



- NACIONAL
- INTERNACIONAL
- SERVICIO ECONÓMICO FINANCIERO  
REUTERS/EUROPA PRESS
- DEPORTES
- RSC
- Salud
- Motor
- Turismo
- Lenguas
- Comunicados

**DESTACADOS DE europa press**

- Espacios De Innovación**
- C. Valenciana
  - Galicia
  - Andalucía
  - Castilla La Mancha
  - Cantabria
  - Baleares
  - Extremadura
  - Aragón
  - Ciudad Digital Astillero

**Telefónica**  
Sociedad de la Información

**ESPECIAL FONDOS**  
Ofrecido por **BBVA**

**Endesa**  
Te ofrece Canal energía

**VIAJES**  
*Et Cetera Anglès*  
Te ofrece Canal Turismo

**CEPSA**  
Te ofrece Canal Deportes

**CAJA MADRID**  
Te ofrece La Cultura

**IBERDROLA**  
Te ofrece Energía y Medio Ambiente

**Autonomías**  
**El From inicia una campaña para incrementar el consumo del pescado azul por encima de los 37 kilogramos por persona anua**

SALAMANCA, 21 Nov. (EUROPA PRESS) -



El From, dependiente del Ministerio de Agricultura, Pesca y Alimentación, ha iniciado una campaña con el objetivo de incrementar el consumo de pescado azul rico en ácidos Omega 3 por encima de los 37 kilogramos que por media consume un adulto al año, cantidad que se reduce en un 30 por ciento en los menores, según explicó la secretaria del referido organismo, María Dolores Hernández, quien destacó la importancia de este alimento rico en vitaminas, proteínas y minerales.

Hernández, quien mostró su preocupación por el consumo insuficiente en niños y jóvenes "en una época en que es importante en la formación de tejidos para el desarrollo del cerebro y el desarrollo retiniano", destacó la importancia de fomentar el consumo entre los menores, puesto que se trata de una alimento que tanto fresco, como congelado, como en conserva, "proporciona energía, vitalidad y evita la obesidad".

Con este fin, el organismo ha iniciado un recorrido por distintas provincias, entre ellas Salamanca, en las que se presentan los beneficios del pescado azul, "fundamental en el desarrollo cerebral", por lo que resultan de vital importancia en la gestación y lactación, según aseguró el catedrático en Fisiología de la Universidad de Granada, José Matais, quien destacó su papel en la prevención de enfermedades cardiovasculares, determinados cánceres y muchas enfermedades inflamatorias.

"Se puede afirmar categóricamente que con el consumo de pescado azul durante la época gestacional y el resto de la vida se logra una salud óptima", afirmó Matais, quien explicó que los pescados grasos, atunes, bonitos, sardinas, boquerones y salmón, entre otros, deben consumirse, al menos, tres veces por semana.

**FUNDACIÓN INTERVIDA**

Tú recibes algo que no tiene precio

**Apadrina**

**europa press**  
Desayunos Informativos

**Ricardo Blázquez**  
Presidente de la Conferencia Episcopal Española  
13/12/2006

**BANIF** **Sun**  
**Telefónica** **THOMSON ARANZADI**

**noticias más leídas**

**OTR PRESS**  
opinión - crónicas

**CANAL Parlamentario**

**EXPO ZARA GOZA 2008**

**CÁCERES 2016**  
ciudad europea de la cultura

**CANTABRIA 2006**  
LÍBRANA TIERRA DE JERÓNIMO

**GALICIA ACTUAL**

- Especiales**
- Cultura
  - C. Valenciana
  - Pesca Galicia
  - Galicia Rural

**ARCHIVO GRÁFICO europa press**



© 2006 Europa Press. Está expresamente prohibida la redistribución y la redifusión de todo o parte de los contenidos de esta web sin su previa y expreso consentimiento.

[CONTÁCTENOS](#) | [CATÁLOGO](#) | [RSS](#)