



VIM  
IAN  
ZO

*Vimianzo  
Do mar á terra*

**SABERES  
TRADICIONAIS  
DA COSTA DA MORTE**



A xente da Costa da Morte garda unha completa guía de “saberes tradicionais” relacionados co mar e os seus produtos. Destaca a forma na que se comezou a conservar o peixe nas vilas mariñeiras da zona, en gran medida para abastecer as vilas veciñas do interior. Algunha desas tradicións chega ata os nosos días coa celebración de festas que teñen por obxectivo a súa posta en valor, como é o caso do secado de congro en Muxía.

A falta de sistemas de refrixeración fixo que xurdiran distintos xeitos de conservación do peixe, comezando por técnicas totalmente artesanais para evolucionar ás máis industrializadas, como son as conservas de Camariñas.

- **Secado do congro en Muxía:** Data do século XII e aínda hoxe se conserva na localidade. Nunhas estruturas pendúrase o peixe, e o vento do nordés, o sol e o salitre do mar fan o resto durante uns 15 días.
- **Afumado:** A sardiña foi o peixe máis empregado con esta técnica, que consiste precisamente en conservar o produto afumándoo.
- **Salgadura:** Desde o século XVIII, e sobre todo do XIX, establecéronse importantes fábricas en vilas como Corcubión ou Camariñas. Así, o peixe salgábase en barrís para o seu consumo durante o longo inverno.

- **Escabeche:** Baséase no efecto do vinagre en conxunto co sal, empregando tamén verduras e especias, que fan máis apetecible o produto, ao tempo que se conserva mellor.
- **Fabricación de conservas:** A industria conserveira é a máis antiga da Costa da Morte. En concreto, no concello de Camariñas, limítrofe con Vimianzo, aínda hoxe ten grande importancia esta actividade económica, de máis de cen anos de vida no lugar. O seu nacemento tivo lugar despois da implantación das fábricas de salgadura traídas polos cataláns. Cos novos tempos foise adaptando ata chegar ao momento actual.

## REMEDIOS MARIÑOS

De “saberes tradicionais” vencellados á medicina natural relacionada co mar, e non só de aproveitar os seus recursos mariños para a alimentación, saben moito nas vilas costeiras. Contan os máis vellos que hai que facer os “nove baños de setembro” para ter unha saúde de ferro. Pois ben, isto vai máis aló da lenda, xa que os beneficios dun baño na auga do mar están demostrados.

- Retrasa o envellecemento da pel e axuda a cicatrizar.
- Mellora a circulación.
- Axuda na relaxación muscular.
- Calma a ansiedade e o estrés.
- O mar e a súa brisa son recomendables para persoas con problemas respiratorios.

As algas mariñas son cada vez máis valoradas para o consumo. A recollida e o secado do argazo é unha das actividades máis antigas na Costa da Morte, en vilas coma Muxía e Camelle (Camariñas). As algas son usadas na fabricación de medicamentos así como nos cosméticos, por exemplo en an-



ticelulíticos. Outras características son o seu contido en fibra e a concentración de nutrientes que axudan a fortalecer o pelo e as uñas.

O mar, e a súa xente, está cheo de sabedoría que debemos aproveitar; e a Costa da Morte sabe moito disto.



[www.domaraterra.com](http://www.domaraterra.com)



[www.accioncost.eina.es](http://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