



Según un reciente estudio elaborado para Crianza de Nuestros Mares

Los jóvenes y las clases desfavorecidas, los colectivos que no llegan al consumo recomendado de pescado fresco

- Una encuesta realizada a más de medio millar de personas revela que hasta los 24 años la frecuencia de consumo de pescado fresco es de apenas 1,3 veces por semana
- Las clases medias y medias bajas no superan una cadencia de consumo de 1,7 raciones semanales de productos del mar frescos
- Las autoridades sanitarias recomiendan 3-4 raciones semanales de pescados para un estilo de vida saludable

(20 Feb-2019). Los productos acuáticos son un elemento indispensable para una dieta equilibrada. La **Dieta Mediterránea**, uno de los regímenes alimentarios que destaca por ser respaldado por parte de la comunidad científica y que ha logrado, entre otros reconocimientos, ser inscrita como Patrimonio Cultural Inmaterial de la Humanidad por parte de las Naciones Unidas, fija en los pescados blancos y azules uno de sus apartados principales.

El sello creado para reconocer a las doradas, corvinas y lubinas criadas en las aguas de nuestras costas, **Crianza de Nuestros Mares**, ha realizado un estudio para conocer, de primera mano, la realidad sobre el consumo en España de productos acuáticos. Para ello, ha contado con la empresa especializada en inteligencia de mercado **GfK**. Durante el pasado mes de diciembre, se ha procedido a la realización de este estudio, basado en la realización de 513 entrevistas a un universo representativo de la totalidad de la población española.

Colectivos sensibles

Una vez concluida la fase de campo, el escalado de las respuestas obtenidas durante las entrevistas ha puesto de manifiesto que **más de la mitad** de los ciudadanos de nuestro país, un 50,2 por ciento, **no consumen** las raciones de pescado a la semana que recomiendan las



Nota de Prensa

autoridades sanitarias, que establecen entre **3 y 4 el mínimo** para disfrutar plenamente de los beneficios saludables que nos aportan los productos del mar (*).

La investigación llevada a cabo por Crianza de Nuestros Mares ha puesto de manifiesto que hay tres grupos en los que el consumo de pescado es especialmente bajo. Se trata de los **jóvenes de hasta 24 años de edad**, que registran un consumo de **1,38 veces por semana**, y de las **clases media, media-baja y bajas**, con una ingesta media de **1,7 raciones** de pescado fresco semanales. Los **hogares sin hijos**, por su parte, también se encuentran entre los colectivos más alejados de las recomendaciones sanitarias, puesto que mantienen un consumo de **1,46 veces por semana**.

Los productos de la acuicultura y de la pesca son un elemento fundamental dentro de una dieta equilibrada y saludable. Las cantidades que se consumen en la actualidad ponen de manifiesto la pérdida del patrón alimentario de la **Dieta Mediterránea**, tradicionalmente presente en nuestro país, y la necesidad de implementar políticas activas que fomenten un mayor peso específico de estos alimentos en nuestra cesta de la compra.

Fuente: Ministerio de Sanidad, Consumo y Bienestar Social - Estilos de vida saludable

<http://www.estilosdevidasaludable.mscbs.gob.es/alimentacionSaludable/queSabemos/enLaPractica/tablaPlanificacion/planificaciones/home.htm>

Más información

ramon.arias@agrfoodmarketing.com

FB: [crianzadenuestrosmares](#)

IG: [crianzadenuestrosmares](#)

www.crianzadenuestrosmares.com

TT: [@Nuestros_Mares](#)

www.youtube.com/channel/UCYGaazvGqtLUkDFBGcz8FpA