

ASEVEEC se suma al decálogo del buen consumidor español de frutas y verduras

- La Asociación Española de Fabricantes de Vegetales Congelados se ha sumado a la iniciativa de las asociaciones ASAJA, UPA, Cooperativas Agroalimentarias, AGRUCON y FENEVAL. Un decálogo para consumir frutas, zumos, conservas, vegetales y verduras congeladas, con el objeto de fomentar entre la población, una dieta saludable, equilibrada y variada.
- El sector de las frutas y verduras en España es uno de los más importante del conjunto agroalimentario, representando en 2016, el 39% de la producción final agraria y hasta un 63% de la producción vegetal.

Decálogo del buen consumidor de frutas, hortalizas, zumos, conservas y vegetales y hortalizas ultracongeladas

1. Acostúmbrate a consumir frutas, hortalizas, zumos, conservas y vegetales y hortalizas ultracongeladas, pues es beneficioso para tu salud ya que te aportan vitaminas, minerales, fibra y fitoesteroles.
2. Aprovecha para hidratarte. Recuerda que las verduras, junto a las frutas, son los alimentos que más agua proporcionan al cuerpo.
3. Da ejemplo a los más pequeños tomando una mayor cantidad frutas y hortalizas cada día, pues ayudan en el crecimiento y desarrollo de su organismo.
4. Inclúyelos en cualquiera de tus comidas como parte de una alimentación saludable y equilibrada. Puedes tomarlos como acompañamiento o disfrutar de ellos como plato principal.
5. No te olvides del zumo de fruta. Recuerda que una de las cinco piezas de fruta y verdura recomendadas diariamente puede ser sustituida por un vaso de este alimento.
6. Interésate por las variedades de cada temporada. En España disponemos de una gran variedad de frutas y verduras durante todo el año, con múltiples propiedades y deliciosos aromas y sabores. Además, en el caso de las frutas y hortalizas transformadas (zumos, conservas y congelados), estas se pueden tomar durante todo el año, dado que sus periodos de consumo son mucho mayores.
7. Descubre nuevas recetas. Curiosear nuevas formas de cocinar verduras y de combinar los sabores de las frutas. Estos alimentos son muy versátiles, así que puedes echarle imaginación a tu dieta.
8. Recarga las pilas tras el esfuerzo físico. Un zumo de frutas es una bebida adecuada para reponer tu organismo después de un ejercicio intenso, gracias a que además de hidratarte te aporta una cantidad interesante de nutrientes.
9. Apuesta por los alimentos que gozan de altos estándares de calidad. Las frutas y hortalizas frescas y transformadas españolas cuentan con exigentes sistemas de calidad que aseguran que los productos y la industria de los zumos es la única, a nivel nacional y europeo, que cuenta con un sistema propio de autocontrol que garantiza la autenticidad del producto.
10. Generación de empleo y riqueza en el sector agroalimentario. Cuando consumes frutas, hortalizas, zumos, conservas y vegetales y hortalizas ultracongelados estás apoyando a miles de familias que trabajan en este importante sector en España.



Madrid, 20 de junio de 2017



Madrid, 20 de junio de 2017.- La Asociación Española de Fabricantes de Vegetales Congelados (**ASEVEEC**) se ha sumado junto con las organizaciones profesionales agrarias, ASAJA y UPA, Cooperativas Agro-Alimentarias, La Asociación Española de Conservas Vegetales (AGRUCON) y la Federación Nacional de Asociaciones de Transformados Vegetales y Alimentos Procesados (FENEVAL) a la iniciativa que pretende poner en valor el sector de las frutas y verduras en España, así como fomentar entre la población su consumo, para una dieta saludable, equilibrada y variada.

El sector de las frutas y verduras en España es uno de los más importantes del conjunto agroalimentario, representando en 2016, el 39% de la producción final agraria y hasta un 63% de la producción vegetal. Además, España es una potencia mundial en producción y comercialización de frutas y verduras. Aproximadamente existen 1,5 millones de hectáreas de cultivos en nuestro país, de las cuales 921.000 hectáreas corresponden a

hortalizas (38%), cítricos (34%) y a otras frutas (28%). La producción total de frutas, verduras y patatas en España supera los 30 millones de toneladas.

Decálogo del buen consumidor de frutas, hortalizas, zumos, conservas y vegetales, y hortalizas ultracongeladas

1. Acostúmbrate a consumir frutas, hortalizas, zumos, conservas y vegetales y hortalizas ultracongeladas, pues es beneficioso para tu salud, ya que te aportan vitaminas, minerales, fibra y fitoesteroles.
2. Aprovecha para hidratarte. Recuerda que las verduras, junto a las frutas, son los alimentos que más agua proporcionan al cuerpo.
3. Da ejemplo a los más pequeños tomando una mayor cantidad frutas y hortalizas cada día, pues ayudan en el crecimiento y desarrollo de su organismo.
4. Inclúyelos en cualquiera de tus comidas como parte de una alimentación saludable y equilibrada. Puedes tomarlos como acompañamiento o disfrutar de ellos como plato principal.
5. No te olvides del zumo de fruta. Recuerda que una de las cinco piezas de fruta y verdura recomendadas diariamente puede ser sustituida por un vaso de este alimento.
6. Interésate por las variedades de cada temporada. En España disponemos de una gran variedad de frutas y verduras durante todo el año, con múltiples propiedades y deliciosos aromas y sabores. Además, en el caso de las frutas y hortalizas transformadas (zumos, conservas y congelados), estas se pueden tomar durante todo el año, dado que sus periodos de consumo son mucho mayores.
7. Descubre nuevas recetas. Curiosear nuevas formas de cocinar verduras y de combinar los sabores de las frutas. Estos alimentos son muy versátiles, así que puedes echarle imaginación a tu dieta.
8. Recarga las pilas tras el esfuerzo físico. Un zumo de frutas es una bebida adecuada para reponer tu organismo después de un ejercicio intenso, gracias a que además de hidratarte te aporta una cantidad interesante de nutrientes.
9. Apuesta por los alimentos que gozan de altos estándares de calidad. Las frutas y hortalizas frescas y transformadas españolas cuentan con exigentes sistemas de calidad que aseguran que los productos y la industria de los zumos es la única, a nivel nacional y europeo, que cuenta con un sistema propio de autocontrol que garantiza la autenticidad del producto.
10. Generación de empleo y riqueza en el sector agroalimentario. Cuando consumes frutas, hortalizas, zumos, conservas y vegetales y hortalizas ultracongelados estás apoyando a miles de familias que trabajan en este importante sector en España.

Es muy importante cubrir las necesidades nutricionales personales con una dieta equilibrada y variada. España es rica en productos hortofrutícolas, integrados en la Dieta Mediterránea, que es además un modelo, que forma parte de nuestro patrimonio cultural y que debemos defender.

La Asociación Española de Fabricantes de Vegetales Congelados insiste en la recomendación de la OMS (Organización Mundial de la Salud) de consumir diariamente 5 raciones de frutas y verduras como fórmula para mantener una dieta sana y equilibrada.

Acerca de ASEVEC

Creada en 1985, la Asociación Española de Fabricantes de Vegetales Congelados integra, a nivel nacional, a los principales fabricantes de verduras congeladas. Compuesta actualmente por doce compañías de implantación nacional, supone el 95% de la producción nacional. La Asociación nace con el objetivo de actuar como plataforma de unión permanente y eficaz de las empresas dedicadas a la producción de verduras congeladas, estableciendo vínculos de cooperación y colaboración en defensa de los intereses tanto colectivos como individuales.

España constituye una de las grandes potencias europeas como fabricante de verduras congeladas. ASEVEC cuenta con una producción anual de 686.000 TM de producto, de los cuales se exporta un 60% a todo el mundo.

Más información



M. Fernández mfernandez@achcambre.es

B. Sasiambarrena bsasiambarrena@achcambre.es

Tel: 91 745 48 00