

## ¿Conoces los peligros de comer sushi?

PELIGROS DEL PESCADO CRUDO

María Tura



¿Es peligroso comer sushi? Los expertos empiezan a alertar de los

Síguenos



Suscríbete a nuestra newsletter:

Acepto los términos y condiciones y la política de privacidad.



¿Es peligroso comer sushi? Los expertos empiezan a alertar de los peligros de esta moda.

El **sushi**, ese plato japonés compuesto de **arroz y pescado crudo**, se ha convertido en una de las comidas de moda en los últimos años. Cada vez son más los restaurantes japoneses que están abriendo en las grandes ciudades y cada vez hay más aficionados a la gastronomía que consideran el sushi como un manjar.

Si a esto le sumamos la teoría de que este plato es extremadamente sano y con pocas calorías, no nos extraña que el sushi se haya convertido en el plato del momento.

Sin embargo, parece que no es oro todo lo que reluce alrededor de este exótico plato. Los biólogos marinos de la *Universidad de Columbia Británica* en Canadá, han advertido de que el principal problema del consumo de sushi es la **disminución masiva del atún** en el océano, declarando que las poblaciones se encuentran en **niveles de crisis**.

Además del impacto medioambiental que parece tener el sushi, según expertos en salud, tampoco parece ser tan sano como habíamos pensado hasta ahora. El motivo es que el atún que sirven los restaurantes contienen **microesferas de plástico**, una especie de cápsulas que absorben contaminantes y pueden llegar a ser venenosas. **Daniel Pauly**, un experto en salud que está estudiando los efectos de esta

comida japonesa, asegura también que el pescado crudo que se utiliza para preparar el sushi suele contener **altos niveles de mercurio**, lo cual puede ser **cancerígeno**.

Mientras que estos expertos advierten de que **es peligroso comer sushi**, otros siguen defendiéndolo como comida sana. Por el momento, ambas partes siguen investigando los efectos de este plato para obtener nuevas conclusiones.

Link: <http://www.cortaporlosano.com/4320-conoces-los-peligros-de-comer-sushi>