



El mejillón en lata previene como el fresco las alteraciones metabólicas

M. J. F. VIGO / LA VOZ

Los primeros resultados de un estudio desarrollado en el Instituto de Investigaciones Marinas de Vigo, dependiente del CSIC, avanzan que el mejillón gallego posee una elevada concentración de betainas, moléculas que ejercen una acción saludable sobre el organismo. Además, constata que estas propiedades se mantienen intactas tras el proceso de enlatado, según confirma el investigador José Manuel Gallardo, del Instituto de Investigaciones Marinas. «El mejillón gallego en conserva es tan bueno como el fresco para prevenir enfermedades crónicas y alteraciones metabólicas como obesidad, diabetes y enfermedades vasculares», explica. La acción saludable de las betainas hace que se administren a través de fármacos a personas con problemas de alcoholismo.



Manuel Gallardo

La dieta atlántica

Otra de las conclusiones de la primera parte del proyecto, realizado con el muestreo de mejillones extraídos en la temporada de invierno, es que las conservas presentan un notable contenido en ácidos grasos omega-3 tan importantes para prevenir elevadas cifras de colesterol. Esto demuestra su retención pese a los procesos que habitualmente pasan para su conserva de cocción al vapor, fritura, esterilización y escabeche.

El proyecto, iniciado hace casi un año, forma parte de una iniciativa más amplia denominada Galicia Alimentación Atlántica, que intenta demostrar el efecto saludable de determinados alimentos autóctonos de la dieta atlántica.

En el caso de la investigación sobre el mejillón, corre a cargo de José Manuel Gallardo e Isabel Medina. Cuenta con un presupuesto aproximado de un millón y medio. Una parte, en concreto 800.000 euros, son aportados por el programa Feder-Interconecta para Galicia y gestionados por el Centro para el Desarrollo Tecnológico Industrial (CDTI), que, a su vez, forma parte del Ministerio de Economía y Competitividad. El resto de la inversión corre a cargo de una serie de empresas.