



Los productos acuícolas, fuente de frescura y calidad

Los productos acuáticos son actualmente una de las fuentes de proteína animal más importantes del mundo y, según las estadísticas de la FAO, la contribución de la acuicultura al suministro mundial de pescado y marisco está en continuo crecimiento, suponiendo una fuente de proteína animal saludable y bastante accesible para una sociedad en crecimiento.

El marisco y sus derivados son productos con unas características nutricionales muy buenas para los humanos, pues son ricos en proteínas, contienen ácidos grasos omega-3 y omega-6, minerales y vitaminas, recomendándose normalmente una ingesta de 3-4 raciones por semana (125-150gr/ración) siendo fuentes de alimentos naturales, saludables y fácilmente digeribles.



Es importante recordar que el pescado, no obstante, es uno de los productos frescos más perecederos que podemos encontrar, pues comienza a deteriorarse después de su captura y sacrificio y si el consumidor va a adquirir pescado fresco, debe tener en cuenta que el producto debe contar

con unas características organolépticas y físicas que garanticen su frescura y calidad. Y, entre ellos, destacamos:

Como norma general, los pescados deben presentar un aspecto limpio, con la piel húmeda y brillante y sin malformaciones. Las agallas deben ser de color oscuro y brillante, estando sus láminas limpias (sin mucosidad) y separadas. Igualmente, los ojos deben ser brillantes y salientes, siendo la córnea transparente y sin mucosidad. La textura de la carne debe ser firme y elástica de manera que al presionarla se vuelve rápidamente a la posición inicial, con la pared abdominal íntegra y firme. Adicionalmente, presentan un agradable olor a mar.





Otro aspecto a considerar a la hora de adquirir productos acuáticos es la información que se facilita al consumidor, pues existen diversas normativas que garantizan que el producto cumple con nuestras exigencias. Entre ella se encuentra:

- La denominación comercial y científica de la especie.
- El método de producción; es decir, si procede la pesca extractiva, acuicultura, marisqueo, etc.
- El nombre y/o la identificación de la zona de captura o de cría, sabiendo así su procedencia.
- El método de presentación y/o tratamiento; por ejemplo, para el producto fresco puede indicarse c/c (con cabeza), fl (fileteado), etc. En el caso de los productos congelados debe aparecer la mención "congelado".
- También se ha incorporado la obligación de indicar el arte de la pesca utilizada, aunque este requisito es sólo para los productos de la pesca extractiva.

Los productos acuícolas cumplen con todos estos requisitos y por ello son cada vez más usuales y abundantes en la cesta de la compra, caracterizándose por su calidad y frescura. Además de tener todas las garantías sanitarias, tienen una serie de ventajas que las hacen muy interesantes para los consumidores:

- Está disponible para su captura y venta en todo momento.
- Se pesca según pedido, por lo que no hay que conservarlo o almacenarlo, garantizando la máxima frescura.
- Las poblaciones son de tamaño homogéneo y existen diferentes tallas entre las que elegir, pudiendo elegir aquellas que más se adapten a nuestras necesidades.
- La disponibilidad del producto hace que los precios sean asequibles y moderadamente constantes, facilitando su inclusión en la cesta de la compra.





Hay que destacar que la acuicultura, como fuente de estos alimentos, es una **Actividad Sostenible** porque se realiza mediante prácticas que minimizan los impactos negativos sobre el entorno y se hacen continuos esfuerzos para mejorar el rendimiento acuícola a través de una gestión ambientalmente respetuosa, socialmente responsable y económicamente rentable, principios fundamentales de la definición de sostenibilidad y del desarrollo sostenible.



Y la actividad acuícola que se desarrolla en España, y especialmente en Andalucía, contribuye a:

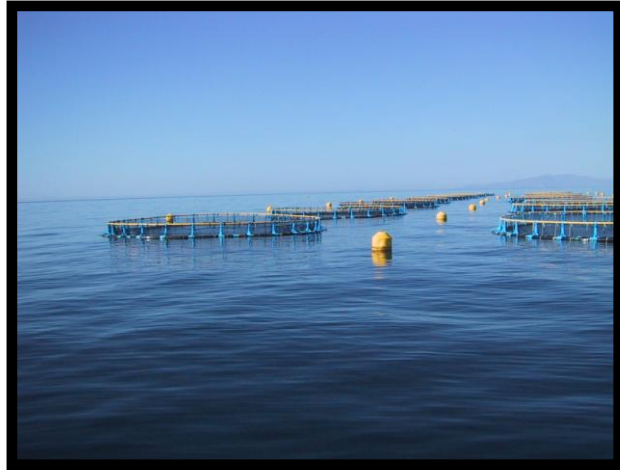
- Aportar alimentos ricos en proteínas, aceites, vitaminas y minerales básicos para una **dieta saludable**.
- Ofrecer más oportunidades de **empleo**.
- Favorecer la **seguridad alimentaria** y, por tanto, la salud de las personas.
- Promover el desarrollo económico con **el mínimo impacto ambiental**.
- Favorecer la **conservación de espacios naturales** y de la biodiversidad de las comunidades que habitan en las zonas húmedas gracias al manejo sostenible de las explotaciones.





Nuestros productos son **Sanos y Saludables** porque están controlados por veterinarios y profesionales técnicos cualificados a lo largo de todo su ciclo de vida; es decir, desde que nacen hasta que se pescan y sacrifican para su distribución en los mercados.

Las empresas acuícolas trabajan en la prevención de enfermedades y en la mejora del bienestar animal a través de programas sanitarios coordinados y aprobados por la administración que promueven la vacunación de los animales, el uso responsable de los medicamentos veterinarios, los controles veterinarios periódicos o la formación, entre otras muchas medidas dirigidas a ofrecer las **máximas garantías a los consumidores.**



Adicionalmente, los productos acuícolas, y en general los pesqueros, desempeñan un papel fundamental en la nutrición al representar una fuente valiosa de nutrientes y micronutrientes sumamente importantes para obtener dietas diversificadas y saludables. Contienen muchos de los minerales y las vitaminas necesarios para subsanar algunas

de las deficiencias nutricionales más graves y generalizadas.

Muchos pescados son una fuente de ácidos grasos omega 3 de cadena larga, que contribuyen al desarrollo visual y cognitivo de los seres humanos y también proporcionan minerales esenciales, como el calcio, el fósforo, el zinc, el hierro, el selenio y el yodo, así como vitaminas A, D y B y son beneficiosos para la prevención de enfermedades cardiovasculares o los accidentes cerebrovasculares.





Y, por supuesto, nuestros productos son **Sabrosos**, porque la excelente calidad y la amplia variedad de productos existentes hacen que puedan ser cocinados con numerosas técnicas y presentarse a la mesa con ilimitadas elaboraciones. Suelen formar parte de las recetas locales y tradicionales de numerosos pueblos y ciudades de nuestra geografía y, además, en la Dieta Mediterránea – reconocida por la UNESCO como uno de los elementos de la Lista Representativa del Patrimonio Cultural Inmaterial de la Humanidad– se recomienda consumir pescado en abundancia porque, además, aporta beneficios nutricionales a nuestro organismo.

Por todo ello podemos decir que los productos acuícolas son la mar de saludables, sabrosos y sostenibles y que **"En Confianza, Pescado de Crianza"**.

Este es un mensaje de la Asociación de Empresas de Acuicultura Marina de Andalucía en el marco de una acción que se encuentra subvencionada por la Consejería de Agricultura, Pesca y Desarrollo Rural de la Junta de Andalucía por resolución de 23 de abril de 2019 como organización representativa del sector pesquero andaluz (acuicultura).

