

## Pintarroja, pez espada y mejillones, especies con más metales

EFE La **pintarroja, el pez espada, los mejillones y los berberechos** son las especies de pescado y marisco que acumulan una mayor cantidad de **metales tóxicos**, como mercurio y plomo, según un estudio del departamento de Medicina Legal, Toxicología y Antropología Física de la Universidad de Granada.

Por el contrario, la **panga** (tradicionalmente considerada como una de las especies más contaminadas) y el **bacalao** congelado son los dos tipos de pescado más seguros para ser consumidos, según ha informado hoy la **Universidad de Granada**.

Se trata, según la institución académica, del estudio más amplio realizado hasta ahora en **España** que analiza los niveles de metales tóxicos en **pescado y marisco**, y del único hecho en **Andalucía**.

Los investigadores del trabajo, cuyos resultados han sido publicados en la revista "**Environment International**", analizaron 485 muestras de 43 especies distintas, de las que 25 eran pescados frescos, 12 pescados en conserva y seis pescados congelados.

De las especies analizadas, el **18 %** procedía de caladeros de **Andalucía**; el **42 % del resto de España**; el 10 % de Europa y el 30 % del resto del mundo, dado que especies como la panga, la perca o el calamar congelado que se consumen en España proceden de países como **Vietnam, Tanzania o Argentina**.

La investigación reveló que la concentración media que se halló en las especies analizadas de **mercurio, cadmio, plomo, estaño y arsénico** -los metales más tóxicos, según la Agencia Española de Seguridad Alimentaria y nutrición- están por debajo de los límites admitidos por la Autoridad Europea de Seguridad Alimentaria.

En concreto, solo seis de las **485 muestras** analizadas (el 1,24 %) superaron los límites máximos permitidos, mientras que en **174** (el 36 %) los niveles de metales tóxicos fueron incluso inferiores a la cantidad que se puede detectar.

El autor principal de esta investigación, el catedrático de Toxicología **Fernando Gil Hernández**, recomienda, especialmente a las mujeres embarazadas y los niños, "diversificar el consumo de pescado y marisco, y no restringir el consumo de ninguna especie concreta".

El especialista subraya la importancia de tener en cuenta la presencia de **selenio**, un **antioxidante** que, explica, previene enfermedades cardiovasculares y está presente en el **salmón y la sardina**, que contienen además una cantidad muy baja de mercurio y una proporción notable de ácidos grasos omega 3.