, 2001, 17: 912-6.
- 6- Mertz W., Tsui JC., Judd JT., Reiser S., Hallfrish J., Morris ER., What are people really eating? The relation between energy intake derived from estimated diet records and intake determined to maintain body weight, *Am J Clin Nutr*, 1991, 54: 291-5.
- 7- Johansson G., Wikman A., Ahren AM., Hallmans G., Johansson I., Underreporting of energy intake in repeated 24-hour recalls related to gender, age, weight status, day of interview, educational level, reported food intake, smoking habits and area of living, *Public health Nutr*, 2001, 4: 919-27.
- 8- Zhang J., Temme EHM, Sasaki S., Kesteloot H., Under-and overreporting of energy intake using urinary cations as biomarkers: relation to body mass index, *Am J Epidemiol*, 2000, 152: 453-62.
- 9- Myers RJ., Klesges RC., Eck LH., Hanson CL., Klem ML., Accuracy of self-reports of food intake in obese and normal-weight individuals: effects of obesity on self-reports of dietary in adult females. *Am J Clin Nutr*, 1988, 48: 1248-51.

می باشد لذا داده های جمع آوری شده در مورد افراد جوان نمی تواند الگوی مصرف معمولی را نشان دهد. در این بررسی، همسو با یافته های Voss و همکاران (۱۴)، رابطه معنی داری بین میزان تحصیلات با پدیده های کم گزارش دهی و بیش گزارش دهی دیده نشد. در حالی که Klesges و همکاران (۲۱) به ازای هر ۴ سال افزایش در سطح تحصیلات، ۶٪ کاهش کم گزارش دهی را مشاهده نمودند. سایر محققان نیز رابطه معکوسی را بین سطح تحصیلات و کم گزارش دهی بیان کرده اند (۲۹).

تفاوت در چگونگی امتیازبندی سطح تحصیلات در مطالعات مختلف و نگرش های متفاوت مردم در مورد غذا یا چاقی در جوامع مختلف می تواند تفاوت یافته های ما را با مطالعات دیگر توجیه کند.

سیگار کشیدن در این مطالعه با افزایش نسبت EI:BMR رابطه داشت. این یافته موافق با یافته های Johansson و همکاران (۳) و مخالف با یافته های محققان دیگر (۷) می باشد. البته لازم به ذکر است که استفاده از معادلات یکسان برای محاسبه BMR و نیازهای انرژی در افراد سیگاری و غیرسیگاری می تواند موجب برآورد پایین کم گزارش دهی در افراد سیگاری گردد چون سیگاریها دارای BMR بالاتری نسبت به افراد غیرسیگاری هستند (۱۲).

این مطالعه حاکی از شیوع بالای گزارش دهی غلط در مورد انرژی دریافتی در ایران بوده و نشان می دهد که عواملی مانند سن، جنس، چاقی و سیگار کشیدن با آن در ارتباط هستند. بنابراین در بررسی های اپیدمیولوژیک تغذیه ای باید به این نکته توجه کرد و به هنگام تجزیه و تحلیل داده های مربوط به ارتباط رژیم غذایی و بیماری های مختلف، این افراد را از مطالعه حذف نمود.

این پدیده تاکنون در مطالعات انجام شده در کشور ناشناخته بوده است و احتمال دارد که یافته های حاصل از آن مطالعات با اشکال همراه باشد. همچنین پیشنهاد می گردد مطالعات آینده تأثیر کم گزارش دهی و بیش گزارش دهی انرژی را بر دریافت سایر مواد مغذی ارزیابی کنند.

- 10- Lissner L., Habicht JP., Strupp BJ., Levitsky DA., Haas JD., Roe DA., Body composition and energy intake: do overweight women overeat and underreport? *Am J Clin Nutr*, 1989, 49: 320-5.
- 11- Johnson RK., Goran MI., Poehlman ET., Correlates of over-and underreporting of energy intake in health older men and women, *Am J Clin Nutr*, 1994, 59: 1286-90.
- 12- Briefel RR., Sempos CT., McDowell MA., Chein S., Alaimo K., Dietary methods research in the Third National health and Nutrition Examination Survey: underreporting of energy intake, *Am J Clin Nutr*, 1997, 65: 1203S-1209S.
- 13- Mennen LI., Jackson M., Cade J., Mbanya JC., Lafay L., Sharma S., Underreporting of energy intake in four populations of African origin, *Int J Obes Relat Metab Disord*, 2000, 24: 882-7.
- 14- Voss S., Kroke A., Klipstein-Grobusch K., Boeing H., Is macronutrient composition of dietary intake data affected by underreporting? Results from the EPIC-Potsdam study, *Eur J Clin Nutr*, 1998, 52(2): 119-26.
- 15- Azizi F., Rahmani M., Emami H., Mjdjid M., Tehran Lipid and Glucose Study: rationale and Design, *CVD prevention*, 2000, 3: 242-247.
- 16- Jelliffe DB., Jelliffe EFP., Community nutritional assessment, Oxford University press, 1989, 56-110.
- ۱۷- غفارپور - م، هوشیار راد - آ، کیانفر - ه، راهنمای مقیاسهای خانگی، ضرایب تبدیل و درصد خوراکی مواد غذایی، نشر علوم کشاورزی، تهران، ۱۳۷۸، ص ۴۹-۱.
- 18- Commission of the European Communities, Reports of the Scientific Committee for food, nutrient and energy intakes for the European community, Luxembourg: Office for Official Publications of the European Communities, 1992.
- 19- Goldberg GR., Black AE., Jebb SA., Cole TJ., Murgatroyd PR., Coward WA., Critical evaluation of energy intake data using fundamental principles of energy physiology: 1. Derivation of cut-off limits to identify underreporting, *Eur J Clin Nutr*, 1991, 45: 569-81.
- 20- Black AE., Coward WA., Cole TJ., Prentice AM., Human energy expenditure in affluent societies: an analysis of 547 doubly-labelled water measurements, *Eur J Clin Nutr*, 1996, 50: 98-106.
- 21- Klesges RC., Eck LH., Ray JW., Who underreports dietary intake in a dietary recall? Evidence from the second National Health and Nutrition Examination Survey, *J Consult Clin Psychol*, 1995, 63: 438-44.
- 22- FAO/WHO/UNO., Report of joint expert consultation. Energy and protein requirement. WHO Tech Rep Series No, 724, Geneva.
- 23- Pryer JA., Vrijheid M., Nichols R., Kiggins M., Elliott P., Who are the "low energy reporters" in the Dietary and Nutritional Survey of British Adults? *Int J Epidemiol*, 1997, 26: 146-54.
- 24- Fogelholm S., Mannisto S., Vartiainen E., Pietinen P., Determinants of energy balance and overweight in Finland 1982 and 1992, *Int J Obes*, 1996, 20: 1097-1104.
- 25- Rothenberg E., Bosaeus I., Steen B., Evaluation of energy intake estimated by a diet history in three free-living 70 year old populations in Gothenburg, Sweden, *Eur J Clin Nutr*, 1997, 51: 60-66.
- 26- Heywood P., Harvey PWJ., Marks GC., An evaluation of energy intakes in the 1983 Australian National Dietary Survey of adults, *Eur J Clin Nutr*, 1993, 43: 603-6.
- 27- Pryer J., Brunner E., Elliott P., Nichols R., Dimond H., marmot M., Who complied with COMA 1984 dietary fat recommendations among a nationally representative sample of British adults in 1986-7 and what did they eat? *Eur J Clin Nutr*, 1995 49: 719-739.
- 28- Black AE., Underreporting of energy intake at all levels of energy expenditure: evidence from doubly labeled water studies, *Proc Nutr Soc*, 1997, 56: 121A.
- 29- Johnson RK., Soutlanakis RP., Matthews DE., Literacy and body fatness are associated with underreporting of energy intake in US low-income women using the multiple-pass 24-hour recall: a doubly labeled water study, *J Am Diet Assoc*, 1998, 98: 1136-40.

