

Madrid, lunes 10 de octubre de 2022

Un estudio del CSIC concluye cuáles son los pescados más seguros por sus bajos niveles de mercurio

- Sardina, boquerón, besugo, dorada y calamar son algunas de las especies que cumplen con los límites marcados por la UE
- El trabajo elaborado por científicos del IDAEA-CSIC analiza la concentración de mercurio en pescados y mariscos de consumo habitual del mar Mediterráneo



El estudio se centra en más de 1.300 ejemplares de 58 especies de pescado y marisco de consumo humano, la dorada entre ellos. / CSIC Comunicación

Un equipo del [Instituto de Diagnóstico Ambiental y Estudios del Agua \(IDAEA\)](#) del Consejo Superior de Investigaciones Científicas (CSIC) ha analizado la concentración de mercurio de 58 especies de pescado y marisco de consumo humano a la venta en

mercados locales de España, Italia y Francia. De todas ellas, los ejemplares de 13 especies presentaban concentraciones de mercurio por debajo de las recomendadas como seguras por la Unión Europea (UE). Entre ellas se encuentran la sardina, el boquerón, el besugo, la dorada y el calamar.

“Consumir estas especies minimiza nuestra ingesta de mercurio, que es el precio a pagar al comer pescado. Además, estos peces tienen una buena cantidad de ácidos grasos insaturados, que son más beneficiosos desde un punto de vista nutricional”, aclara **Joan O. Grimalt**, investigador del IDAEA-CSIC y autor principal del estudio, [publicado en la revista *Environmental Pollution*](#).

El mercurio es un elemento tóxico que daña los riñones, pulmones y el sistema cardiovascular y nervioso, sobre todo de mujeres embarazadas y población infantil. Debido a sus propiedades físico-químicas, el mercurio puede transportarse a largas distancias y depositarse en ecosistemas acuáticos, donde es absorbido por peces y otros organismos. La mayoría del mercurio que es ingerido por la población humana proviene, precisamente, del consumo de pescado y marisco.

El estudio se centra en más de 1.300 ejemplares de 58 especies de pescado y marisco de consumo humano que se encontraban a la venta en mercados de España (Menorca, Mallorca, Ibiza, Alicante, Ametlla de Mar y L’Ampolla), Italia (Génova, Civitavecchia, Alguer) y Francia (Marsella). Otras de las especies más seguras son, bacaladilla, caramel, galán, salmonete de roca, serrano, corvallo, salpa y lampuga.

“Según estos resultados, las autoridades sanitarias deberían prestar especial atención a las especies de pescado y marisco con los niveles de mercurio más elevados y hacer las recomendaciones sanitarias preventivas adecuadas, especialmente para las mujeres embarazadas y los niños”, concluye **Grimalt**.

Marco Capodiferro, Esther Marco, Joan O. Grimalt. **Wild fish and seafood species in the western Mediterranean Sea with low safe mercury concentrations.** *Environmental Pollution.*
[DOI: 10.1016/j.envpol.2022.120274](https://doi.org/10.1016/j.envpol.2022.120274)

Alicia Arroyo / IDAEA-CSIC Comunicación