DOI: 10.48305/jhsr.v22i3.1705 Published by Vesnu Publications

Journal of Health System Research Vol. 22, No. 3, Autumn

Received: 13.07.2026 Accepted: 01.08.2026 Published: 07.10.2026

Prioritizing Nutritional Interventions in Cancer Prevention: Policy Recommendations from a Comprehensive Umbrella Review (Letter to Editor)

Masoumeh Jabbari[1], Meisam Barati[2], Elaheh Hatami[3]

Letter to Editor

Abstract

Cancer prevention through dietary modification requires prioritizing scientific evidence for effective policymaking. This note cites a comprehensive umbrella review of 246 meta-analyses and pooled analyses to clarify dietary priorities based on the World Cancer Research Fund (WCRF)/American Institute for Cancer Research (AICR) framework. The findings indicate “convincing” evidence for a protective role of dietary fiber against colon and breast cancer, and strong “probable” evidence for dairy, whole grains, fruits, and vegetables in reducing the risk of gastrointestinal (GI) and breast cancers. Given this strong evidence, actions such as reviewing public food procurement, allocating targeted subsidies to whole grains, dairy, and fiber resources, improving nutritional labeling standards, and establishing a per capita consumption monitoring system for targeted food groups are recommended. These findings provide a strategic tool for reorienting and smartening current nutritional policies to reduce the national cancer burden by focusing on effective interventions.

Keywords: Policy brief; Nutrition; Cancer; Umbrella review; Level of evidence

Citation: Jabbari M, Barati M, Hatami E. **Prioritizing Nutritional Interventions in Cancer Prevention: Policy Recommendations from a Comprehensive Umbrella Review (Letter to Editor).** J Health Syst Res 2026; 22(3): 598-600.

1- Assistant Professor, Department of Community Nutrition, School of Nutrition and Food Technology AND National Nutrition and Food Technology Research Institute, Shahid Beheshti University of Medical Sciences, Tehran, Iran
2- Assistant Professor, Department of Cellular-Molecular Nutrition, School of Nutrition Sciences and Dietetics, Tehran University of Medical Sciences, Tehran, Iran
3- Department of Exercise Physiology AND Sport Medicine Research Center, Sport Science Research Institute, Tehran University of Medical Sciences, Tehran, Iran
Corresponding Author: Masoumeh Jabbari; Assistant Professor, Department of Community Nutrition, School of Nutrition and Food Technology AND National Nutrition and Food Technology Research Institute, Shahid Beheshti University of Medical Sciences, Tehran, Iran
Email: jabbari.m@sbmu.ac.ir

This is an open-access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 Unported License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.

[Downloaded from hsr.mui.ac.ir on 2026-11-08]

[DOI: 10.48305/jhsr.v22i3.1705]

DOI: 10.48305/jhsr.v22i3.1705 Published by Vesnu Publications

اولویت‌بندی مداخلات تغذیه‌ای در پیشگیری از سرطان: پیشنهاد سیاستی حاصل از یک مرور چتری جامع (نامه به سردبیر)

معصومه جباری[1]، میثم براتی[2]، الهه حاتمی[3]

نامه به سردبیر

چکیده

پیشگیری از سرطان از طریق اصلاح الگوی تغذیه، نیازمند اولویت‌بندی شواهد علمی برای سیاست‌گذاریِ مؤثر است. این یادداشت با استناد به یک مرور چتری جامع بر روی ۲۴۶ مقاله فراتحلیل و تحلیل تجمیعی، به تبیین اولویت‌های تغذیه‌ای بر اساس چارچوب ارایه شده توسط صندوق جهانی تحقیقات سرطان و مؤسسه تحقیقات سرطان آمریکا پرداخت. یافته‌ها نشان دهنده وجود شواهد «قطعی» برای نقش محافظتی فیبر غذایی در برابر سرطان کولون و پستان و شواهد «احتمالی» قوی برای لبنیات، غلات کامل، میوه‌ها و سبزیجات در کاهش خطر سرطان‌های دستگاه گوارش و پستان می‌باشد. با توجه به این شواهد قوی، اقداماتی همچون بازنگری در تدارکات غذایی نهادهای عمومی، تخصیص یارانه‌های هدفمند به غلات کامل، لبنیات و منابع فیبر، اصلاح استانداردهای برچسب‌گذاری تغذیه‌ای و استقرار نظام پایش سرانه مصرف گروه‌های غذایی هدف پیشنهاد می‌گردد. این یافته‌ها ابزاری استراتژیک به منظور بازتنظیم و هوشمندسازی سیاست‌های تغذیه‌ای جاری فراهم می‌آورد تا با تمرکز بر مداخلات اثربخش، بار بیماری سرطان در سطح ملی کاهش یابد.

واژه‌های کلیدی: خلاصه سیاستی؛ تغذیه؛ سرطان؛ مرور چتری؛ سطوح شواهد

ارجاع: جباری معصومه، براتی میثم، حاتمی الهه. **اولویت‌بندی مداخلات تغذیه‌ای در پیشگیری از سرطان: پیشنهاد سیاستی حاصل از یک مرور چتری جامع (نامه به سردبیر).** مجله تحقیقات نظام سلامت ۱۴۰۵؛ ۲۲ (۳): ۶۰۰-۵۹۸

دریافت مقاله: ۱۴۰۵/۴/۲۲ پذیرش مقاله: ۱۴۰۵/۵/۱۰ تاریخ چاپ: ۱۴۰۵/۷/۱۵

مقدمه

سرطان به عنوان یکی از چالش‌های بنیادین سلامت عمومی در ایران، نیازمند راهبردهای پیشگیرانه در سطح عوامل خطر قابل اصلاح است. با این حال، تنوع و گاه ناهمگونی در شواهد علمی، سیاست‌گذاران را در تشخیص توصیه‌های دارای اولویت با ابهام مواجه می‌کند. این یادداشت با هدف بهره‌گیری از نتایج یک مرور چتری جامع بر روی ۲۴۶ مقاله فراتحلیل و تحلیل تجمیعی در یک بازه زمانی پانزده ساله (۱)، به تبیین اولویت‌های تغذیه‌ای در حوزه پیشگیری از سرطان و بر پایه استانداردهای جهانی پرداخت.

در پژوهش حاضر، قدرت و استحکام شواهد در مورد ارتباط میان دریافت گروه‌ها و اقلام مختلف غذایی و خطر بروز سرطان‌های مختلف با استفاده از چارچوب استاندارد ارایه شده توسط صندوق جهانی تحقیقات سرطان و مؤسسه تحقیقات سرطان آمریکا درجه‌بندی گردید (۲). یافته‌ها نشان دهنده وجود شواهد «قطعی» (Convincing) برای ارتباط بین مصرف فیبر غذایی با کاهش خطر سرطان کولون و پستان می‌باشد. همچنین، شواهد «احتمالی» (Probable) قدرتمندی مبنی بر نقش محافظتی لبنیات (به ویژه شیر)، میوه‌ها و فیبر در برابر سرطان پستان و نقش غلات کامل، لبنیات، شیر، میوه‌ها، سبزیجات و فیبر در کاهش خطر بروز سرطان‌های دستگاه گوارش مشاهده شد. این سطح از شواهد، هر دو در دسته شواهد قوی قرار می‌گیرند (۱). اهمیت این یافته‌ها برای نظام سلامت، فراتر از گزارش‌های علمی مرسوم است؛ چرا که شناسایی دقیق اقلام غذایی با بالاترین سطح شواهد، امکان تخصیص بهینه منابع محدود در جهت اهداف پیشگیرانه در حوزه سلامت را فراهم می‌آورد. بر این اساس، توصیه‌های عملیاتی زیر جهت تقویت و اولویت‌بندی سیاست‌های جاری پیشنهاد می‌گردد:

۱. *مداخلات ساختاری:* بازنگری در پروتکل‌های تدارکات غذایی نهادهای عمومی (مانند مدارس، دانشگاه‌ها و مراکز نظامی) با تأکید بر تأمین لبنیات (به ویژه شیر) و منابع فیبر از جمله میوه و سبزی و غلات کامل.

۲. *حمایت‌های اقتصادی:* تخصیص یارانه‌های هدفمند به محصولات غلات کامل، میوه، سبزی و فرآورده‌های حاوی فیبر بالا به منظور بهبود دسترسی اقشار آسیب‌پذیر

۳. *اصلاح استانداردهای صنعتی:* تشویق صنایع غذایی به بازفرمولاسیون محصولات و ارتقای نظام برچسب‌گذاری تغذیه‌ای با نمادهای شفاف برای مصرف‌کننده در جهت تعیین محتوای فیبر مواد غذایی.

۴. *پایش مستمر:* استقرار نظام ارزیابی دوره‌ای سرانه مصرف گروه‌های غذایی کلیدی در جمعیت جهت پایش اثربخشی مداخلات

۱- استادیار، گروه تغذیه جامعه، دانشکده علوم تغذیه و صنایع غذایی و انستیتو تحقیقات تغذیه‌ای و صنایع غذایی کشور، دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی، تهران، ایران
۲- استادیار، گروه تغذیه سلولی- مولکولی، دانشکده تغذیه و رژیم‌شناسی، دانشگاه علوم پزشکی تهران، تهران، ایران
۳- کارشناس ارشد، گروه فیزیولوژی ورزشی و مرکز تحقیقات پزشکی ورزشی، پژوهشگاه علوم ورزشی، دانشگاه علوم پزشکی تهران، تهران، ایران
نویسنده مسؤول: معصومه جباری؛ استادیار، گروه تغذیه جامعه، دانشکده علوم تغذیه و صنایع غذایی و انستیتو تحقیقات تغذیه‌ای و صنایع غذایی کشور، دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی، تهران، ایران
Email: jabbari.m@sbmu.ac.ir

[Downloaded from hsr.mui.ac.ir on 2026-11-08]
[DOI: 10.48305/jhsr.v22i3.1705]

نتیجه‌گیری

در پایان تأکید می‌شـود که این یافته‌ها نه به عنوان جایگزین، بلکه به عنوان ابزاری اسـتراتژیک برای بازتنظیم و هوشـمندسـازی سـیاسـت‌های تغذیه‌ای موجود عمل می‌کنند تا با تمرکز بر مداخلات با بیشـترین پتانسیل پیشگیرانه، گامی مؤثر در جهت ارتقای سلامت عمومی و کاهش فشار بر نظام درمان برداشته شود.

References

1. Jabbari M, Pourmoradian S, Eini-Zinab H, Mosharkesh E, Hosseini Balam F, Yaghmaei Y, et al. Levels of evidence for the association between different food groups/items consumption and the risk of various cancer sites: an umbrella review. International Journal of Food Sciences and Nutrition. 2022; 73(7): 861-74.
2. Clinton SK, Giovannucci EL, Hursting SD. The world cancer research fund/American institute for cancer research third expert report on diet, nutrition, physical activity, and cancer: impact and future directions. The Journal of nutrition. 2020; 150(4): 663-71.

[Downloaded from hsr.mui.ac.ir on 2026-11-08]

[DOI: 10.48305/jhsr.v22i3.1705]