



# MUJER, PESCA Y ACUICULTURA

## Subpesca lanza videos explicativos utilizando lenguaje e ilustraciones inclusivas

A través de un lenguaje simple y una gráfica atractiva se busca dar a conocer entre la ciudadanía, y muy especialmente al sector pesquero artesanal, la importancia de participar en estas instancias que marcan una nueva manera de administrar los recursos.

Valparaíso, Agosto 2014: La Subsecretaría de Pesca y Acuicultura acaba de lanzar una animación multimedia didáctica que tiene por objeto apoyar el trabajo de conformación de los comités de manejo de recursos bentónicos.

A través de un lenguaje simple y una gráfica atractiva se busca dar a conocer entre la ciudadanía, y muy especialmente al sector pesquero artesanal, la importancia de participar en estas instancias que marcan una nueva manera de administrar los recursos.

Con este video la Subsecretaría de Pesca y Acuicultura busca apoyar el proceso de conformación de los comités de manejo pesquero de recursos bentónicos, así como difundir entre ciudadanía la importancia de esta nueva manera de administrar los recursos.

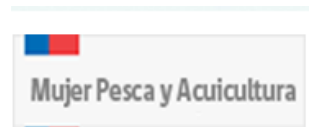


Esta serie se completa con otros dos videos que, en la misma línea gráfica y la utilización de lenguaje inclusivo, busca acercar a la ciudadanía temas como los Recursos Bentónicos y la Acuicultura en Chile. Por su carácter educativo, se trata de un producto que también puede ser disfrutado por la comunidad, de manera de acercar el conocimiento sectorial a todos y todas.



Al respecto, el subsecretario de Pesca y Acuicultura, Raúl Súnico, explicó: "El Gobierno ha puesto acento en el desarrollo de una agenda legislativa que pone el valor en la primera milla, y la acuicultura de pequeña escala será parte fundamental de aquello. Nuestro país tiene condiciones naturales que debemos aprovechar más allá del cultivo de salmones y así avanzar en la diversificación productiva del sector, principalmente artesanal y de pequeños y medianos emprendedores".

Encuéntrenos en el banner [www.subpesca.cl](http://www.subpesca.cl)



## COCHAYUYO

Muy recomendable en dietas de control de peso. Por un lado es rica en fibra (efecto saciante y combate el estreñimiento), bajo contenido en grasas y alto contenido en yodo. Ayuda en el control de colesterol. Su fibra arrastra parte del colesterol junto con las heces, contribuyendo a reducir sus niveles en sangre. Ideal para el estreñimiento ya que tiene un altísimo nivel de fibra soluble (47,5 g. por cada 100 g.) Previene el bocio y el hipotiroidismo gracias a su alto contenido de yodo (490 microgramos/100 gramos) Buen efecto depurativo debido a su riqueza en ácido alginico. Su gran cantidad de minerales, proteínas y oligoelementos ayudan a tonificar nuestro organismo. Aconsejable para la acidez de estómago, sus mucílagos atrapan los ácidos y ayudan a eliminar su exceso. Dado su elevado contenido de sodio (3460 mg/100 g), su consumo no está aconsejado en caso de hipertensión y por su alto aporte de yodo, en personas que sufren de hipertiroidismo. al usarlo no debe incorporar mas sal a la preparación.

### MERMELADA DE COCHAYUYO

Esta alga, que es la más consumida del país, está siendo procesada y comercializada por un grupo de recolectores de algas de Navidad, en la Sexta Región, que la convierten en una inusual preparación: la mermelada de cochayuyo, sorpresivamente dulce y sabrosa.



#### ¿Sabías que el Cochayuyo?

Hay dos tipos de alga cochayuyo para la venta: negros y amarillos. El negro se deja solar un día y luego en sombra lo que permite que el 80 % el aporte nutricional lo mantenga. Al contrario del amarillo o dorado, este se asolea entre 15 a 20 días al sol, lo que le hace perder en un gran porcentaje su valor nutricional



### Mujeres PROPES



Fuente: [www.propes.cl](http://www.propes.cl)

**Elsa Neira Molinet.** Tras realizar algunos cursos y conociendo las grandes bondades del cochayuyo para la piel, se abocaron a producirlo en dos tipos: exfoliante y en pasta. El jabón exfoliante de cochayuyo se hace a partir de trozos del alga seca y se lleva a la juguera hasta que quede como una pasta. Se le añade sal y se deja macerar. Este jabón tiene propiedades exfoliantes y realiza una limpieza profunda de la piel

#### Jabón de pasta de cochayuyo

Es un jabón hidratante y protector de la piel. Se cuecen unos trozos de cochayuyo y cuando están blandos se pasan por la juguera. Se hace una pasta que se mezcla con aceite esencial y una gota de fragancia. La mezcla se coloca en un molde y se añade la glicerina. Hay que remover para que la pasta de cochayuyo se distribuya uniformemente en la glicerina y no llegue al fondo; sin embargo si queremos hacer un jabón con dos características (dos fases), puede ser muy atractivo dejar que el cochayuyo llegue al fondo y luego agregar a la parte superior una gota de colorante y mezclar suavemente evitando que el colorante llegue al cochayuyo. Este jabón se hace totalmente de cochayuyo.