

HÁBITOS DE CONSUMO

# Lejos del kilo de pescado a la semana

Un estudio detecta que la mitad de la población no consume las 3 o 4 raciones recomendadas

A. BUÍNCAS  
REDACCIÓN / LA VOZ

De sobra es conocida la poca frecuencia de los niños por comer pescado. Sea por las espinas, por la piel, por el sabor, por el aspecto, sea por... un misterio. Hacer que un menor cumpla con las recomendaciones de las autoridades sanitarias de comer tres o cuatro raciones de pescado a la semana es un auténtico suplicio. Y ese rechazo no se supera siquiera con la adolescencia, sino que se prolonga unos años más. Hasta un lustro después de haber soplado las velas de la mayoría de edad parece que no se produce ese cambio en las papilas gustativas de los chavales. Es lo que se deduce del estudio elaborado por Crianza de Nuestros Mares, el sello creado por la patronal de la acuicultura para distinguir las doradas, corvinas y lubinas criadas en aguas españolas de las cultivadas en otras aguas del Mediterráneo. Ese trabajo, realizado por la consultora GfK en diciembre pasado y basado en una encuesta realizada a más de medio millar de personas, deja al descubierto que, hasta los 24 años, los jóvenes apenas comen pescado fresco un día a la semana (1,3 para ser estadísticamente exactos). Una frecuencia muy pobre para una población que presume de seguir una dieta equilibrada como es la mediterránea, inscrita como patrimonio cultural inmaterial de la humanidad por parte de la ONU y que tiene entre sus pilares el pescado, tanto blanco como el azul.

El bajo consumo de los jóvenes no es el único síntoma que infunde desaliento entre pescadores, acuicultores y pescaderos. Y es que, según ese estudio, más

de la mitad de la población, un 52,2 % para ser exactos, no consumen esas 3 o 4 raciones recomendadas en los buenos hábitos saludables. Esas cantidades vienen a significar entre 750 y un kilo de pescado a la semana, teniendo en cuenta que por ración se entienden porciones de 250 gramos.

En el plano negativo también se sitúa el dato constatado de que aquellos hogares de rentas medias y bajas registran un consumo medio de 1,7 raciones de pescado fresco cada siete días, lejos de las aconsejadas. Y que tampoco cumplen las sugerencias los hogares sin hijos, donde el menú semanal apenas contiene pescado un día y medio (1,46).

Jóvenes y hogares más desfavorecidos son los nichos en los que deben hacer mayor hincapié esas «políticas activas que fomenten un mayor peso específico del pescado en la cesta de la compra» que reclaman los promotores de Crianza de Nuestros Mares.

### Datos alentadores

Ahora bien, no todo es negativo en el análisis de las conclusiones de este trabajo. Hay un porcentaje importante de hogares en los que los menús incorporan pescado fresco dos o tres veces a la semana. Y se acercan al 9 % las familias en las que cocinan productos del mar frescos más de

*La frecuencia media de consumo crece hasta rozar los dos días por semana*

## EL CONSUMO DE PESCADO FRESCO EN ESPAÑA

En porcentaje

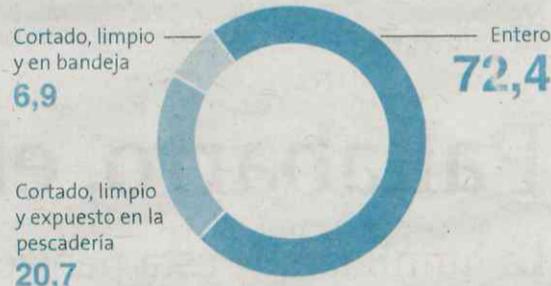
¿Con qué frecuencia se consume pescado fresco en su hogar?



¿En qué momento se consume pescado fresco en su hogar?



¿Cómo prefiere comprar el pescado fresco?



Fuente: GfK

L.P.B.

cuatro de los siete días. Eso sí, son pocos, del orden del 1,7 % de los consultados, los que día sí y día también comen pescado.

Oculto entre esos datos del estudio se percibe otro dato alentador. Y es que la frecuencia media ha crecido con respecto al año pasado y está a punto de alcanzar los dos días semanales: 1,9 jornadas de cada siete días.

*Un 1,7 % de los consultados come productos marinos un día sí y otro también*



La merluza es el pescado que más se consume en España. E. MOUZO

## QUÉ, CUÁNDO, CÓMO Y DÓNDE

# Un plato que se prefiere para la comida del mediodía

El estudio de GfK también ha planteado a sus 513 entrevistados —una treintena de ellos en Galicia— en qué momento del día prefieren consumir pescado. Y aunque la mayoría lo prefiere en el menú de la comida del mediodía, es también importante el número que opta por ingerirlo por la noche: el 40,5 % lo come y el 32,9 lo cena.

### PRESENTACIÓN

**Mejor, entero.** Cuando, ya ha quedado claro que mejor en la

comida. En cuanto al cómo se compra, el estudio encargado por Crianza de Nuestros Mares revela que la mayoría de los encuestados prefieren comprar la pieza entera. Esa es la forma de presentación en que lo adquieren el 72,4 % de los consultados. Un 20,7 %, sin embargo, prefiere llevarse cortado, limpio tras verlo expuesto en la pescadería, mientras que un 6,9 % lo mete en el cesto también, ya sin tripani cabeza, y en filetes o rodajas ya en bandeja.

### LUGAR DE COMPRA

**Más en el súper.** La mitad del pescado que se consume se compra en el supermercado. Estos son ya datos del Ministerio de Agricultura, Pesca y Alimentación, que ha constatado un retroceso de las familias que se proveen de productos marinos en la pescadería. Así, aunque continúa siendo el lugar al que acuden un 25 % de los consumidores, la afluencia ha caído un 7,4 % con respecto al año anterior.

### LA DEGUSTACIÓN

**Las espinas, mejor en casa.** Parece que lidiar con las espinas se da mejor en el hogar que fuera. Y es que la mayor parte del pescado que se consume en España (86 %) se come en casa. En la hostelería se consume el 13,2 %. Ahora bien, según los datos del ministerio, el consumo doméstico de pescado se reduce progresivamente en los últimos ocho años. No es de extrañar que el sector esté pidiendo a gritos campañas de apoyo.

### POR ESPECIES

**La merluza, pescado por antonomasia.** De esos 23,73 kilos que cada español consume al año, la mayor parte son merluza. Esta es la especie más comercializada en España, seguida de las sardinas, anchoas y boquerones, para continuar con el atún y el bonito antes de llegar a la trucha. Lengüado, bacalao y salmón son otros asiduos de los menús españoles, que se completan con la lubina, la dorada y el rodaballo, ya en otras posiciones.