

SuperWIN Çalışması - Kardiyovasküler Riskin Azaltılması İçin Beslenmeyi Hedefleyen Süpermarket ve Web Tabanlı Müdahale

Dr. Canan Elif Yıldız

Yorumlayan: Dr. Canan Elif YILDIZ

Çalışma: SuperWIN Çalışması - Kardiyovasküler Riskin Azaltılması İçin Beslenmeyi Hedefleyen Süpermarket ve Web Tabanlı Müdahale

Yayınlandığı Kongre: ACC 2022

Tam Metin Linki: <https://doi.org/10.1016/j.ahj.2022.02.011>

Giriş

Kronik hastalıkların prevalansı, suboptimal beslenme alışkanlıkları nedeniyle artmaktadır. Diyetisyenler tarafından, mağaza içi ve çevrimiçi ortamların avantajlarından yararlanılarak verilen bireyselleştirilmiş, süpermarket temelli beslenme eğitiminin ve elektronik olarak toplanan satın alma verilerinin, diyet kalitesini artırıp artırmadığı bilinmemektedir.

Amaç

Kişiyeye özel beslenme eğitiminin DASH (Dietary Approaches to Stop Hypertension) diyetine uyum üzerine etkisi araştırılmıştır.

Metot

Çalışmaya bir veya daha fazla KVH risk faktörü olan 247 kişi alınmıştır (ortalama yaş: 58; %69'u kadın). Katılımcıların çoğu obezdir ve her 10 kişiden 4'ü kolesterol düşürücü ilaç tedavisi alırken, her 10 kişiden 7'si antihipertansif tedavi almaktadır. Hastalar kontrol, strateji 1 ve strateji 2 gruplarına 1:2:2 şeklinde randomize edilmiştir. Kontrol grubu 30 dakika standart tıbbi beslenme eğitimi, strateji 1 grubu, 30 dakika standart tıbbi beslenme eğitimi + 6 saatlik bireyselleştirilmiş satın alma noktası beslenme eğitimi ve strateji 2 grubu, diğer gruplardaki eğitimler + online alışveriş gibi teknolojilerin kullanımı konusunda eğitim aldılar. Diyetteki değişiklikler DASH skoru ile ölçülmüştür.

Bulgular ve istatistik

Başlangıçta, DASH puanları kontrol, strateji 1, strateji 2 grupları için sırasıyla 45.2, 44.4 ve 43.2 idi. Başlangıç ile 3 ay arasında, her üç çalışma kolunda DASH puanlarının arttığı görüldü (kontrol grubunda 5.8 puan, ek eğitim ile 8.6 puan ve ek eğitim artı teknoloji eğitimi ile 12.4 puan artış görüldü)

Sonuç

Kişiyeye özel beslenme eğitimi ile DASH diyetine uyumda anlamlı iyileşme görülmüştür.

Yorum

Bu çalışma günlük rutinde kliniklerin dışındaki müdahalelerin sağlık davranışını nasıl iyileştirebileceğinin güzel bir göstergesidir.