

Opromar facilita el consumo de pescado con una app innovadora que ya recomiendan los nutricionistas

- *Una aplicación desarrollada por los armadores marinenses y la Fundación Española de la Nutrición fue presentada ayer en el Complejo Hospitalario Universitario de Santiago*
- *El proyecto, anunciado en Conxemar 2022, ya ha tomado cuerpo y permite a los usuarios acceder a la información de las especies, a su distribución y a las preparaciones, “al menos tres diferentes”, más saludables*

Santiago de Compostela, 29 de noviembre de 2023. Opromar - Organización de Productores de Pesca del Puerto y Ría de Marín- quiere ir un paso más allá del conocido aforismo ‘no le des un pez, ensáñale a pescar’. Y lo está haciendo ya poniendo a disposición de cualquier consumidor la manera de pescar a través del móvil, mediante una aplicación (App) que facilita el conocimiento profundo de las especies, su disponibilidad en los diferentes mercados y las formas de preparación que inciden en una dieta saludable. Todo al alcance de la mano. De ese aporte a la salud se habló durante la presentación de esta útil herramienta llevada a cabo en el Complejo Hospitalario Universitario de Santiago de Compostela (CHUS), teniendo como inmejorable público a nutricionistas y estudiantes y mostrando el desarrollo de una idea cuyo anuncio se realizó en la feria Conxemar del pasado año.

Todas las encuestas sobre el consumo alimenticio alertan desde hace años del abandono de la proteína marina -hasta un 25% en la última década-, a pesar de sus contrastados beneficios para el ser humano. De ahí que resulte clave facilitar al máximo el acceso al saludable pescado, de tal manera que entre sin dificultad en la dieta de una población con poco tiempo para comprar, elaborar y consumir. Nada más a mano que un móvil y nada más perceptivo de usar que esta novedosa aplicación, en la que los usuarios podrán acceder a toda la información nutricional y medioambiental de

cada especie, podrán resolver dudas sobre sus propiedades y podrán acceder a sencillas recetas, al menos tres, que potencian esas virtudes saludables sin olvidar el sabor.

La Fundación Española de la Nutrición ha sido el perfecto compañero de viaje de Opromar a la hora de convertir este ambicioso proyecto en una realidad. La motivación mercantilista queda siempre en segundo plano en una aplicación que pretende colaborar en una alimentación más equilibrada. Con sencillez, el usuario puede elegir una especie dentro de las de temporada y, una vez seleccionada, la aplicación le permite ahondar en su conocimiento o, ya directamente, acceder a las diferentes elaboraciones que se pueden realizar.

El objetivo es ir añadiendo un mayor número de especies al banco de datos de esta APP que ya cuenta con información de merluza, merluza negra, pez espada, tintorera, bacaladilla (lirio), jurel, caballa, anchoa, gallo, bacalao, rape y pota.

En el mismo acto de presentación, los presentes pudieron comprobar el fácil uso de la aplicación y conocerla en profundidad. Quedó así explicitado el beneficio que puede traer esta herramienta, que contará con el respaldo de los nutricionistas del sistema de salud público de Galicia. No en vano, es una forma más de generalizar una alimentación más sana echando mano de un recurso tan cercano para los gallegos como es el pescado.

Practicar la Dieta Atlántica, con todos los beneficios que conlleva para la salud, es ahora más fácil con esta aplicación de los armadores de Marín.

Asistentes e intervenciones

Juan Carlos Martín Fragueiro, director gerente de Opromar; Eloína Núñez, gerente del Área Sanitaria de Santiago y Barbanza, y Rosaura Leis, presidenta de la Fundación Española de la Nutrición y coordinadora de la Unidad de Nutrición Pediátrica del CHUS, fueron los encargados de participar en la “puesta de largo” de la aplicación “Al menos Tres”.

Martín Fragueiro destacó en su discurso los numerosos proyectos que desde hace años impulsa Opromar para recuperar las cifras de consumo de pescado. Entre estas iniciativas, señaló las dedicadas a los más pequeños

como SúperPeixiño u Oprochef y con respecto a ésta última, “Al menos Tres” incidió en que “te ayuda a cuidarte comiendo pescado”.

Rosaura Leis, por su parte, advirtió de que “las dietas saludables están en peligro de extinción” y reivindicó el papel de los pediatras “como prescriptores de una alimentación sana”. Leis, que agradeció a Opromar la iniciativa en la que la Fundación Española de la Nutrición colaboró de forma entusiasta, defendió el uso de la app “porque promueve la salud y promociona a las comunidades que viven de la pesca, como es el caso de Galicia”.

Por último, Eloína Núñez demandó una asignatura en los colegios dedicada a “la promoción de la salud” y destacó la incorporación a los centros de salud del Sergas de nutricionistas. La gerente del CHUS se mostró entusiasmada con el proyecto de Opromar y brindó toda su colaboración para dar a conocer la aplicación entre profesionales y pacientes.

Sobre la Fundación Española de la Nutrición

La [Fundación Española de Nutrición \(FEN\)](http://www.fen.org.es/), en sus 35 años de existencia, tiene por objeto el estudio y mejora de la nutrición de los españoles. Para ello, participa en la elaboración permanente y difusión de documentos sobre los distintos estados de situación de los problemas existentes en el terreno nutricional. La FEN ha sido la principal promotora de la creación de la Fundación Europea de la Nutrición (European Nutrition Foundation, ENF).

<http://www.fen.org.es/>

Para más información:

Oficina de prensa de la Fundación Española de la Nutrición (FEN)

www.fen.org.es

prensa@fen.org.es

Tel. 91 447 07 59 / 629 27 90 54