

# Boletín Epidemiológico de Murcia



Región de Murcia  
Consejería de Sanidad  
Dirección General de Salud

Vol. 12 Nº 489. Págs. 44-47

Datos correspondientes a las semanas nº 17 y 18

Período comprendido entre el 22 de abril al 5 de mayo de 1990

Servicio de Epidemiología - Ronda Levante, 11. 30008-MURCIA - Telfs.: 36 20 00 / 36 20 39

## DIETA MEDITERRANEA Y SALUD TENDENCIA DEL CONSUMO DE ALIMENTOS EN LA REGION DE MURCIA

### INTRODUCCION

Cada vez es mayor el énfasis puesto en la dieta como un factor importante para la salud. En los últimos años se ha constatado la relación entre ésta y dos de las principales causas de mortalidad en los países desarrollados, el cáncer y las enfermedades cardiovasculares (1). En este sentido, la llamada «dieta mediterránea», compuesta, principalmente, por aceite de oliva, hortalizas, verduras, legumbres, pescado y cereales, y en menor medida por carnes y productos lácteos, parece tener efectos beneficiosos sobre el organismo si lo comparamos con la dieta típica de países más al Norte, donde la incidencia de enfermedades cardiovasculares y algunos tipos de cáncer es mayor.

Sin embargo, durante los últimos 15 años, se han detectado en España cambios en los hábitos alimenticios tendentes a una aproximación a la llamada «dieta occidental» (2), caracterizada por un mayor consumo de productos cárnicos, leche y derivados lácteos, platos preparados, productos industriales, etc... En este sentido es importante conocer si en la Región de Murcia podría estar dándose una tendencia similar.

### TENDENCIA DEL CONSUMO DE LOS PRINCIPALES GRUPOS DE ALIMENTOS

Aunque no existen aún datos concluyentes, de acuerdo con datos del INE (3, 4), durante el período que va de 1965 a 1981 ha aumentado considerablemente el consumo de leche líquida (223.8%), carnes (165.9%), pescados (54.7%), frutas (56.4%) y huevos (37.2%). Otros productos, como aceites vegetales (16.2%) o azúcar (15.6%), han conocido un incremento más moderado. Por otro lado, se observa un acusado descenso en el consumo de cereales (36.8%)\* y legumbres (26.9%), mientras que el consumo de verduras (+0.8%) se mantiene dentro de unos valores similares (Tabla 1).

Por otra parte, en el período que va desde 1981 hasta 1988, se ha mantenido, en España, el descenso en el consumo de ciertos alimentos típicamente mediterráneos. Debido a las diferentes metodologías utilizadas por el INE y el Ministerio de Agricultura, Pesca y Alimentación, y a la falta de los datos cuantitativos necesarios resulta imposible, por el momento, realizar un análisis del consumo en nuestra Región durante este período (6, 7).

\* Este descenso en el consumo de cereales es atribuible, prácticamente en su totalidad, al pan. Otros alimentos incluidos en esta categoría, como son el arroz y las pastas muestran tan solo ligeras variaciones (-1.3% y +3.35% respectivamente).

**TABLA 1:**  
Consumo de alimentos por persona y día  
(en gramos, excepto cuando se indica lo contrario)  
en la Región de Murcia.  
Comparación entre 1964-5 y 1980-1

	Consumo por persona/día 1964-5	Consumo por persona/día 1980-1	Porcentaje de variación
Cereales y derivados	444.10	280.76	- 36.8%
Leche líquida (DL.)	0.88	2.85	+ 223.8%
Huevos	27.0	37.04	+ 37.2%
Azúcar	35.06	40.54	+ 15.6%
Aceites vegetales (DL.)	0.68	0.79	+ 16.2%
Verduras	489.86	493.67	+ 0.8%
Legumbres	40.0	29.25	- 26.9%
Frutas	185.2	289.65	+ 56.4%
Carne y productos cárnicos	38.49	102.36	+ 165.9%
Pescado	31.23	48.31	+ 54.7%

Fuentes: — Encuesta de Presupuestos Familiares 1980-1981  
— Encuesta de Presupuestos Familiares  
(Marzo 1964 - Marzo 1965).  
— Elaboración propia.

### CONSUMO DE ENERGIA Y MACRONUTRIENTES

Atendiendo al consumo de energía y macronutrientes (Tabla 2), se observa que el 40.17% y el 46.50% de las kilocalorías de la dieta murciana provienen de lípidos e hidratos de carbono respectivamente (3). Esto supone que la dieta se encuentra desequilibrada, con un elevado consumo de lípidos y un bajo consumo de hidratos de carbono (como referencia utilizaremos las recomendaciones en el Reino Unido sobre necesidades nutritivas diarias en una persona adulta con actividad ligera: Proteínas -11%; Grasas -31%; Carbohidratos -50% (5)). Por otro lado, teniendo en cuenta que la ingesta recomendada de energía por persona y día para la población adulta española es de 2.311 kcal. de media, tenemos que tanto a nivel nacional como regional los niveles recomendados son superados ampliamente (31.84% y 40.23% respectivamente).

A pesar de ello, habría que tener en cuenta que la Región de Murcia mantiene ciertas diferencias en materia de alimentación con respecto al conjunto español. En la Tabla 2 se observa, por ejemplo que, aunque la dieta murciana incluye más cantidad de energía que la española (+ 6.3%), se acerca más a la llamada dieta mediterránea, debido prin-

Situación regional de las enfermedades de declaración obligatoria de la semana 17 (del 22 al 28 de abril de 1990). Resultados provisionales.

Enfermedades (según lista de EDO) O. 28-11-1989	Código C.I.E.-O.M.S. (1975)	Casos declarados semana 17		Casos acumulados semana 17		Mediana 85-89	
		1990	1989	1990	1989	Semana 17	Acumul.
Fiebre tifoidea	002	2	2	11	42	2	35
Disenteria	004	0	0	1	0	0	4
Toxi-infecc. alimentaria	003-005	0	14	39	78	7	112
Procesos diarreicos	006-009	1.560	1.663	24.863	24.926	1.511	23.538
I.R.A. inf. resp.	460-466	12.254	14.410	259.155	272.077	11.444	239.972
Gripe	487	814	1.051	98.789	87.117	1.971	87.117
Neumonía	480-486	56	95	1.412	1.696	65	1.343
Tuberculosis respiratoria	011,012	3	6	83	97	3	73
Sarampión	055	4	103	32	521	33	172
Rubeola	056,771,0	17	13	204	167	41	382
Varicela	052	319	329	3.282	4.064	523	4.551
Escarlatina	034	4	3	44	36	4	104
Brucelosis	023	0	4	7	31	1	32
Sífilis	091	0	0	5	9	2	16
Infección Gonocócica	098,0,098,1	0	2	14	33	5	88
Infección meningocócica	036	2	4	32	51	4	51
Hepatitis	070	3	9	161	122	9	187
Parotiditis	072	11	11	113	376	15	376
Tosferina	033	1	4	21	43	4	130
4 Otras meningitis	047,9,320,8	1	2	19	36	2	25
4 Otras tuberculosis	013-018	2	0	13	12	0	6
3 Otras E.T.S.	099,131,0	11	44	265	429	19	240

3 Datos correspondientes al último trienio. 4 Datos correspondientes al último cuatrienio.

Distribución por Areas de Salud, de los casos de enfermedades de declaración obligatoria (semana 17 de 1990)

Areas de Salud	Murcia	Cartagena	Lorca	Noroeste	Altiplano	Oriental	Mun. Murcia	Mun. Cartagena
Población (padrón 1986)	387.626	249.598	119.467	65.497	47.643	144.364	309.504	168.809
Tasa: 1 caso/100.000 h.	0,25	0,40	0,83	1,52	2,09	0,69	0,32	0,59
Cobertura semana	74,3	64,6	62,9	97,1	100,0	93,7	67,1	48,4
Enfermedades acumulación	75,0	57,8	67,9	95,8	96,1	93,4	69,4	36,7
Fiebre casos	0	2	0	0	0	0	0	0
Tifoidea acumulación	1	3	1	2	1	3	1	0
Disenteria casos	0	0	0	0	0	0	0	0
acumulación	0	1	0	0	0	0	0	0
Toxi-infecc. casos	0	0	0	0	0	0	0	0
Alimentaria acumulación	19	4	0	13	2	1	13	0
Procesos casos	680	401	103	88	94	194	570	272
Diarreicos acumulación	10.309	5.656	1.598	1.592	2.369	3.339	8.419	3.149
I.R.A. casos	4.489	2.746	1.009	857	1.063	2.090	3.267	1.353
ln. resp. aguda acumulación	102.690	46.644	24.307	20.559	21.870	43.085	79.048	16.954
Gripe casos	360	86	127	91	23	127	327	43
acumulación	33.284	18.685	17.739	8.737	3.957	16.387	20.669	8.773
Neumonía casos	27	6	3	5	9	6	22	5
acumulación	546	309	47	136	113	261	387	173
Tuberculosis casos	1	2	0	0	0	0	1	1
Respiratoria acumulación	27	28	10	3	0	15	26	14
Sarampión casos	1	1	1	0	0	1	1	0
acumulación	7	10	10	1	0	4	1	3
Rubeola casos	6	7	0	1	1	2	4	5
acumulación	84	40	53	7	4	16	56	16
Varicela casos	103	76	20	8	39	73	51	49
acumulación	959	655	451	87	348	782	560	214
Escarlatina casos	0	1	0	0	1	2	0	0
acumulación	9	5	0	8	3	19	7	0
Brucelosis casos	0	0	0	0	0	0	0	0
acumulación	2	1	3	0	1	0	1	1
Sífilis casos	0	0	0	0	0	0	0	0
acumulación	3	1	0	0	0	1	3	1
Infección casos	0	0	0	0	0	0	0	0
Gonocócica acumulación	4	2	2	0	0	6	1	0
Infección casos	0	2	0	0	0	0	0	1
Meningocócica acumulación	15	7	1	0	1	8	11	6
Hepatitis casos	2	0	0	0	0	1	2	0
acumulación	81	23	5	10	6	36	76	13
Parotiditis casos	4	6	0	0	0	1	3	5
acumulación	36	29	7	7	2	32	30	18
Tosferina casos	0	0	0	0	0	1	0	0
acumulación	3	1	2	9	0	6	3	0
Otras casos	1	0	0	0	0	0	0	0
Meningitis acumulación	13	2	1	0	1	2	2	0
Otras casos	2	0	0	0	0	0	2	0
Tuberculosis acumulación	6	3	1	0	0	3	6	2
Otras E.T.S. casos	3	5	0	1	0	2	2	2
acumulación	69	69	10	22	3	92	50	25

Situación regional de las enfermedades de declaración obligatoria de baja incidencia, correspondiente a la semana 17 de 1990

Enfermedades (según lista de EDO) O. 28-11-1989	Código C.I.E.-O.M.S. (1975)	Casos declarados semana 17		Casos acumulados semana 17	
		1990	1989	1990	1989
Carbunco	022	0	0	1	0
Fiebre Exant. Mediterránea	082.1	0	0	2	2
Fiebre Reumática	390-392	1	2	26	64

De las restantes enfermedades no se ha recibido ninguna notificación en este año

Situación regional de las enfermedades de declaración obligatoria de la semana 18 (del 29 de abril al 5 de mayo de 1990). Resultados provisionales.

Enfermedades (según lista de EDO) O. 28-11-1989	Código C.I.E.-O.M.S. (1975)	Casos declarados semana 18		Casos acumulados semana 18		Mediana 85-89	
		1990	1989	1990	1989	Semana 18	Acumul.
Fiebre tifoidea	002	2	1	13	43	3	40
Disenteria	004	0	0	1	0	0	4
Toxi-infecc. alimentaria	003-005	0	0	39	78	4	120
Procesos diarreicos	006-009	1.359	1.582	26.222	26.508	1.435	24.973
I.R.A. inf. resp.	460-466	11.154	13.812	270.309	285.889	10.880	249.678
Gripe	487	643	660	99.432	87.777	1.352	87.777
Neumonía	480-486	41	66	1.453	1.762	58	1.401
Tuberculosis respiratoria	011,012	8	9	91	106	5	78
Sarampión	055	1	100	33	621	41	225
Rubeola	056,771.0	27	19	231	186	41	423
Varicela	052	306	536	3.588	4.600	536	5.107
Escarlatina	034	6	0	50	36	16	120
Brucelosis	023	1	1	8	32	3	35
Sífilis	091	0	0	5	9	1	16
Infección Gonocócica	098,0,098.1	0	1	14	34	3	89
Infección meningocócica	036	2	1	34	52	1	52
Hepatitis	070	3	6	164	128	8	201
Parotiditis	072	9	12	122	388	13	388
Tosferina	033	0	3	21	46	3	132
4 Otras meningitis	047,9,320.8	2	4	21	40	2	28
4 Otras tuberculosis	013-018	0	0	13	12	0	6
3 Otras E.T.S.	099,131.0	9	29	274	458	29	282

3 Datos correspondientes al último trienio. 4 Datos correspondientes al último cuatrienio.

Distribución por Areas de Salud, de los casos de enfermedades de declaración obligatoria (semana 18 de 1990)

Areas de Salud	Murcia	Cartagena	Lorca	Noroeste	Altiplano	Oriental	Mun. Murcia	Mun. Cartagena
Población (padrón 1986)	387.626	249.598	119.467	65.497	47.643	144.364	309.504	168.809
Tasa: 1 caso/100.000 h.	0,25	0,40	0,83	1,52	2,09	0,69	0,32	0,59
Cobertura semana	77,2	64,6	62,9	94,1	95,8	90,0	70,3	47,3
Enfermedades acumulación	75,1	58,2	67,7	95,8	96,1	92,1	69,4	37,3
Fiebre tifoidea casos	0	1	0	0	0	1	0	0
Tifoidea acumulación	1	4	1	2	1	4	1	0
Disenteria casos	0	0	0	0	0	0	0	0
Disenteria acumulación	0	1	0	0	0	0	0	0
Toxi-infecc. alimentaria casos	0	0	0	0	0	0	0	0
Alimentaria acumulación	19	4	0	13	2	1	13	0
Procesos diarreicos casos	625	306	69	67	99	193	523	165
Diarreicos acumulación	10.934	5.962	1.667	1.659	2.468	3.532	8.942	3.314
I.R.A. casos	4.112	2.647	904	724	955	1.812	2.899	1.239
In. resp. aguda acumulación	106.802	49.291	25.211	21.283	22.825	44.897	81.947	18.193
Gripe casos	336	51	48	88	22	98	309	17
Gripe acumulación	33.620	18.736	17.787	8.825	3.979	16.485	20.978	8.790
Neumonía casos	21	3	2	3	5	7	14	3
Neumonía acumulación	567	312	49	139	118	268	401	176
Tuberculosis Respiratoria casos	2	1	0	1	0	4	2	1
Respiratoria acumulación	29	29	10	4	0	19	28	15
Sarampión casos	0	0	1	0	0	0	0	0
Sarampión acumulación	7	10	11	1	0	4	1	3
Rubeola casos	23	3	1	0	0	0	18	2
Rubeola acumulación	107	43	54	7	4	16	74	18
Varicela casos	108	61	17	12	26	82	70	32
Varicela acumulación	1.067	716	468	99	374	864	630	246
Escarlatina casos	2	1	0	0	1	2	2	0
Escarlatina acumulación	11	6	0	8	4	21	9	0
Brucelosis casos	0	1	0	0	0	0	0	1
Brucelosis acumulación	2	2	3	0	1	0	1	2
Sífilis casos	0	0	0	0	0	0	0	0
Sífilis acumulación	3	1	0	0	0	1	3	1
Infección Gonocócica casos	0	0	0	0	0	0	0	0
Infección Gonocócica acumulación	4	2	2	0	0	6	1	0
Infección Meningocócica casos	0	0	0	0	0	2	0	0
Infección Meningocócica acumulación	15	7	1	0	1	10	11	6
Hepatitis casos	2	1	0	0	0	0	2	0
Hepatitis acumulación	83	24	5	10	6	36	78	13
Parotiditis casos	1	6	0	0	0	2	1	3
Parotiditis acumulación	37	35	7	7	2	34	31	21
Tosferina casos	0	0	0	0	0	0	0	0
Tosferina acumulación	3	1	2	9	0	6	3	0
Otras meningitis casos	1	1	0	0	0	0	1	0
Otras meningitis acumulación	14	3	1	0	1	2	10	2
Otras tuberculosis casos	0	0	0	0	0	0	0	0
Otras tuberculosis acumulación	6	3	1	0	0	3	6	2
Otras E.T.S. casos	4	3	0	0	0	2	1	0
Otras E.T.S. acumulación	73	72	10	22	3	94	51	25

Situación regional de las enfermedades de declaración obligatoria de baja incidencia, correspondiente a la semana 18 de 1990

Enfermedades (según lista de EDO) O. 28-11-1989	Código C.I.E.-O.M.S. (1975)	Casos declarados semana 18		Casos acumulados semana 18	
		1990	1989	1990	1989
Carbunco	022	0	0	1	0
Fiebre Exant. Mediterránea	082.1	0	0	2	2
Fiebre Reumática	390-392	2	0	28	64

De las restantes enfermedades no se ha recibido ninguna notificación en este año

**Porcentaje de declaración semanal (semana 17 de 1990)**

**Total Regional: 75'77**

Municipios con cobertura inferior al 80%

CAMPOS DEL RIO	0,00	LORCA	30,30
CARTAGENA	48,39	MURCIA	67,09
CEUTI	33,33		

**Porcentaje de declaración semanal (semana 18 de 1990)**

**Total Regional: 76'00**

Municipios con cobertura inferior al 80%

BLANCA	0,00	MURCIA	70,25
CARTAGENA	47,31	RICOTE	0,00
CEUTI	00,00	ULEA	0,00
LORCA	30,30		

principalmente a un mayor aporte de energía proveniente de cereales (+ 12.7%), verduras (+ 31.1%), leguminosas (+ 21.0%) y frutas (+ 10.6%), y una menor ingesta de huevos (- 17.8%) y carnes (- 9.5%). Sin embargo, otros aspectos menos deseables también son de destacar, como por ejemplo, el mayor consumo de azúcares (+ 10.6%) y bebidas alcohólicas (+ 11.87%). Por lo tanto, aunque se podría hablar de una evolución conjunta de la dieta dentro del Estado español, esto no significa que las tendencias observadas en el conjunto estatal sean extrapolables directamente a nuestra comunidad, sino que han de ser estudiadas dentro del marco de características propias de nuestra Región.

**TABLA 2:**  
**Consumo medio en el hogar, por persona y día, de energía y macronutrientes (1981)**

	Kilocalorias		Proteínas (Gr.)		Lípidos (Gr.)		Hidratos de Carbono (Gr.)	
	España	Murcia	España	Murcia	España	Murcia	España	Murcia
TOTA. ALIMENTACION	3.046.82	3.240.75	96.90	131.31	144.88	144.67	331.52	376.73
Kilocalorias			387.60	405.24	1303.92	1302.03	1326.08	1506.92
% del total Kc.			(12.72%)	(12.50%)	(42.80%)	(40.17%)	(43.52%)	(46.50%)
Cereales y derivados	782.85	882.52	21.53	24.13	6.22	6.36	170.48	193.83
Leche y derivados	310.45	306.57	16.95	16.95	17.35	17.03	16.80	23.15
Huevos	59.48	48.90	4.96	4.07	4.40	3.62	.00	.00
Azúcares	137.53	152.11	.00	.00	.00	.00	36.68	40.57
Grasas	713.07	724.79	.01	.01	79.23	80.54	.00	.00
Verduras	176.63	231.48	6.9*	8.72	94	97	37.8*	50.24
Leguminosas	74.89	90.65	4.9*	5.89	73	86	12.97	15.76
Frutas	115.38	127.67	1.70	1.84	1.69	2.66	24.84	24.85
Carne y productos cárnicos	373.21	337.82	29.11	29.53	29.30	24.16	.54	.63
Pescados	54.53	52.71	6.90	7.59	1.54	2.34	.38	.27
Bebidas alcohólicas	125.36	140.24	.25	.47	.50	.00	2.86	4.51
Vanos	123.45	145.26	1.67	2.10	4.19	5.79	21.34	22.92

Fuentes: — Encuesta de Presupuestos Familiares 1980-1981  
— Encuesta de Presupuestos Familiares (Marzo 1964-Marzo 1965)  
— Elaboración propia

**CONCLUSIONES**

A la vista de estos datos, se puede concluir que, aunque en menor medida que en el conjunto estatal, la dieta consumida en la Región de Murcia se aproxima, poco a poco, a un consumo alimentario de tipo «occidental». Esto conlleva un incremento en nuestra dieta de calorías y sobre todo proteínas de origen animal, aunque sin perder la personalidad mediterránea. De esta forma, podría estar abandonándose una forma tradicional de alimentación con marcadas ventajas nutricionales, en favor de una dieta más comercial y mejor adaptada a un ritmo de vida urbano, pero con notables inconvenientes para la salud. Esto justifica que la Dirección General de Salud de la Consejería de Sanidad de Murcia se proponga como objetivo la puesta en marcha de un Programa de Información sobre Alimentación, Nutrición y Promoción de la Dieta Mediterránea.

**U.T. Educación para la Salud**  
**Dirección General de Salud**

**REFERENCIAS**

- Martínez Álvarez, J.R.; Grasa de la dieta y enfermedad cardiovascular. *Jornadas Científicas sobre Nutrición y Salud humana*. Ministerio de Sanidad y Consumo. Madrid, 1990.
- I.N.E. *Encuesta de Presupuestos Familiares 1980-1981: Estudio sobre Nutrición*. Madrid, 1985.
- I.N.E. *Encuesta de Presupuestos Familiares 1980-1981*. Vol. III. Madrid, 1985.
- I.N.E. *Encuesta de Presupuestos Familiares (Marzo 1964 - Marzo 1965)*. Madrid, 1969.
- Tortuero, F. Algunos conceptos fundamentales de la nutrición y la alimentación. *Jornadas Científicas sobre Nutrición y Salud Humana*. Ministerio de Sanidad y Consumo. Madrid, 1990.
- I.N.E. *Encuesta Continua de Presupuestos Familiares: Resultados de 1988*. Madrid, 1989.
- Dirección General de Política Alimentaria. *Consumo alimentario en España. 1988*. Ministerio de Agricultura, Pesca y Alimentación. Madrid, 1989.

**BOLETIN QUINCENAL**

Suscripción: envío gratuito, siempre que sea dirigido a cargo oficial. Solicitudes: Servicio de EPIDEMIOLOGIA  
Dirección General de Salud, Consejería de Sanidad  
Ronda Levante, 11. MURCIA 30008