

[Inicio](#) [Estilo de Vida](#) [Curiosas](#)

Por qué advierten que es mejor dejar de comer sushi ahora mismo

Por [Ariel Trigueros](#) - enero 15, 2017



Varios expertos han advertido que nuestro amor por este plato japonés, comúnmente considerado como saludable, de hecho afecta tanto al medioambiente como a nuestra salud.

El sushi sigue siendo un plato de moda, considerado comúnmente como una comida saludable, dietética y glamorosa.

Sin embargo, biólogos marinos citados por 'The Daily Mail', advierten que esta popular comida en realidad causa daños al medioambiente y a nuestra salud.

El primer problema relacionado con el gran consumo de sushi radica en que el mismo causa una disminución masiva de atún en el océano, que es uno de sus ingredientes básicos.

En este sentido, un estudio realizado por Daniel Pauly y Dirk Zeller, de la Universidad de Columbia Británica en Canadá.

Señala que las poblaciones del atún rojo y atún de aleta amarilla se encuentran en niveles de “crisis”.

“Estamos en crisis permanente si lo observamos en términos históricos”, precisó Pauly. “El atún rojo era extremadamente abundante, especialmente en el Mediterráneo.

¿Qué ha sido de eso? Tenemos entre el 2 y el 3 por ciento de lo que teníamos hace 200 años”.

Y aunque la demanda de atún es parcialmente impulsada por los beneficios que, según se cree, tiene para la salud el sushi, en realidad no es tan saludable.

Así, el profesor Pauly afirmó que estaba convencido de que el atún servido en bares contiene microesferas de plástico.

Según explicó el científico, las microesferas —“cápsulas venenosas que absorben todos los contaminantes— son consumidas por peces pequeños que luego son comidos por el atún”.

Zeller, por su parte, indicó que el sushi a menudo contiene altos niveles de mercurio.

Y bifenilos policlorados, productos químicos contaminantes que podrían causar cáncer.

Ambos especialistas han instado a optar por comidas menos glamorosas, como sardinas o anchoas.

Link: <http://tiempo.hn/dejar-comer-sushi-ahora/>