



VIM
IAN
ZO

*Vimianzo
Do mar á terra*

**SABERES
TRADICIONALES DE
LA COSTA DA MORTE**



La gente de la Costa da Morte guarda una completa guía de “**saberes tradicionales**” relacionados con el mar y sus productos. Destaca la forma en la que se comenzó a conservar el pescado en las villas marineras de la zona, en gran medida para abastecer a las villas vecinas del interior. Alguna de esas tradiciones llega hasta nuestros días con la celebración de fiestas que tienen por objetivo su puesta en valor, como es el caso del secado de congrio en Muxía.

La falta de sistemas de refrigeración hizo que surgieran distintos modos de conservación del pescado, comenzando por técnicas totalmente artesanales para después evolucionar a las más industrializadas, como son las conservas de Camariñas.

- **Secado del congrio en Muxía:** Data del siglo XII y aún se conserva en la localidad. En unas estructuras se cuelga el pescado, y el viento del nordeste, el sol y el salitre del mar hacen el resto durante unos 15 días.
- **Ahumado:** La sardina fue el pescado más empleado con esta técnica, que consiste precisamente en conservar el producto ahumándolo.
- **Salazón:** Desde el siglo XVIII, y sobre todo del XIX, se establecieron importantes fábricas en villas como Corcubión o Camariñas. Así, el pescado se salaba en barriles para su consumo durante el largo invierno.

- **Escabeche:** Se basa en el efecto del vinagre en conjunto con la sal, empleando también verduras y especias que hacen más apetecible el producto al tiempo que se conserva mejor.
- **Fabricación de conservas:** La industria conservera es la más antigua de la Costa da Morte. En concreto, en el municipio de Camariñas, limítrofe con Vimianzo, aún hoy tiene gran importancia esta actividad económica de más de cien años de vida. Su nacimiento tuvo lugar después de la implantación de las fábricas de salazón traídas por los catalanes. Con los nuevos tiempos se fue adaptando hasta llegar a la actualidad.

REMEDIOS MARINOS

De “saberes tradicionales” vinculados a la **medicina natural relacionada con el mar**, y no solo de aprovechar sus recursos para la alimentación, saben mucho en las villas costeras. Cuentan los más viejos que hay que hacer los “nueve baños de septiembre” para tener una salud de hierro. Pues bien, esto va más allá de la leyenda, ya que los **beneficios de un baño en el agua del mar** están demostrados.

- Retrasa el envejecimiento de la piel y ayuda a cicatrizar.
- Mejora la circulación.
- Ayuda en la relajación muscular.
- Calma la ansiedad y el estrés.
- El mar y su brisa son recomendables para personas con problemas respiratorios.

Las **algas marinas** son cada vez más valoradas para el consumo. La recogida y el secado del argazo es una de las actividades más antiguas de la Costa da Morte, en villas como Muxía y Camelle (Camariñas). Las algas son usadas en la fabricación de medicamentos así como en los cosmé-



ticos, por ejemplo en anticelulíticos. Otras características son su contenido en fibra y la concentración de nutrientes que ayudan a fortalecer el pelo y las uñas.

El mar, y su gente, está lleno de sabiduría que debemos aprovechar; y la Costa da Morte sabe mucho de esto.



www.domaraterra.com



www.accioncost.eina.es
Europa inviste na pesca sustentable



UNIÓN EUROPEA

Fondo Europeo de Pesca



GOBIERNO
DE ESPAÑA

MINISTERIO
DE AGRICULTURA, ALIMENTACIÓN
Y MEDIO AMBIENTE



XUNTA DE GALICIA
CONSELLERÍA DO MEDIO RURAL
E DO MAR



CONCELLO
de VIMIANZO