

DIETA MEDITERRÁNEA. CÁNCER DE COLÓN. El grupo dirigido por el Dr. Riboli, de la Agencia Internacional para la Investigación del Cáncer, en Lyon, Francia, ha investigado comparativamente riesgos de cáncer de colon en el Reino Unido y en el Sur de España, llegando a la conclusión que la gran diferencia de incidencia, desfavorable para el Reino Unido, se debe a los hábitos alimenticios. El consumo mediterráneo de frutas y verduras (400-500 gramos diarios) es un 50% superior al existente en el Reino Unido, donde, por el contrario, se consume una relativa alta cantidad de carnes rojas, con un alto contenido en grasas saturadas.