

Blue Food: il ruolo della pesca sostenibile nel nutrire una popolazione in crescita

Ottobre 2023

© iStock

È sempre più evidente il ruolo dei **Blue Food** – alimenti provenienti da oceani, fiumi e laghi – nel fornire nutrimento a lungo termine a una popolazione mondiale in crescita, ma per far questo è necessario che la pesca sia gestita in modo sostenibile.

In questo documento esploreremo il ruolo della pesca sostenibile nell'implementazione della **Blue Transformation**, la strategia elaborata dalle Nazioni Unite per valorizzare il contributo dei sistemi alimentari acquatici nel garantire la sicurezza alimentare globale.

Messaggi chiave

- I sistemi di produzione alimentare mondiali stanno subendo una pressione senza precedenti a causa dei cambiamenti climatici e dell'aumento della popolazione mondiale, destinata a superare i 10 miliardi di persone nel 2050.
- Una ricerca, condotta dallo [Stockholm Resilience Centre](#) e dall'[Università di Stanford](#) in partenariato con [EAT](#), mette in luce come il contributo dei Blue Food sia ancora in parte scarsamente considerato nella lotta all'insicurezza alimentare globale¹, nonostante il fatto che essi siano ricchi di proteine, vitamine e sostanze nutritive.
- La pesca e i prodotti ittici sono essenziali per le economie nazionali, in quanto forniscono mezzi di sostentamento a 600 milioni di persone in Paesi industrializzati e in via di sviluppo e costituiscono un commercio globale del valore di 151 miliardi di dollari.
- Oltre un terzo degli stock ittici viene pescato a livelli biologicamente non sostenibili. Tuttavia, una gestione sostenibile della pesca sarebbe in grado di fornire maggiori catture, con conseguenze positive su nutrimento e fonti di sussistenza.
- Se tutta la pesca globale fosse gestita in modo sostenibile, il totale delle catture di pesce che ne deriverebbe potrebbe prevenire carenze di ferro in 4 milioni di persone, carenze di calcio in 24 milioni di persone e fornire abbastanza acidi grassi omega-3 da soddisfare il fabbisogno giornaliero di 38 milioni di persone.
- Affinché i Blue Food possano contribuire alla sicurezza alimentare globale, i governi devono porre la gestione degli oceani al centro delle strategie alimentari nazionali, stabilendo delle regole per garantire che i pescatori che pescano in modo sostenibile siano valorizzati, consultati e sostenuti.
- Le attività di pesca responsabili di quasi il 20% del pescato mondiale sono conformi o stanno lavorando per conformarsi allo Standard di [Marine Stewardship Council \(MSC\)](#) per la Pesca Sostenibile. Questo Standard rappresenta un punto di riferimento per le attività di pesca, i governi e le aziende del settore ittico per salvaguardare la salute degli oceani e rispondere alla crescente domanda di prodotti ittici sostenibili.

Le sfide che ci attendono

Nutrire una popolazione in crescita

La FAO calcola che tra i 690 e i 783 milioni di persone nel mondo abbiano sofferto la fame nel 2022. Considerando che la popolazione mondiale globale è destinata a raggiungere i 10 miliardi di persone nel 2050, sarà sempre più difficile soddisfare il fabbisogno alimentare globale.

Il ruolo dell'oceano nella sicurezza alimentare globale è stato tradizionalmente trascurato dai governi, nonostante esso rappresenti una fonte di proteine per oltre 3 miliardi di persone in tutto il mondo². Tesi rafforzata dal [Blue Food Assessment](#) – il rapporto dello Stockholm Resilience Centre e l'Università di Stanford in partenariato con EAT, che esplora il possibile ruolo degli alimenti acquatici nella costruzione di sistemi alimentari sani, sostenibili ed equi – secondo cui l'utilizzo degli alimenti acquatici sarebbe ancora insufficiente nonostante essi siano tra i cibi più ricchi di sostanze nutritive del pianeta.

Le cose stanno però cambiando. Le Nazioni Unite, le ONG e gli scienziati stanno esortando i governi a porre i Blue Food al centro delle proprie politiche alimentari³. Nel giugno 2022, l'Organizzazione delle Nazioni Unite per l'alimentazione e l'agricoltura (FAO) ha pubblicato la Blue Transformation, una strategia per sostenere governi, investitori e operatori della filiera nel soddisfare la crescente domanda di alimenti acquatici, contribuendo al contempo al raggiungimento di molteplici Obiettivi di Sviluppo Sostenibile.

Porre fine alla pesca eccessiva

La percentuale di stock ittici sovrasfruttati continua ad aumentare, passando da circa il 10% degli anni '70 a più del 35% di oggi (figura 3)⁴, con impatti dannosi sugli ecosistemi marini e sulle comunità di pescatori.

La pesca su piccola scala, che produce ogni anno 37 milioni di tonnellate di pescato, corrispondente a circa il 40% del totale globale, subisce il peso maggiore di questi impatti e ha urgente bisogno di supporto per diventare sostenibile⁵, in quanto la sua vulnerabilità all'insicurezza alimentare e all'impatto dei cambiamenti climatici potrebbe minacciare la sua capacità di fornire cibo e sicurezza alimentare a milioni di persone in tutto il mondo.

Secondo le Nazioni Unite, il 98% degli stock attualmente sovrasfruttati potrebbe essere ricostituito entro la metà del secolo, se venisse attuata una governance adeguata⁶.

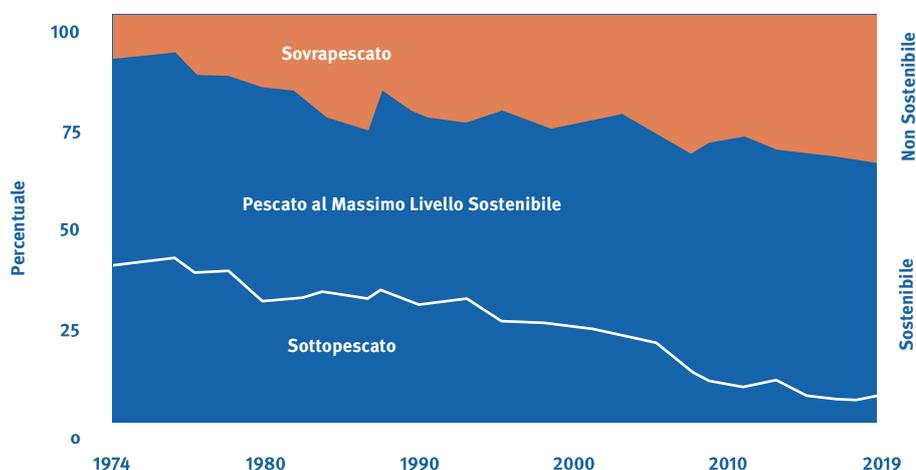


Figura 1 – La sostenibilità delle risorse marine (media globale per tutti gli stock). Fonte: [State of World Fisheries and Aquaculture, 2022](#)

“

I governi hanno compreso che gli alimenti acquatici giocheranno un ruolo fondamentale nel nutrire una popolazione in crescita, riducendo al contempo le emissioni di carbonio e la pressione sulle fonti alimentari terrestri, ma questo può avvenire solo se i Blue Food verranno prodotti in modo sostenibile. Politiche emergenti, investimenti e sostegno per i Blue Food offrono nuove opportunità per le imprese del settore di trasformare il modo in cui operano.

”

Professor Manuel Barange, Direttore di Acquacoltura e Pesca presso la FAO

L'importanza dei Blue Food

Il ruolo che pesce e prodotti del mare giocano nel sostentamento degli individui e nell'economia è enorme. Oggi circa 600 milioni di persone dipendono dagli alimenti acquatici per il proprio sostentamento⁷. I prodotti ittici sono tra i generi alimentari più commercializzati al mondo, per un valore commerciale internazionale annuale stimato in 151 miliardi di dollari². A livello locale, inoltre, i prodotti ittici rappresentano un'importante fonte di proteine a prezzi accessibili.

Più di un terzo della popolazione mondiale (3,3 miliardi di persone) dipende dai prodotti ittici per almeno il 20% del proprio apporto proteico². L'aumento della produzione sostenibile dei Blue Food è uno dei modi più efficaci per nutrire una popolazione mondiale in crescita, sostenendo al contempo lo sviluppo economico e riducendo l'impatto ambientale della produzione alimentare.

I prodotti ittici sono uno degli alimenti più ricchi di proteine, vitamine e sostanze nutritive fondamentali per la salute e lo sviluppo. Nutrienti come lo zinco, il ferro e le vitamine A e B12 sono meglio assorbite e utilizzate dall'organismo quando sono assunte tramite il pesce rispetto a verdure e integratori alimentari, contribuendo a fornire più sostanze nutritive per chilo⁸. Carenze di questi nutrienti hanno un impatto per tutta la vita, causando gravi problemi di salute, riducendo l'aspettativa di vita e rallentando la crescita economica delle economie emergenti⁹.

La pesca sostenibile è importante sia dal punto di vista ambientale che da quello nutritivo, perché rappresenta una fonte alimentare stabile e a lungo termine¹⁰, e assicurando la disponibilità di prodotti ittici per le future generazioni.

Secondo le ultime stime, se tutte le attività di pesca globali fossero gestite in modo sostenibile, si potrebbero catturare 16 milioni di tonnellate di pesce in più ogni anno¹¹. Una nuova analisi condotta da Marine Stewardship Council* mostra che questo pescato aggiuntivo, un totale di 112 milioni se sommato ai 96 milioni di tonnellate di pescato attualmente previste per il 2030, potrebbe fornire nutrienti per aiutare a prevenire alcune delle condizioni di salute più gravi e pericolose causate dalla malnutrizione, come mostrato nei dati riportati qui a fianco.

*I valori nutrizionali sono stati calcolati in base ai dati sulla pesca contenuti nel rapporto SOFIA della FAO, ai dati dell'Aquatic Foods Composition Database e a un ipotetico aumento di 16 milioni di tonnellate di pescato ricavabile da una gestione interamente sostenibile della pesca (Costello, et al 2016). Le potenziali catture combinate comprendono 96 milioni di tonnellate di catture previste dal SOFIA 2020 per il 2030 sommate a 16 milioni di tonnellate. Le persone affette da carenze nutrizionali che questo totale combinato (112 milioni di tonnellate) potrebbe ipoteticamente soddisfare sono: 4 milioni che presentano carenza di ferro, 2,7 milioni di zinco, 24,6 milioni di calcio, 18 milioni di vitamina B12 e 38,4 milioni di DHA+EPA, aumentando al contempo l'assunzione di vitamina A per 5 milioni di persone. Ciò presuppone che questo pescato sia destinato a popolazioni vulnerabili dal punto di vista nutrizionale. Le stime sono derivate dall'Aquatic Foods Composition Database, creato dal Golden Lab dell'Harvard TH Chan School of Public Health.

112 milioni di tonnellate in più di pesce da pesca sostenibile potrebbero prevenire:

**carenza di ferro in
4 milioni** di persone

**carenza di vitamina B12 in
18 milioni** di persone

**carenza di zinco in
2,5 milioni** di persone

**carenza di calcio in
24 milioni** di persone

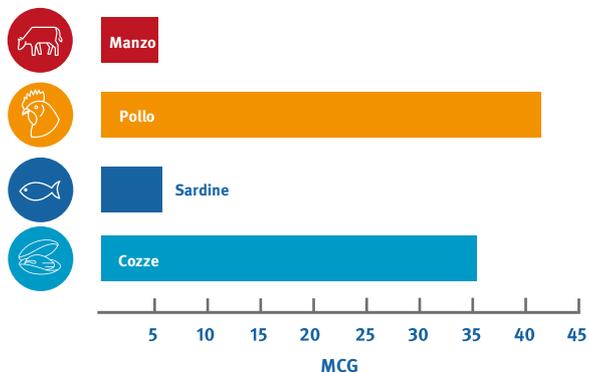
**carenza di acidi grassi omega-3 in
38 milioni** di persone

**...e aumentare l'assunzione di vitamina A
in 5 milioni** di persone

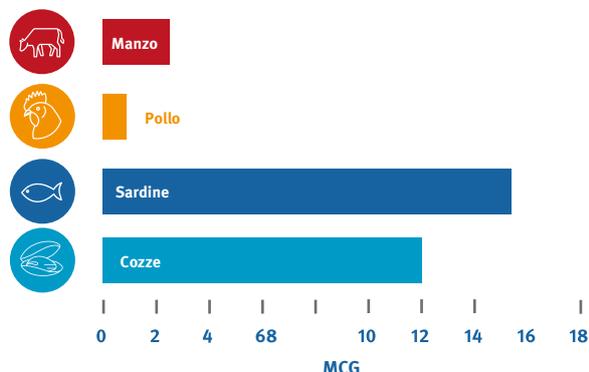


Figura 2: caratteristiche nutrizionali di cozze e sardine rispetto a pollo e manzo

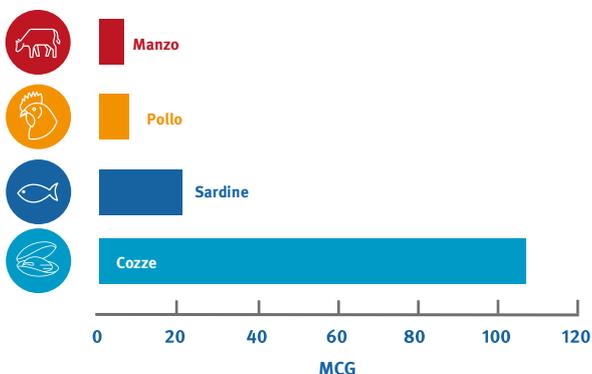
Vitamina A (microgrammi per porzione di 100 g)



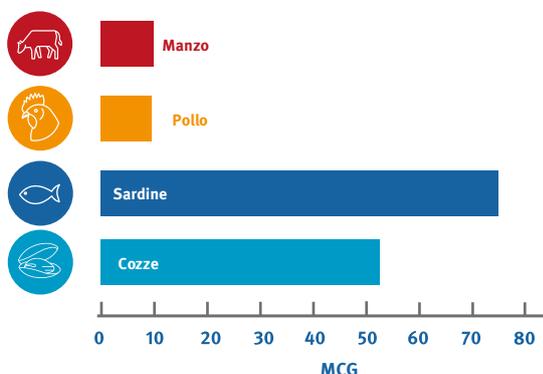
Vitamina B12 (microgrammi per porzione di 100 g)



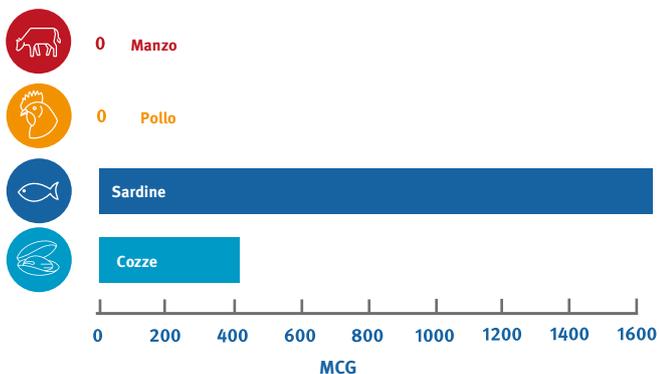
Iodio (microgrammi per porzione di 100 g)



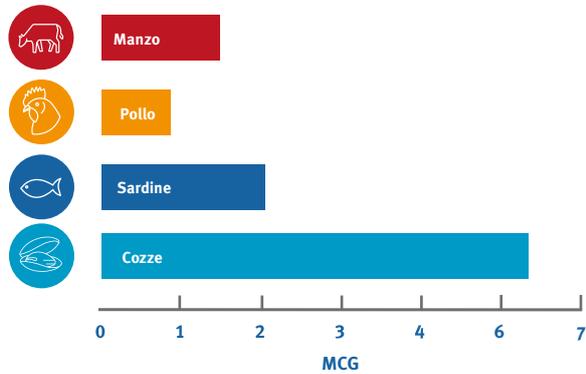
Calcio (microgrammi per porzione di 100 g)



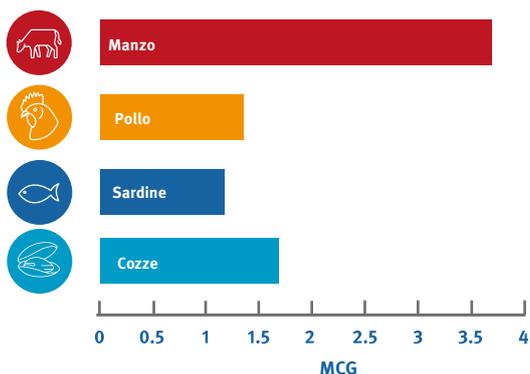
Omega-3 solo EPA e DHA (microgrammi per porzione di 100 g)



Ferro (microgrammi per porzione di 100 g)



Zinco (microgrammi per porzione di 100 g)



Fonte: Golden et al. Nature 2021; presentazione della FAO al Seafood Futures Forum 2023.

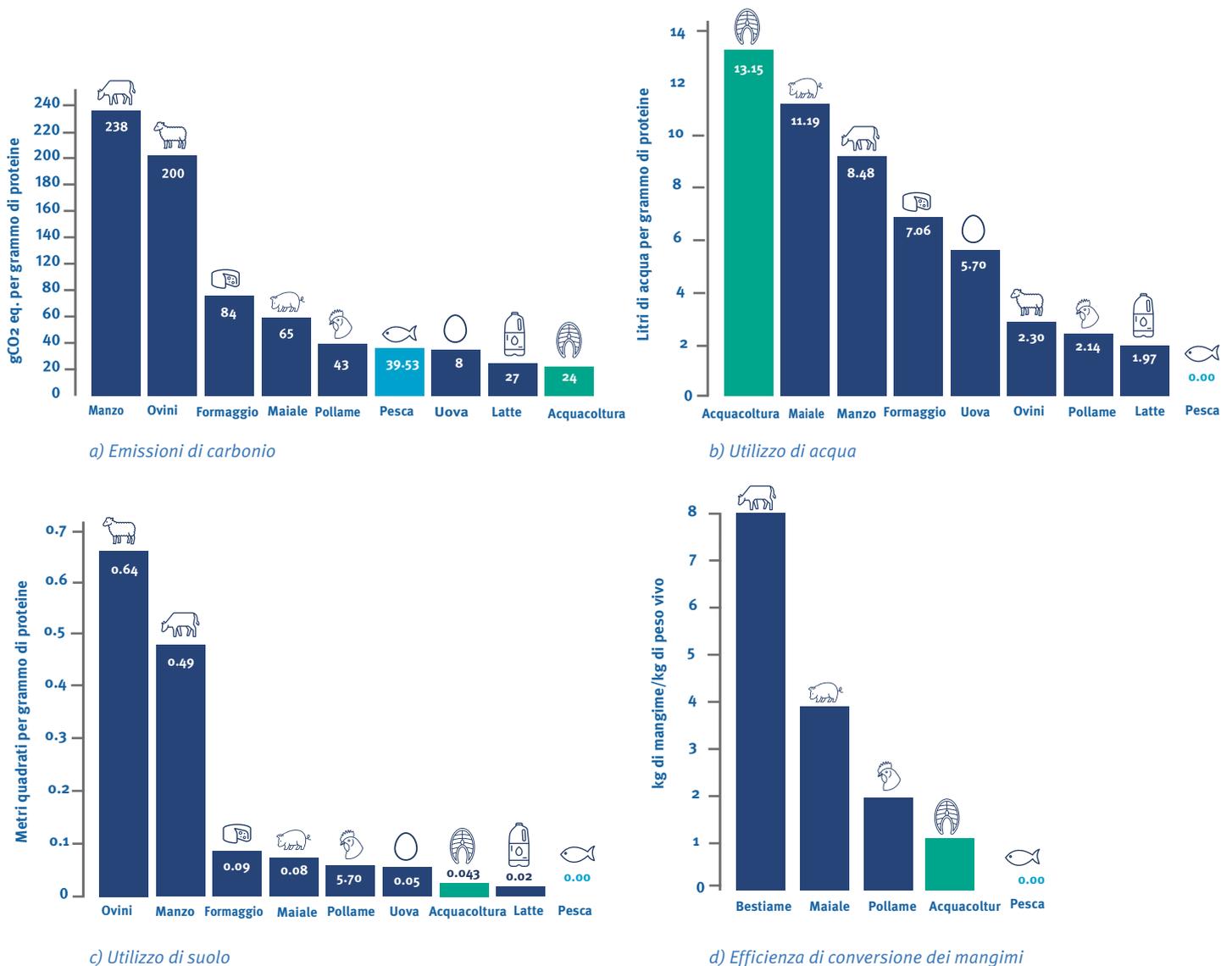
L'impatto ambientale dei Blue Food

Gli scienziati che hanno lavorato al Blue Food Assessment hanno scoperto che la produzione di alimenti acquatici è in genere meno dannosa per l'ambiente rispetto alla produzione della maggior parte degli alimenti di origine animale allevati sulla terraferma. Alghe, bivalvi e piccoli pesci pelagici pescati, come sardine, sgombri e aringhe, hanno un impatto tra i più bassi¹. La pesca inoltre non richiede terra, acqua dolce, fertilizzanti o mangimi².

Le emissioni complessive di carbonio prodotte dai prodotti ittici sono significativamente inferiori rispetto alla produzione di carne rossa². Tra le specie di pesce pescato, le emissioni di gas serra variano da relativamente basse, come nel caso delle sardine e del merluzzo, a relativamente alte per i pesci piatti e le aragoste¹.

È importante notare che la pesca di piccole specie pelagiche, bivalvi e salmone, con le più basse emissioni di carbonio, fornisce anche i più alti benefici nutrizionali¹³. Per la pesca a più alte emissioni di carbonio, la riduzione dell'uso di carburante attraverso l'ottimizzazione degli attrezzi e il miglioramento della gestione della pesca rappresentano le maggiori opportunità per ridurre le proprie emissioni¹.

Figura 3: Prestazioni ambientali della pesca rispetto ad altre fonti proteiche



Fonti: a), b) e c): Secondo gli ultimi dati, il pescato ha un'impronta di carbonio inferiore a quella della carne rossa, del formaggio e del pollo, Oceana. d): Fry et al, 2018: Feed conversion efficiency in aquaculture: do we measure it correctly? – IOP science, Presentazione FAO al Seafood Futures Forum 2023

Rendere la pesca sostenibile una realtà globale

La pesca sostenibile è un obiettivo raggiungibile e condiviso dall'opinione pubblica. Un cambiamento efficace per migliorare la salute e i mezzi di sussistenza in tutto il mondo è possibile solo se i responsabili politici pongono la gestione degli oceani al centro delle proprie strategie alimentari, stabilendo regole che consentano il riconoscimento, la consultazione e il supporto ai pescatori che pescano in modo sostenibile. Il coinvolgimento di scienziati, investitori, operatori del settore ittico, trasformatori, rivenditori, aziende e associazioni ambientaliste è essenziale per ottenere un cambiamento sistemico nel modo in cui i prodotti ittici vengono prodotti a livello globale.

Il **programma di certificazione MSC** è il più riconosciuto e credibile al mondo per la pesca sostenibile; questo perché:

- **Lo Standard MSC** si basa sulle **linee guida delle Nazioni Unite per la pesca sostenibile**, stabilendo i requisiti per la salute degli stock, per la minimizzazione dell'impatto sull'ambiente circostante e per le pratiche efficaci di gestione della pesca. Per ogni attività di pesca, la valutazione del rispetto di questi requisiti avviene in modo indipendente; la conclusione positiva di questo processo porta a ottenere la certificazione MSC e alla possibilità di apporre il **marchio MSC** sui prodotti da pesca sostenibile. Gli stock oggetto di pesca certificata MSC, rispetto a quelli pescati da attività di pesca non certificate, ottengono punteggi più alti su criteri chiave di sostenibilità, tra cui l'abbondanza di pesce¹⁴;
- Le attività di pesca coinvolte nel programma MSC hanno apportato migliaia di miglioramenti concreti per rispettare le migliori pratiche della pesca sostenibile;
- La domanda di mercato per i prodotti ittici sostenibili con il marchio blu MSC costituisce un incentivo economico per le attività di pesca al fine di accedere a nuovi mercati, come quelli europei e nordamericani, dove i prodotti ittici certificati MSC sono molto richiesti;
- Quando le attività di pesca non sono pronte per la certificazione il programma **In-transition to the MSC** offre una serie di strumenti per effettuare i miglioramenti necessari, che saranno oggetto di misurazione e verifica da parte di un certificatore indipendente. Inoltre grazie all'**Ocean Stewardship Fund** sono disponibili programmi di formazione e di supporto finanziario con particolare attenzione alle attività di pesca su piccola scala e nei Paesi in via di sviluppo.

Visti i vantaggi della pesca sostenibile in termini di salute del nostro Pianeta, di nutrimento e sussistenza di una popolazione in crescita e di salvaguardia delle risorse marine, MSC si è data l'ambizioso obiettivo di coinvolgere nel proprio programma per la pesca sostenibile il 30% delle attività di pesca globali entro il 2030. Per contribuire al raggiungimento di questo obiettivo, chiediamo ai governi di impegnarsi più a fondo per sostenere la pesca in un'ottica di Blue Transformation.

*Certificata o in fase di valutazione per conformità allo Standard MSC

Bibliografia

1. Gephart, J.A et al. Blue Food Assessment (2021), Environmental performance of blue foods, *Nature* 597, 360–365 <https://www.nature.com/articles/s41586-021-03889-2>
2. UN FAO State of Fisheries and Aquaculture (2022) (SOFIA) Report <https://www.fao.org/3/cc0461en/online/cc0461en.html>
3. FAO (2022) Blue Transformation Roadmap 2022-2030: A vision for FAO's work on aquatic food systems <https://www.fao.org/documents/card/en/details=cc0459en/>
4. UN FAO. (2022) The State of Food Security and Nutrition in the World
5. UN FAO, Duke University and World Fish (2023) Illuminating Hidden Harvests The contributions of small-scale fisheries to sustainable development. <https://www.fao.org/documents/card/en/c/cc4576en>
6. UN Second World Ocean Assessment page 18
7. UN FAO (2022) The State of Food Security and Nutrition in the World

8. Bogard J R, Thilsted S H, Marks G C, Wahab M A, Hossain M A R, Jakobsen J and Stangoulis J (2015) Nutrient composition of important fish species in Bangladesh and potential contribution to recommended nutrient intakes *J. Food Compos. Anal.* 42 120–33, and Thilsted S H, Thorne-Lyman A, Webb P, Bogard J R, Subasinghe R, Phillips M J and Allison E H (2016) Sustaining healthy diets: the role of capture fisheries and aquaculture for improving nutrition in the post-2015 era *Food Policy* 61 126–31
9. Peter, et al, Selected Nutrients and Their Implications for Health and Disease across the Lifespan: A Roadmap, *Nutrients*, 2014
10. Hilborn et al (2020) Effective fisheries management instrumental in improving fish stock status, *PNAS* https://www.researchgate.net/publication/338575514_Effective_fisheries
11. Costello, C et al. (2016), Global fishery prospects under contrasting management regimes. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 113, 13 0.1073/pnas.1520420113
12. Gephart, J.A. et al. (2021). Environmental performance of blue

“

Se un maggior numero di attività di pesca a livello globale fosse gestito in modo sostenibile, saremmo in grado di produrre una quantità maggiore di nutrimento necessario per sfamare una popolazione in crescita. Ma questo richiede un'azione urgente. Consumatori, pescatori e imprese stanno già supportando questo cambiamento: è necessario che i governi facciano di più, garantendo l'urgente trasformazione dei nostri sistemi alimentari a livello globale”

Rupert Howes, CEO, Marine Stewardship Council

Il programma MSC in cifre:

> 19%
della pesca globale coinvolta*

> 650
attività di pesca coinvolte*

> 2.000
miglioramenti della pesca

> 5.000
partner della catena di approvvigionamento certificati

20.000
prodotti con il marchio MSC venduti in oltre 70 Paesi