

# El Etiquetado en los Productos de la Pesca Frescos



**FROM**



## Ejemplo de Etiquetado



## Contenido de la Etiqueta

El contenido del etiquetado, que ha de servir de información al consumidor final será expuesto en los lugares de venta con la etiqueta o en una tablilla o cartel de tal forma que se puedan identificar las características del producto, contenido, como mínimo las siguientes especificaciones:

1 • **DENOMINACIÓN** Comercial de la Especie.

2 • **Nombre de la zona de Captura o de Cría: ZONA CAPTURA**

- Atlántico Noreste
- Atlántico Suroeste
- Atlántico Sureste
- Mar Mediterráneo
- Océano Pacífico
- Otros

En el caso de los productos pescados en aguas dulces y para los productos cultivados, se indicará el Estado miembro o el tercer país donde se haya pescado o cultivado el producto en su fase final de desarrollo.

3 • **MÉTODO DE PRODUCCIÓN**

- Pesca extractiva o pescado
- Pesca en aguas dulces
- Criado o acuicultura
- Marisqueo

4 • **Modelo de Presentación y/o Tratamiento: PRESENTACIÓN**

Se indicará cuál es la preparación del producto, de manera completa o mediante abreviatura

- Eviscerado: evs
- Con Cabeza: c/c
- Sin cabeza: s/c
- Fileteado: fl
- Descongelado
- Cocido: cc
- Otros



# ¿Por qué el Pescado es Saludable?

- El pescado es un alimento esencial de la **DIETA MEDITERRÁNEA**, ejemplo de alimentación equilibrada **protectora de nuestra salud y bienestar**.
- El pescado **tiene proteínas de excelente calidad** y contiene **sales minerales** indispensables para el organismo.
- Los productos de la pesca son también una **buena fuente de vitaminas**.
- Los pescados de mar y de agua dulce son una **buena fuente de hierro**, muy **especialmente los pescados de carnes oscuras**: sardina, caballa y atún.
- El pescado contiene una excelente grasa que aporta **omega 3**, que **influye sobre el control del colesterol**, reduce la presión arterial y nos protege frente a las enfermedades cardiovasculares.

## Por tanto:

- Es muy **importante fomentar el consumo de productos pesqueros en los niños y jóvenes para que tengan una dieta equilibrada**.
- El pescado **es muy digestivo y de valor calórico moderado**, ligero y muy indicado para cualquier edad.
- Los productos de la pesca admiten cualquier técnica de cocina y su tiempo de cocción es muy breve. Con poco esfuerzo podemos ofrecer a nuestros hijos alimentos sanos y sabrosos.
- Los pescaderos tradicionales tienen fama mundial por su habilidad en el tratamiento de los productos a la hora de presentarlos, cortarlos y prepararlos a gusto del consumidor.
- Una pescadería tradicional es un establecimiento altamente especializado con grandes profesionales a su servicio, que le prepararán el producto a su gusto y listo para cocinar.
- El pescado es un alimento que tiene una **excelente relación calidad, precio y valor nutritivo**.
- **Consuma pescado de tres a cuatro veces por semana**, alternando variedades grasas y magras, pescado fresco, congelado, en aceite, en salazón, etc. Su salud se lo agradecerá.

**CONSERVAR LA DIETA MEDITERRÁNEA ES NUESTRA RESPONSABILIDAD:  
ENTRE TODOS TENEMOS LA OBLIGACIÓN DE MANTENERLA Y CONCIENCIAMOS  
DE LAS VENTAJAS QUE NOS PUEDE PROCURAR, TRANSMITIÉNDOSELAS A NUESTROS HIJOS.**





**FEDEPESCA**  
FEDERACIÓN ESPAÑOLA DE  
ASOCIACIONES PROVINCIALES DE  
EMPRESARIOS DETALLISTAS DE  
PESCADOS



U.E.



IFOP

**PESCADERÍAS TRADICIONALES ESPECIALIZADAS**

**Pescaderías de calidad**

