

¿Dónde estoy? > Sociedad

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'.

ADVERTISEMENT

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.