



Más información:

Elisabet Carvajal

y Pepa Pérez 93 4342188// 646220268

Según la encuesta a 2.700 familias, a través del programa “Creix amb el Peix” del Gremi de Majoristes de Peix de Mercabarna, durante el curso 2010-2011

Las familias del área de Barcelona prefieren el pescado fresco, a la plancha y del mercado

Unos 5.000 alumnos participan éste curso en la actividad educativa “Creix amb el Peix” y visitarán el Centre Interactiu del Peix de Mercabarna

Barcelona, noviembre de 2011 .- Las familias de la demarcación de Barcelona consumen más pescado fresco que congelado, lo preparan todo a la plancha y lo compran en el mercado, especialmente los viernes y los sábados. En cuanto a las variedades, la merluza es la preferida y solo un 38% come 3 raciones de pescado a la semana, cantidad recomendada por la Dieta Mediterránea. Estas son algunas de las conclusiones que se extraen del estudio de tendencias de consumo, llevado a cabo, con una muestra de 2.700 familias, por el Gremio de Mayoristas de Pescado de Mercabarna (GMP) a través del programa educativo “Creix amb el peix” (www.creixambelpeix.org). Esta actividad educativa, iniciada el curso 2010-2011, está orientada a promover un mayor conocimiento sobre el pescado como alimento y sus beneficios para la salud. El año pasado participaron 4.489 escolares de la provincia de Barcelona y se espera que este curso llegue a los 5.000 participantes.

Del total de las familias encuestadas, sólo un 38% comen pescado 3 veces por semana, cantidad recomendada por la Dieta Mediterránea, el 50% lo hacen dos veces a la semana y el 12% menos de dos veces por semana. Según el mismo estudio, después de la participación de los niños a “Creix amb el peix” el consumo de pescado semanal entre las familias creció un 7,5%. En este sentido, Leandre Serra, presidente del Gremi de Majoristes del Peix de Mercabarna, pone de manifiesto el acierto de llevar a cabo acciones educativas como la de “Creix amb el peix” ya que “dando a conocer a los más pequeños la gran variedad de pescado y marisco que se puede comprar hace que se potencie el consumo y este se acerque más a las recomendaciones de los expertos en Dieta Mediterránea, que aconsejan comer pescado tres veces por semana”.



El programa educativo "*Creix amb el peix*" se inició el curso pasado con la participación de 4.489 niños y niñas, estudiantes de ciclo medio y superior de primaria y procedentes de las escuelas de Barcelona ciudad, área metropolitana y su demarcación. El programa incluye, entre otras actividades, la visita al Centre Interactiu del Peix, el CIP, <http://centreinteractiu-del-peix.org/>, un espacio museográfico, dedicado al pescado comercial, único en toda España, impulsado por el Gremi de Majoristes de de Barcelona i Província con la colaboración de Mercabarna.

Las encuestas se han hecho a las familias de los niños y las niñas que han participado en el programa durante el curso 2010 y 2011. El 40% de los niños que visitaron el CIP procedían de escuelas de Barcelona ciudad y el 60% restante de escuelas del resto de la demarcación de Barcelona. Para este curso escolar 2011-2012, ya está previsto que más de 5.000 niños y niñas participen en esta iniciativa educativa.

A la plancha y comprado en plaza

Según se desprende del estudio realizado por el Gremi de Majoristes de Peix de Barcelona i Província (GMP) sobre los hábitos de consumo de pescado y marisco entre las familias barcelonesas, estas habitualmente comen pescado cocinado a la plancha, aunque también lo consumen hecho al horno o frito. El lugar preferido para ir a comprar pescado y marisco, para aquellas familias que dan preferencia a la calidad del producto, es el mercado (40%), mientras que los que prefieren la comodidad lo hacen los supermercados (30%). El 60% compran producto fresco y lo suelen hacer a finales de semana, viernes o sábado, y un 20% los martes. El gasto en la compra de pescado es, para un 40% de los encuestados, entre 20 y 50 euros mensuales, mientras que un 30% se gasta de 50 a 80 euros.

Los resultados obtenidos antes de hacer la visita al CIP ponen de manifiesto que el 62% de las familias encuestadas tienen una ingesta de pescado semanal inferior a la recomendada por los expertos en una Dieta Mediterránea. De éstas, el 50% de las familias comen pescado dos veces por semana, dato inferior a la ingesta mínima recomendada es de 3 veces por semana, y sólo el 38% comen pescado y marisco 3 ó más veces por semana.

En cuanto al tipo de pescado consumido, las respuestas antes de que los más pequeños de la casa visitaran el Centre Interactiu del Peix de Mercabarna, vertieron poca variedad de pescado y marisco debido al desconocimiento, por parte de las familias, de la temporada en que es mejor comprar cada una de las diferentes especies de pescado y marisco, en cambio, cuando compran lo hacen por el convencimiento que el pescado es un alimento saludable, tiene buen gusto y la tienda no olía. Entre lo más consumido estaba la merluza (22%), el rape (11%) y el lenguado (9%), el pescado azul más consumido, en cualquier época del año fue el salmón, la sardina y el boquerón.



Datos después de la visita al CIP

Estos resultados se ven modificados en las respuestas que dan las familias después de que los niños hayan visitado el CIP, el programa "*Creix amb el peix*", y al final de la visita, hayan hecho una comida a base de pescado.

Las encuestas posteriores dan como resultado un incremento del 7,5% en el número de comidas a base de pescado y marisco. Si antes de la visita al CIP la mayoría de familias comían pescado 2 veces a la semana, después de ésta el 40% lo hace entre 2 y 3 veces por semana, ajustándose más a las recomendaciones de dieta saludable. El 20% de las familias afirma que come más pescado que antes y el 60% de estas responde que ha añadido el pescado a una comida más, mientras que cerca del 40% (representan el 15,02% del total de los encuestados) de las que han respondido que ahora comen más pescado que antes, han incrementado su ingesta en dos tomas más a la semana.

Otra de los datos que varía después de que los niños y las niñas hayan participado del programa "*Creix amb el peix*", es la variedad de pescado y marisco que llega a los hogares. Si en la anterior encuesta, la variedad más consumida era la merluza, ahora hay un 10% de familias que han empezado a consumir nuevas especies como panga, sardina, caballa, gamba, mejillón, boquerón, bogavante, atún, bacalao y cangrejos, entre otros. Algunas familias afirman haber cambiado también la manera de cocinar el pescado y el marisco introduciendo nuevas recetas que permiten cocinar este producto en el horno, a la plancha o enharinado y la sartén.

Finalmente, más del 20% de las familias encuestadas también han notado un cambio de actitud y de hábitos de consumo de pescado y marisco entre sus hijos e hijas. Los niños han aprendido más cosas relacionadas con el pescado y el marisco como sus beneficios para la salud, reconocer nuevas especies y están dispuesto a probarlas.

Creix amb el peix

"*Creix amb el peix*" es un programa educativo que comenzó en junio de 2010 en el Mercat Central del Peix de Mercabarna en el Centre Interactiu del Peix (CIP), primer proyecto de estas características en Cataluña y todo el Estado, nacido con una vocación educativa y divulgativa.

Los visitantes del CIP hacen un recorrido en el que se sigue el pescado y el marisco desde que se pescó hasta que llega a la mesa del consumidor pasando por la comercialización y manipulación del producto para la venta.

El objetivo de esta actividad es favorecer los hábitos alimentarios saludables entre los niños acercando el consumo de pescado y marisco a las recomendaciones de la Dieta mediterránea. Para ayudar a lograr este objetivo los niños y las niñas se familiarizan con la pirámide de los alimentos a través de actividades interactivas y viven en directo



procesos como el de depuración de mejillones y ostras y manipulación de pescado. Los niños que visitan el CIP y participan en el programa "Creix amb el peix" acaban su actividad con una comida en el que el pescado es el principal ingrediente.

Patrocinadores

"Creix amb el peix" es una actividad promovida por el Gemi de Majoristes del Peix de Barcelona i Província con la colaboración de Mercabarna y los siguientes patrocinadores:

FROM, Ministerio de Medio Ambiente, Medio Rural y Marino

Departament d'Agricultura, Ramaderia, Pesca, Alimentació i Medi Natural de la Generalitat de Catalunya

Fondo Europeo de la Pesca

Institut Municipal de Mercats de Barcelona

Asociación de Productores Mejilloneros Cabo Cruz

Asociación Nacional de Mayoristas de Pescado en Mercas

Bon Preu

Banc de Sabadell

Cambra de Comerç de Barcelona

Fundació La Caixa

Fundació Dieta Mediterrània

Gremi de Peixaters de Catalunya

Consejo de Productos del Mar de Noruega