



# Tema del día:

## La alimentación en las fiestas

# El pescado da un respiro a otra Navidad inflacionista

La OCU apunta a un aumento del gasto en comida del 10,3% ● El marisco y algunas aves están más baratos que el año pasado, mientras que la uva se ha encarecido debido a la sequía

MARÍA JESÚS IBÁÑEZ  
Barcelona

Otro año más, la cesta de la compra navideña va a ver cómo la inflación le pasa factura. Algunos aseguran que la de este 2023 va a ser la Navidad más cara en muchos años, con un aumento del gasto en comida del 10,3%, según la Organización de Consumidores y Usuarios (OCU). Pero a pesar de que la inflación sigue castigando, hay productos que van a dar un respiro. ¿Cuáles? Algunos pescados y mariscos están este año algo más baratos que el pasado. También las carnes de pollo y otras aves y algunas piezas *premium* de ternera. EL PERIÓDICO ha seleccionado una treintena de pescados, los considerados navideños, y ha seguido su evolución de precios en el último mes y medio, cuando los pescaderos empezaron a preparar

la campaña navideña y comenzaron a aconsejar a sus clientes que comprasen ya.

Este seguimiento permite extraer dos conclusiones. La primera la confirma también el presidente del Gremio de Mayoristas de Pescado en el mercado central de Mercabarna, Ángel Máñez, que destaca que «en el último año se han producido bajadas importantes en varios productos». Máñez cita la gamba langostinera congelada —un clásico—, que disminuye en un 30% respecto a 2022, y el salmón de acuicultura, que también registra un descenso de entorno al 15% (casi 4% si es en filetes). Lubinas, doradas y pulpo cocido también han contenido precios tras haber alcanzado un pico el pasado octubre. «Entre el producto congelado, que es cada vez de mayor calidad, y el de acuicultura, que ya representa el 40% de las ventas, hemos podido mantener precios», subraya Máñez.

La segunda conclusión es más inmediata (y previsible): los precios de algunos de estos alimentos han experimentado una remontada a medida que se acerca la Navidad. Y aunque no han llegado a alcanzar los del año pasado, los mayoristas no dejan de insistir en que «se anticipen las compras, para así poder ahorrar algo», aconseja Llum Ortega, miembro del gremio del pescado.

### Pollo y pato

También se mantienen, «y en algunos casos incluso bajan», los precios del pollo y las aves en general, indica Josep Capdevila, gerente de la empresa Avinova y miembro de la Academia Catalana de Gastronomía i Nutrició. «Las producciones este año se han normalizado gracias al descenso del precio de los cereales y eso ha permitido que, por ejemplo, haya habido buena producción de pato», señala Capdevila, que resalta tam-

bién cómo han aumentado las producciones ecológicas, a campo abierto, de razas de pollo autóctonas en Catalunya, entre ellos el del Penedès, «que son ideales para estas fiestas».

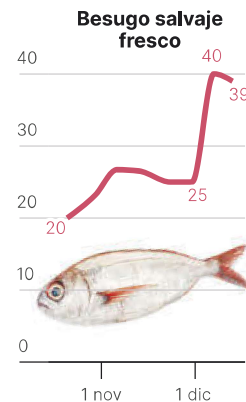
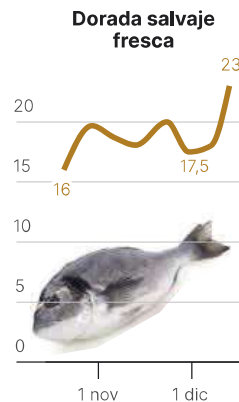
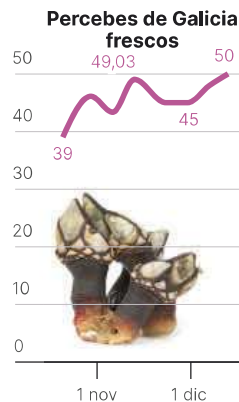
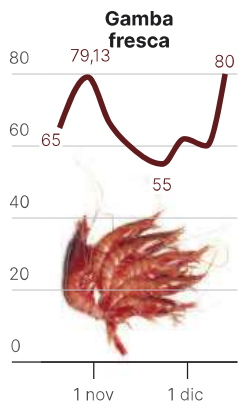
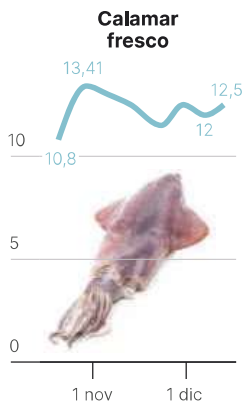
En total, las asociaciones de distribuidores de Mercabarna prevén despachar esta Navidad unas 103.000 toneladas de productos frescos, según explicaron ayer responsables de los distintos gremios que integran el gran mercado central barcelonés. Los precios serán este 2023 ligeramente más elevados en frutas y hortalizas, los productos más expuestos al impacto de la crisis climática. En concreto, las uvas de Aledo, típicas de la Nochevieja, subirán sensiblemente porque la cosecha ha sido mala en toda la cuenca mediterránea, explicó el vicepresidente de la Asociación de Empresas Mayoristas de Mercabarna, Jaume Flores.

Los distribuidores de frutas y verduras confían en que «tras



unos meses en que la tormenta ha sido intensa, hasta septiembre, ahora entramos en cierto periodo de normalidad», admite Flores. El distribuidor destaca el esfuerzo que están haciendo por conseguir uvas de cara a finales de año. «Habrá producto, eso está garantizado, pero será más caro», agrega Pere Prats, vicepresidente del gre-

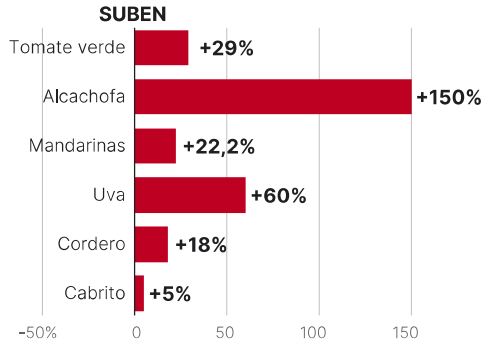
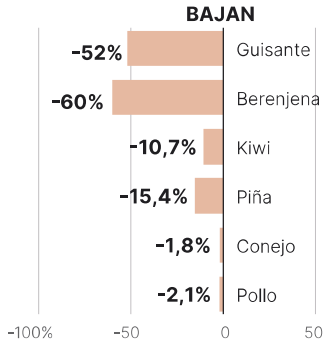
### EVOLUCIÓN DEL PRECIO DE PESCADOS Y MARISCOS



## VARIACIÓN DE PRECIO DE ALGUNOS PRODUCTOS EN UN AÑO

En %. Primera semana de diciembre del 2023 respecto a la misma de 2022. Sobre los precios en origen (carne) o a mayoristas (fruta/verdura)

Fuente: Mercabarna / Observatori Agroalimentari de Preus



Anna Puit



Presentación de las tendencias de alimentación para Navidad, ayer en las instalaciones de Mercabarna.

Arándanos, açai y otros frutos silvestres, aguacates, salmón, espinacas y verduras de hoja verde y semillas como la chía. Cada cierto tiempo se popularizan algunos alimentos con determinadas propiedades nutritivas.

# Los superalimentos se cuelan en los menús

M. J. I.  
Barcelona

«Cada cierto tiempo se popularizan algunos alimentos y también bebidas, que se denominan superalimentos, porque tienen determinadas propiedades nutritivas y porque son hasta ese momento desconocidos y algo exóticos. Y eso hace que se pongan de moda», explica Jordi Salvador, director de proyectos en la consultora PriceWaterhouse Coopers (PWC), que hace dos años elaboró un estudio sobre las tendencias de alimentación en Catalunya. Esta Navidad, las mesas familiares van a normalizar los aguacates, el salmón, las espinacas y verduras de hoja verde y semillas como la chía como parte de los menús festivos.

«Pese al momento difícil que estamos pasando, a la gente no le importa pagar más por estos superalimentos», subraya Salvador,

que recuerda que este apelativo «es una mera etiqueta, una estrategia de marketing» que viene funcionando desde hace años, pese a que ni la UE ni la Organización Mundial de la Salud (OMS) los reconoce. «Son alimentos con un origen generalmente foráneo, que no formaban parte de nuestra alimentación habitual hasta hace pocos años, pero que se han promocionado en los últimos tiempos debido a sus efectos en la salud, aparentemente muy poderosos», detalla la investigadora del CSIC Jara Pérez Jiménez, en su libro *¿Qué sabemos de los superalimentos?*, en el que analiza la evidencia científica que hay en relación a cada uno de estos productos.

«El consumidor valora estos alimentos por sus efectos en la salud y esto hace que los compre de forma masiva y los convierta en tendencia», prosigue el consultor de PWC. «En el estudio que hicimos sobre este ámbito, por encargo de la Federació de Cooperatives

Agràries de Catalunya, la FCAC, detectamos, por ejemplo, que las ventas de frutos rojos se han duplicado en solo dos años», señala Salvador. Una de las épocas del año en que más crecen las ventas de frambuesas, grosellas y fresas es, precisamente, la Navidad.

### Del plátano al açai

Desde el plátano hasta la quinoa y el açai, los superalimentos actuales están también muy ligados a factores aleatorios, «como la viralidad en las redes sociales», indica el experto. En los últimos tiempos, la presencia de marcas de alimentación en canales como Instagram «ha aumentado más del 100%», prosigue el consultor. Algunos han fichado a figuras de referencia (tanto para elaborar recetas como para promover estilos de vida), lo que les sirve para la captación de clientes y para promocionar nuevos hábitos y productos de alimentación. ■

mio de frutas y hortalizas. Otro de los alimentos que notarán un aumento de precio por la escasez de cosecha es la alcachofa.

El capítulo de carnes se cierra, no obstante, con una mala noticia para los amantes de celebrar la Navidad con un cabrito al horno. «Va a haber muy poco y va a estar caro... También por culpa de la se-

quia», reconoció Martí Colomer, portavoz del sector cárnico de Mercabarna. Como alternativa, Colomer propone comprar pierna de cordero deshuesada y cocinarla, también al horno, con especias y hierbas aromáticas, además de unas patatas, que, por cierto, son una de las pocas hortalizas que este año sí van a bajar de precio. ■

Entre el 21 de octubre y el 3 de diciembre. Especies seleccionadas. Precios en euros/kg a mayoristas

Fuente: Mercabarna

