



Conclusiones de la “IV Conferencia Internacional ARVI sobre el Futuro de la Pesca: La educación nutricional de hoy es la base de un futuro saludable”

Vigo, 22 de junio de 2017

Vigo, 22 de junio de 2017.- Tras las intervenciones de los ponentes Jogeir Toppe, Kayo Kurotani y el chef Pepe Solla en la “IV Conferencia Internacional ARVI sobre el Futuro de la Pesca” que, con el título: “*La educación nutricional de hoy es la base de un futuro saludable*”, se ha llevado a cabo esta mañana, puede concluirse que:

El 30% de la población mundial tiene deficiencias en micronutrientes (hierro, yodo, vitaminas, zinc, etc.). Así, por ejemplo, la ausencia de zinc hace que 800 mil niños mueran en el mundo cada año. Las partes del pescado que se desechan (espinas, pieles, etc.) podrían suplir o ayudar a suplir esta falta de micronutrientes si se aprovecharan adecuadamente estas partes.

Se estima que el 30% de los productos pesqueros que no se aprovechan son subproductos que podrían utilizarse para combatir la mala nutrición, ya que contienen elevados componentes indispensables para la salud.

El balance riesgo-beneficio de la ingesta de pescado demuestra que se pueden consumir más porciones semanales de este producto (por ejemplo, sería positivo una media de 7 porciones a la semana). Para este balance se debería medir la cantidad de omega 3, de selenio y de mercurio de cada especie, ya que el selenio y el omega 3 contrarrestan los niveles de mercurio.

Hay informes científicos que demuestran que el consumo de pescado en las mujeres gestantes aumenta 6 puntos el coeficiente intelectual (IQ) de sus hijos.

En Japón, la Ley Básica que rige el aprendizaje para comer de forma sana (*Shokuiku*) establece la existencia de asignaturas obligatorias de educación nutricional desde el ciclo de primaria. Esta educación permite que en los comedores escolares se puedan ofrecer menús, basados en una dieta equilibrada, por 33 euros al mes. Esta Ley Básica japonesa se basa en planes sometidos a una evaluación con periodicidad quinquenal.

En Japón se demostró que las personas que han seguido una dieta saludable tienen un porcentaje del 15% de longevidad superior a aquellas que no la han llevado a cabo.

se hace necesaria una colaboración entre el sector de la pesca, los investigadores y los profesionales de la cocina para mejorar la calidad del pescado.

Todos estos factores deberían abrir un debate entre las partes implicadas, que contribuyese a la implementación en España de una normativa que regule la educación nutricional y una dieta saludable.