

Datos correspondientes a las semanas 9 a 20. Periodo comprendido entre el 28 de febrero al 22 de mayo de 1999

Servicio de Epidemiología Ronda Levante, 11, 30008 Murcia Tel.: 968 36 20 39 Fax: 968 36 66 56 Correo electrónico: bolepi@carm.es http://www.carm.es/csan/dgs/se/bem/bem.htm

mediterranea en a conore man part of

Es interesante considerar si la dieta que comen los murcianos de la cohorte EPIC se sitúa dentro de un tipo más general de dieta, que es la dieta mediterránea. Aunque la cohorte EPIC no es totalmente comparable con los individuos de la Región de Murcia al presentar la cohorte mayor nivel educativo, es similar en otras variables, como la prevalencia de procesos patológicos preexistentes¹. En esta dieta intervienen tres elementos fundamentales: trigo, aceite de oliva y vino que son compartidos por los países mediterráneos y forman la trilogía alimentaria de la dieta mediterránea.

El término dieta mediterránea proviene de la descripción del patrón alimentario que hizo Ancel Keys en el estudio de siete países durante los años 60, estudiando el tipo de dieta de dos de las cohortes del estudio (Grecia e Italia) y correlacionándolo con la mortalidad cardiovascular y total2. En la Conferencia Internacional sobre dietas mediterráneas, organizada por la OMS v la FAO en 1993, se realizó una revisión sobre las implicaciones en la salud de las dietas mediterráneas consumidas durante el pasado medio siglo. Se elaboró una pirámide de alimentos (figura 1) que refleja las tradiciones de la dieta mediterránea. Esta dieta se asocia con una expectativa de vida entre las más altas del mundo y tasas de enfermedad isquémica cardíaca y ciertos tipos de cáncer entre las más bajas 3. También se asocia con un estilo de vida que incluye actividad física regular y baja prevalencia de obesidad. Las principales características que

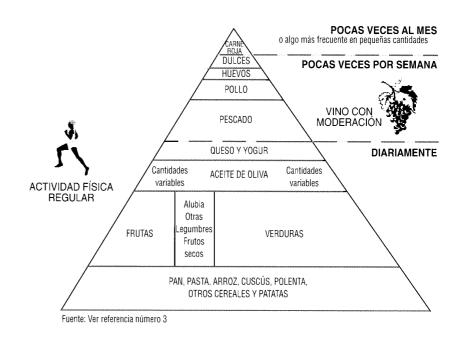
comparten los patrones dietéticos que denominamos dieta mediterránea son, en líneas generales, las siguientes: consumo abundante de alimentos de origen vegetal (fruta, verdura, pan, otros cereales, patatas, legumbres, frutos secos y semillas); alimentos escasamente procesados, que se ingieren estacionalmente en fresco v se cultivan localmente. La fruta fresca es un postre diario típico, tomando pocas veces por semana miel o dulces con azúcar. Aceite de oliva como la principal fuente de grasas; productos lácteos (principalmente queso y vogurt) ingeridos diariamente en baia o moderada cantidad. Los huevos 2 ó 3 por semana, el pescado y la carne de ave en baja o moderada cantidad y la carne roja en pequeñas cantidades. El vino se suele tomar de forma habitual en las comidas, en cantidades bajas o moderadas.

Al comparar estos datos con la información recogida de la cohorte EPIC-Murcia, observamos patrón similar con relación a algunas características, pero también existen elementos diferenciales.

Con respecto al consumo abundante de vegetales típico de la dieta mediterránea, en la cohorte EPIC-Murcia. el consumo medio de frutas v verduras (F y V) es de 673 gr/dia (tabla 1). Este consumo es muy similar al descrito en la Encuesta de Alimentación en la Región de Murcia⁴ que es de 643 gr/día. El consumo estimado de F y V se puede comparar con el del sur de Italia y con otras regiones españolas. Sin embargo, es sustancialmente más elevado que en Estados Unidos, donde el rango es de 272 a 344 gr/día⁵.

El porcentaje de consumidores en la cohorte ÉPIC-Murcia de alimentos de origen vegetal, es muy elevado. Así, encontramos que el 100% de los individuos consumen verduras, el 99% frutas (en la cohorte EPIC-España 96%), el 99% pan, el 97% legumbres, el 94% frutos secos, arroz el 98% y pasta italiana el 91% de forma habitual.

El consumo de verduras congela-



Situación regional de las Enfermedades de Declaración Obligatoria. Semanas 9 a 12 (del 28 de febrero al 27 de marzo de 1999). Distribución semanal

				Casos notificados							Casos a	cumulad	os			
		Se	mana 9			Semana 10			Semana	11	Se	mana 12		Sema	inas 1 a	12
		1999	1998	Mediana	1999	1998	Mediana	1999	1998	Mediana	1999	1998	Mediana	1999	1998	Mediana
Enfermedades																
Gripe	1980	12.938	4.640	4.640	8.453	3.337	3.337	5.104	2.537	2.537	3.561	1.816	1.816.1	33.152	91.315	59.249
Tuberculosis respiratoria	1980	2	4	4	3	1	4	1	3	3	0	3	4	28	28	61
Meningitis tuberculosa	1997	1	0		0	0		0	0		0	0	2-0-000000		0	
Otras tuberculosis	1986	1	1.	0	1	0	1	0,	0	0	1	0	1	6	7	7
Legionelosis	1997	0	0		0	1		0	.0		0	0		3	5	
Hepatitis A	1997	3	4		3	6		2	2		0	4		14	45	
Hepatitis B	1997	0	. 1		.0	0		0	0		- 1	0		3	5	
Otras hepatitis vírica	1997				0	0		0	1		0	0		-5	5	
Toxiinfecciones-Alimen.	1983	1	0	1	0	1	1	2	12	-6	1	4	3	15	50	31
Varicela	1980	345	104	160	304	134	179	292	165	187	288	215	221	2.540	1.428	1.717
Sarampión	1980		1	1	0	1.	1	0	0	0	0	10	1	3	6	8
Rubeola	1980	0	0	3	0	0	2		0	3	0	0	0.	4	4	15
Parotiditis	1980	0	9		0	2	0	2	13	1	0	8	1	7	63	. 8
Tosferina	1980	0	0	0	2	0	0	0	0	.0	0	0	0	4	1	1
Enfermedad meningocó.	1980	2	1.	1	0	2	2	0	1	1	0	-25000 1 -7 250000 00000	0	21	14	14
Otras meningitis	1986	0	2	0	0	2	2	1		1	0	3	1	6	23	13
Sífilis	1982	0	0	0	PROD 1 6	0	0	received 1.	0	0	0	1	0	5	3	3
Infección gonocócica	1982	. 1	0	0		0	0	1	0	0	0	0	0	5	1	2
Brucelosis	1980	0	0	1	0	0	::::::::::::::::::::::::::::::::::::::	2	79.00990000 *****************************		0	2	2	4	9	12

mediana se calcula sobre el albimo. Lua nuce les Alc se incluven ses entermedades en casca notificados en anual

Forcestic			- 1000)		
Municipios	Población (Proyec, 1997)	% de declaración	Municipios	Población (Proyec. 1997)	% de declaración
Abanilla	4.921	100,0	Calasparra	8.601	100,0
Abarán	12.462	100,0	Campos del Río	1.823	0,0
Águilas	28.662	100,0	Caravaca de la Cruz	19,512	100,0
Albudeite	1.261	100,0	Cartagena	168.649	99,0
Alcantarilla	36.304	98,6	Cehegin	11.706	93,8
Aledo	897	100,0	Ceutí	7.358	100,0
Alguazas	7.846	79,2	Cieza	32.339	97,4
Alhama de Murcia	14.920	100,0	Fortuna	5.925	100,0
Archena	14.447	0,08	Fuente Álamo de Murcia	7.608	100,0
Beniel	8.859	100,0	Jumilla	19.268	83.3
Blanca	5.386	100,0	Librilla	3.877	75,0
Bullas	9.988	100,0	Lorca	67.277	99,5

						Áreas de	Salud						REG	IÓN
Población		ircia 1.966		agena 2.079		orca 9.892		oeste 304		plano .469	Orie 161	ntal 062	TO 1.121	
	Casos	Acumul.	Casos	Acumul.	Casos	Acumul.	Casos	Acumul.	Casos	Acumul.	Casos	Acumul.	Casos	Acumul.
Enfermedades								10000000						
Gripe	11.379	48,601	5.690	25.941	5.668	21,277	1.126	6.995	1.031	4.736	5.162	25.602	30.056	133.152
Tuberculosis respiratoria	- 5	13	1	9	0	2	0	0	0	1	0	3	6	28
Meningitis tuberculosa	0	0		. 1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	
Otras tuberculosis	0		3	5	0	0	0	0	0	0	0	0	3	6
Legionelosis	0	2	0	1	0	0	0	0	0	0	. 0	0	0	3
Hepatitis A	7	9	0	195001978.99 <mark>1</mark> .50	1	3	0	0	0	0	0	G 1	8	14
Hepatitis B	1	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	1		3
Otras hepatitis virica	1	3	0	0	0	••••••••••••••••••••••••••••••••••••••	0	0	0	0	0	1	1	5
Toxiinfecciones-Alimen.	3	9	0	0	0		0	2	0	0		3	4	15
Varicela	461	1,142	474	692	120	292	39	73	51	77	84	264	1.229	2.540
Sarampión	0	0	1	2	0	0	0	0	0	1	0	0		3
Rubeola	0	2	1	2	0	0	0	0	0	0	0	0	1	4
Parotiditis	1	2	1	3	0	1	0	0	0	0	0		2	7
Tosferina	0	0	0	0	2	4	0	0	0	0	0	0	2	4
Enfermedad meningocó.cicas	0	- 11	2	4	0	3	0	1	0	0	0	2	2	21
Otras meningitis	0	2	1	3	0	1	0	0	0	0	0	0		6
Sifilis	0	1	2	3	0		0	0	0	0	0	0	2	- 5
Infección gonocócica	1	2	2	2	0	0	0	0	0	0	0		3	5
Brucelosis	1	- 1	0		1.	2	0	0	0	0	0	0	2	4

Forcentaje de deci Semanas 9 a 12 id		127 66 113 23 6	(a †000)		
Municipios	Población (Proyec. 1997)	% de declaración	Municipios	Población (Proyec. 1997)	% de declaración
Lorquí	5.507	100,0	Torre Pacheco	18.508	82,7
Mazarrón	17.370	100,0	Torres de Cotillas, Las	16.618	72,2
Molina de Segura	43.329	53,0	Totana	22,038	100,0
Moratalla	7.497	96,9	Ulea	1.011	87,5
Mula	13.217	95,5	Unión, La	13.012	100,0
Murcia	375.577	76,5	Villanueva del Río Segura	1.578	87,5
Ojós	730	87,5	Yecla	29.201	98,4
Pliego	3.207	100,0	Santomera	9.921	100,0
Puerto Lumbreras	11.018	100,0	Alcázares, Los	5.612	100,0
Ricote	1.605	87,5			
San Jayier	17.025	90,0	Total Región	1.127.772	89,1
San Pedro del Pinatar	14.295	100,0			

Situación regional de las Enfermedades de Declaración Obligatoria. Semanas 13 a 16 (del 28 de marzo al 24 de abril de 1999). Distribución semanal

							Casos not	ificados						Casos	acumulad	os
		Ser	nana 13			Semana 14			Semana	15	Se	mana 16	ì	Sem	anas 1 a 1	6
		1999	1998	Mediana	1999	1998	Mediana	1999	1998	Mediana	1999	1998	Mediana	1999	1998	Mediana
Enfermedades																
Gripe	1980	2.008	1.668	1.668	1,638	966	1.136	1,145	943	943	749	671	689 1	38.692	95.563	63.362
Tuberculosis respiratoria	1980		0	5	4	5	5	2	2	4	6	5	3	41	40	79
Meningitis tuberculosa	1997	0	0		0	-0		0	0		0	0		1	0	
Otras tuberculosis	1986	0	0	0	1	1	. 0	0	0	0	1	1.		8	9	13
Legionelosis	1997	0	1		1	0		0	0		0	0		4	6	
Hepatitis A	1997	0	3		4	0		0	1		3	2		21	51	
Hepatitis B	1997	0	0		0	0	awi inggo (Taray Taray Taray wasan 5.33	1	1		0	0		4	6	
Otras hepatitis vírica	1997	0			0	0		0	0		0	0		5	- 6	
Fiebres tifoidea y par.	1980	0	0	1	1	0	0		0	0	0	0	0	2	3	6
Toxiinfecciones-Alimen.	1983	4	4	0	4	15	6	2	19	6	0	6	4	25	94	94
Varicela	1980	228	160	214	291	104	179	286	165	199	291	224	241	3.636	2.081	2.489
Sarampión	1980	0	0	0	0	0	2	0	0	0	1	0	2	4	6	13
Rubeola	1980	1.5	0		0		5	0	0	5.	0		1	5	5	33
Parotiditis	1980	0	2	1	- 1	4	2	0	0	0	0	5	2	8	74	14
Tosferina	1980	0	0	0	araa J	0	0	0	0	0	0	0	0	5	1	-3
Enfermedad meningocó.	. 1980	3	0	2	2	1		0	0	- 1	2	1	2	28	16	16
Otras meningitis	1986	0	0	2		0	2	1	0	1	1.	0	0	9	23	17
Sifilis	1982	0	0	0	0		0	0	0	0	1	- 0	0	6	4	4
Infección gonocócica	1982	0	3	0	0	0	0	0	0	0	1	1	.0	6	- 5	3
Brucelosis	1980	0	0	1	1	1.70000	Companyage	0	0	1	0	2	2	5	12	19

⁻ mediana se calcula sobre - Lumno guinquenio, ixo se incluven las emermedades sin casos notricados en uno actua.

Porcentaje de declaración ^(*) Semanas 13 a 16 (del 28 de marzo al 24 de abril de 1999).

Población	% de	Población	% de Pobla	ción % de	Población	% de
Municipios	(Proyec, 1997)	declaración	Municipi	ios	(Proyec, 1997)	declaración
Abanilla	4.921	95,8	Calasparra	1	8.601	100,0
Abarán	12.462	100,0	Campos d	lel Río	1.823	0,0
Águilas	28.662	100,0	Caravaca o	de la Cruz	19.512	100,0
Albudeite	1.261	100,0	Cartagena		168.649	98,8
Alcantarilla	36.304	100,0	Cehegin	a Const	11.706	96,9
Aledo	897	75,0	Ceutí		7.358	100,0
Alguazas	7.846	79,2	Cieza		32.339	98,7
Alhama de Murcia	14.920	100,0	Fortuna		5.925	100,0
Archena	14.447	65,0	Fuente Ála	amo de Murcia	7,608	100,0
Beniel	8.859	100,0	Jumilla		19.268	85,4
Blanca	5.386	100,0	Librilla		3,877	100,0
Bullas	9.988	100,0	Lorca		67.277	99,5

Distribución por áreas de salud de las Enfermedades de Declaración Obligatoria. Semanas 13 a 16 (del 28 de marzo al 24 de abril de 1999). Distribución semanal

						Áreas de	Salud						REGI	ÓN
		ircia		agena		orca		peste		olano	Orie		ТОТ	
Población		.966		.079		9.892		304		469	161		1.127	
	Casos	Acumul.	Casos	Acumul.	Casos	Acumul.	Casos	Acumul.	Casos	Acumul,	Casos	Acumul.	Casos	Acumul.
Enfermedades	100 SACES													
Gripe	2.356	50.957	893	26.834	1.277	22.554	50	7.045	85	4.821	879	26.481	5.540	138.692
Tuberculosis respiratoria	- 6	19	4	13	0	2	- 0	0	0	1	3	6	13	41
Meningitis tuberculosa	0	0	0	1	0	0	-0	0	0	0	0	0	0	1
Otras tuberculosis	2	3	0	5	0	0	0	0	0	0	0	0.,	2	8
Legionelosis	1	3	0	1	0	- 0	0	0	0	0	0	0	1	4
Hepatitis A	3	12	2	3	0	3	0	0	0	0	2	3	7	21
Hepatitis B	0	1	1	2	0	0	0	0	0	0	0	1		4
Otras hepatitis vírica	0	3	0	0	0	1	0	0	0	0	0	1	0	5
Fiebres tifoidea y par.	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	2	2
Toxiinfecciones-Alimen.	- 8	17	0	0	2	3	0	2	0	0	0	3	10	25
Varicela	326	1.468	451	1.143	141	433	36	109	53	130	89	353	1.096	3.636
Sarampión	1	1	0	2	0	0	0	0	0	1	0	0	1	4
Rubeola	0	2	1	3	0	0	0	0	0	0	0	0	1	5
Parotiditis	1	3	0	3	0	1	0	0	0	0	0	1	1	8
Tosferina	1		0	0	0	- 4	0	0	0	0	0	0		5
Enfermedad meningocó.	3	14		5	0	3	2	3	0	0	1	3	7	28
Otras meningitis	2	4	0	3		2	0	0	0	0	0	0	3	9
Sífilis	0	1	1	4	0	1	0	0	0	0	0	0	1	6
Infección gonocócica	0	2	1	3	0	0	0	0	0	=0	0	t	1	6
Brucelosis	0	1	0	1	1	3	0	0	0	0	0	0		5

MC 56 Incluven las emermedages sin casos hormbados en and actual

Porcentaje de declaración (*) Semanas 13 a 16 (del 28 de marzo al 24 de abril de 1999

Municipios	(Proyec. 1997)	declaración	Municipios	(Proyec. 1997)	declaración
Lorquí	5.507	100,0	Torre Pacheco	18.508	73,1
Mazarrón	17.370	100,0	Torres de Corillas, Las	16.618	75,0
Molina de Segura	43,329	56,0	Totana	22.038	100,0
Moratalla	7.497	. 87,5	Ulea	1.011	87,5
Mula	13.217	97,7	Unión, La	13.012	100,0
Murcia	375.577	77,2	Villanueva del Río Segura	1.578	87,5
Ojós	730	75,0	Yecla	29.201	96,9
Pliego	3.207	100,0	Santomera	9.921	100,0
Puerto Lumbreras	11.018	100,0	Alcázares, Los	5.612	91,7
Ricote	1.605	62,5			
San Javier	17.025	90,0	Total Región	1.127.772	88,9
San Pedro del Pinatar	14.295	100,0			

Situación regional de las Enfermedades de Declaración Obligatoria. Semanas 17 a 20 (del 25 de abril al 22 de mayo de 1999). Distribución semanal

							Casos not	ificados						Casos a	cumulac	os
		Sen	iana 17			Semana 18	400		Semana	19	Se	mana 20)	Sema	nas 1 a	20
		1999	1998	Mediana	1999	1998	Mediana	1999	1998	Mediana	1999	1998	Mediana	1999	1998	Mediana
Enfermedades				Anna St		100 mg/mg/mg/mg/mg/mg/mg/mg/mg/mg/mg/mg/mg/m										
Gripe	1980	743	648	648	525	639	639	339	546	603	312	370	480	140.611	97.766	65.332
Tuberculosis respiratoria	1980		6	6	6	8	6	7	2	4	3	- 5	- 5	58	61	97
Meningitis tuberculosa	1997	0	0		0	0		0	0		0	0		1	0	
Otras tuberculosis	1986		3	0		0	0	1	1	0	0	0		11	13	14
Legionelosis	1997	0	1		0	0		0	0		0	3		4	9	
Hepatitis A	1997	-3	3		0	3.		0	3		0	2		24	62	
Hepatitis B	1997	0	0		0	0		0	0		0			4	7	
Otras hepatitis vírica	1997	1	0		0	0		0	0		1	1	Christian III	7	7	
Fiebres tifoidea y par.	1980	1	0	0	1	0	0	0	0	0	1	0	0	- 5	. 3	8
Toxiinfecciones-Alimen.	1983	0	27	5	44	0	0	-3	8	9	4	28	37	. 76	157	160
Varicela	1980	390	248	244	464	326	312	646	338	338	693	384	384	5.829	3.377	3.758
Sarampión	1980	0	0	1	0	1	2	2	0	2	0	0	3	6	7	20
Rubeola	1980	0	1	3	0	7	5	0	0	1	2	0	4	7	13	52
Parotiditis	1980	2	5	3	3	1	1	0	8	2	4	2	2	17	90	20
Tosferina	1980	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		0	5	2	3
Enfermedad meningocó.	1980	mana Ing		1	1	1		1		1	0	0	0	31	19	20
Otras meningitis	1986	0			2	1	1	3	0	1	5	1	1	19	26	19
Sífilis	1982	0	0	0	0	1	0	0	0	1	0	0	1	6	5	5
Infección gonocócica	1982	3	0	0			0	0	0	0	0	0	0	10	6	4
Fiebre exantematica me.	1981	0	0	0	0	0	0	1	0	0	1	0	0	2		
Brucelosis	1980	1.50			2.	1	1	0	0	1	2	1	1	10	15	-31

[·] mediana se dalicula spore er unimo dulnobenio, ivo se incluven las enfermedades sit. CCCOs notivoados en ano actual

Forcentaje de deck Semanas 17 a 20 (Municipios	eración del 25 de abrilla Población (Proyec, 1997)	1/22 de mayo d % de declaración	e 1989). Municipios	Población (Proyec. 1997)	% de declaración
Abanilla	4.921	95,8	Calasparra	8.601	95,8
Abarán	12.462	100,0	Campos del Río	1.823	0,0
Águilas	28.662	100,0	Caravaca de la Cruz	19.512	100,0
Albudeite	1.261	100,0	Cartagena	168.649	99,8
Alcantarilla	36.304	100,0	Cehegín	11.706	96,9
Aledo	897	100,0	Ceutí	7.358	100,0
Alguazas	7.846	83,3	Cieza	32.339	98,7
Alhama de Murcia	14.920	100,0	Fortuna	5.925	100,0
Archena	14.447	87,5	Fuente Álamo de Murcia	7.608	100,0
Beniel · · · · · · · · · · · · · · · · · · ·	8.859	100.0	Jumilla	19.268	86,1
Blanca	5.386	100,0	Librilla	3.877	100,0
Bullas	9.988	100,0	Lorca	67.277	100,0

inum, partes de declaración numerica recipidos / Inum, de medicos de atención enmana en las quatro semanas:

						Áreas de	Salud						REGI	IÓN
Población		ircia .966		agena 2.079		orca 9.892		oeste 304		olano 469	Orie 161		T01 1.127	
	Casos	Acumul.	Casos	Acumul.	Casos	Acumul.	Casos	Acumul.	Casos	Acumul.	Casos	Acumul.	Casos	Acumul.
Enfermedades														
Gripe	768	51.725	339	27.173	418	22.972	7	7.052	24	4.845	363	26.844	1.919	140.611
Tuberculosis respiratoria	7	26	2	15	4	6	0	0	0		4	10	17	58
Meningitis tuberculosa	0	0	0	1	0	0	0	Ö	0	0	0	0	0	1
Otras tuberculosis	1	4	0	5	1	1	0	0	0	0	1	1	3	11
Legionelosis	0	3	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	4
Hepatitis A	2	14	1	4	0	3	0	0	0	0	0	3	3	24
Hepatitis B	0	1	0	2	0	0	0	0	0	0	0	1	0	: 4.
Otras hepatitis vírica	0	3	1.	1	0	1	0	0		1	0	1	2	7
Fiebres tifoidea y par.	2	3	1	2	0	0	0	0	0	0	0	0	3	5
Toxiinfecciones-Alimen.	46	63	0	0	3	6	0	2		1	1	4	51	76
Varicela	555	2.023	825	1.968	293	726	29	138	125	255	366	719	2.193	5.829
Sarampión	0		0	2	0	0	2	2	0	1	0	0	2	6
Rubeola	2	4	0	3	0	0	0	0	0	0	0	0	2	7
Parotiditis	5	8	3	6	1.	2	0	0	0	0	0	1	9	17
Tosferina	0	The state of the s	0	0	0	4	0	0	0	0	0	0	0	5
Enfermedad meningocó.	0	14	2	7	0	3	0	3	0	0	1	4	3	31
Otras meningitis	3	7	5	8		3	0	0	0	0	., 1	1	10	19
Sifilis	0	1	0	4	0	1.	0	0	0	0	0	0	0	6
Infección gonocócica	4	6	0	3	0	0	0	0	0	0	0	1	4	10
Fiebre exantematica me.	0	0	0	0	2	2	0	0	0	0	0	0	2	2
Brucelosis	1	2	1	2	2	5	0	0	1	1	.0	0	5	10

induxen las enfermedades sin cesco normages en ano actual.

Municipios	Población (Proyec. 1997)	% de declaración	Municipios	Población (Proyec. 1997)	% de declaración
Lorquí	-5.507	100,0	Torre Pacheco	18,508	84,6
Mazarrón	17.370	100,0	Torres de Corillas, Las	16.618	88,9
Molina de Segura	43.329	68,0	Totana	22.038	100,0
Moratalla	7.497	93,8	Ulea	1.011 - 0444	100,0
Mula	13.217	100,0	Unión, La	13.012	100,0
Murcia	375.577	83,9	Villanueva del Río Segura	1,578	100,0
Ojós	730	100,0	Yecla	29.201	98,4
Pliego	3.207	100,0	Santomera	9.921	100,0
Puerto Lumbreras	11.018	100,0	Alcázares, Los	5.612	83,3
Ricote	1.605	87,5			
San Javier	17.025	100,0	Total Región	1.127.772	92,8
San Pedro del Pinatar	14.295	100,0			

Tabla 1. Comparación del consumo de frutas y verduras (F y V) en gramos dia entre la cobode EPIC y otros estudios

Estudio	Fecha	País/Región	Método*	N**	F y V (gr/día)
EPIC-Murcia	1992-96	Murcia	HD	8523	673
EPIC-España	1992-96	Granada, Navarra,			
		Asturias, Guipuzcoa	HD	32924	551
Violan et al.	1990	Murcia	R24H	2014	643
Moreno-Sueskun	1989-90	Navarra	HD	353	600
Aranzeta et al.	1988-89	País Vasco	FFQ+R24H*2	2348	504
Ferro-Luzzi	1985	Sur de Italia	Hojas B.A.	10000	507
Collet-Ribbing	1991	Francia	Lista de la C.	6400	317
Subar et al.	1991	USA	FFQ	2811	272
Serdula et al.	1990	USA(16 estados)	FFQ	23699	304
Krebs-Smith et al.	1989-91	USA	R24H*3	8181	344

^{*;} HD: historia de dieta. R24H: recuerdo de 24 horas. FFQ: cuestionario de frecuencia alimentaria. Hojas de B(balance) A(alimentario). Lista de la compra. **N: número de individuos. Fuente: ver referencia número 5

Tabla 2. Frecuencia de consumo de verduras congeladas (%) en l cohorte EPIC-MURCIA según grupo de edad

	Verduras congeladas			
	< 40-44 años	45-54 años	55-65+ años	
Siempre	1,4	0,9	0,7	
Frecuentemente	11,3	10,6	8,3	
A veces	37,4	38,5	33,6	
Casi nunca	31,9	31,9	30,6	
Nunca	18,0	18,1	26,8	

Fuente: Proyecto EPIC.

Tabla 3: Lista de alimentos que suponen el 75% de la ingesta de verduras y el 70% de la ingesta de frutas en la cohorte FPIC-Murcia

Verduras	Porcentaje	Porcentaje acumulado	Frutas	Porcentaje	Porcentaje acumulado
Tomate	28,7	28,7	Naranja	31	31
Lechuga	16,6	45,3	Manzana	14	45
Judías verde	es 11,6	56,9	Pera	8,5	53,5
Cebolla	7,2	64,1	Melocotón	7,9	61,4
Alcachofa	6,5	70,6	Zumo de nara	anja 5,0	66,4
Acelga	4,8	75,4	Melón	3,4	69,8

Fuente: Proyecto EPIC.

das siempre o frecuentemente en la cohorte EPIC-Murcia es bajo, y disminuye con la edad. Más del 50% de los individuos nunca o casi nunca las consumen (tabla 2).

Los alimentos que suponen más del 70% del total del consumo de frutas y verduras son alimentos que tradicionalmente se han cultivado en la zona (tabla 3). Son típicos los tomates y lechugas que representan el 45% del consumo de verduras y las naranjas que suponen casi un tercio del consumo de frutas. Las frutas consumidas son en un 88% frescas. El resto, lo componen los zumos

(8%), las olivas (3%) y los frutos secos y semillas (2%). De todas las frutas frescas, el 39% son cítricos.

El aceite de oliva representa, para el total de la muestra, el 80% de consumo de aceites vegetales en los varones y el 82% en las mujeres, proporcionando respectivamente el 7% y el 8% de las calorías totales consumidas. En la cohorte EPIC-España, se observa un gradiente creciente norte-sur, alcanzando el aceite de oliva mas del 90% del consumo de aceites vegetales en Granada y menos del 60% en Guipúzcoa, situándose en Murcia sobre el 80%⁶.

Comentarios

Murcia presenta una tasa de incidencia global por cáncer respecto a Europa intermedia-baja para los hombres y baja en las mujeres. También presenta baja mortalidad por infarto agudo de miocardio y la esperanza de vida es elevada. Así, en la Región de Murcia (1995) la esperanza de vida al nacer fue de 82 años en las mujeres y de 78 en los hombres; en contraste con la de Holanda (1994) que fue de 80 años en las mujeres y de 75 años en los hombres.

La cohorte EPIC-Murcia está formada por individuos de 35 a 65 años, por tanto los datos anteriormente expuestos hacen referencia a este grupo de edad. Sin embargo, en un estudio sobre conductas relacionadas con la salud en la población escolarizada de la Región de Murcia⁷ en adolescentes de 11 a 16 años observan, con respecto al consumo de alimentos específicos, las siguientes variaciones. A mayor edad desciende el consumo de leche, verduras y hortalizas, fruta y mantequilla/margarina y aumenta el de carne de animales terrestres, hamburguesas, perritos y pescados.

Por tanto, es necesario fomentar la dieta mediterránea en todos los niveles de actuación posible.

Grupo EPIC-Murcia. Servicio de Epidemiología. Dirección General de Salud Pública.

Bibliografía

- Cohorte EPIC-Murcia: ¿Diferente a la población general?. Bol Epidemiol Murcia 1997;18:53-56.
- A. Keys. Seven Countries. A multivariate analysis of death and coronary heart disease, Cambridge, MA:Harvard University Press, 1980.
 Willet W, Sacks F, Trichopoulou A, et al.
- Willet W, Sacks F, Trichopoulou A, et al. Mediterranean diet pyramid: a cultural model for healthy eating. Am J Clin Nutr 1995; 61(suppl)1408-68.
- Violan C, Stevens N, Molina F. Encuesta de alimentación en la población adulta de la Región de Murcia. Consejería de Sanidad. 1991.
- Agudo A, Amiano P, Barcos A, et al. Dietary intakes of vegetables and fruits in five regions of Spain. Eur J Clin Nutr 1999; 53:174-180.
- Grupo EPIC en España. Patrones de consumo y principales fuentes de ingestión de lípidos y ácidos grasos en la cohorte española del Estudio Prospectivo Europeo sobre Dieta y Cáncer (EPIC). Med Clin (Barc) 1999; 112:125-132.
 Ordoñana, J.R, Gutiérrez, J.J. Estudio
- Ordonana, J.H., Gutierrez, J.J. Estudio sobre conductas relacionadas con la salud en la población escolarizada de la Región de Murcia. Curso 1993/94. Consejería de Sanidad. 1997.

Suscripción: Envío gratuito, siempre que sea dirigido a cargo oficial. Solicitudes: Servicio de EPIDEMIOLOGÍA Dirección General de Salud Pública, Consejería de Sanidad y Consumo Ronda de Levante, 11. MURCIA 30008 (Correo electrónico: bolepi@carm.es)