



## Comunicado de imprensa

8 de junho de 2023

### A sobrepesca priva milhões de pessoas de nutrientes vitais

Os novos dados do Marine Stewardship Council (MSC) mostram que acabar com a sobrepesca poderia proporcionar alimento a milhões de pessoas mais, ajudando a prevenir problemas de saúde graves e potencialmente fatais. O peixe e o marisco são dos alimentos mais ricos em nutrientes e vitaminas, cobrindo já um quinto das necessidades diárias de proteínas de mais de 3 mil milhões de pessoas em todo o mundo[1].

As estimativas mais recentes sugerem que, se todas as pescarias do mundo fossem geridas de forma sustentável, poderiam ser capturadas mais 16 milhões de toneladas de peixe e marisco por ano[2]. Estas capturas adicionais, juntamente com os 96 milhões de toneladas de pescado selvagem atualmente previstos para 2030[3], poderiam evitar as carências de ferro em 4 milhões de pessoas e as carências de vitamina B<sub>12</sub> em 18 milhões de pessoas[4]. Isto poderia contribuir para reduzir a anemia, um problema de saúde pública mundial que afeta quase metade das crianças com menos de cinco anos e 40% das mulheres grávidas em todo o mundo[5].

O aumento do total de capturas poderia também contribuir para eliminar as carências de zinco e cálcio em mais de dois milhões e meio e 24 milhões de pessoas, respetivamente, ao mesmo tempo que aumentaria o consumo de vitamina A em cinco milhões de pessoas[6]. A deficiência de vitamina A é, por si só, a principal causa de cegueira evitável nas crianças[7].

O MSC afirmou que, para aproveitar os benefícios dos alimentos aquáticos, os governos devem colocá-los no centro das suas estratégias alimentares nacionais, estabelecendo regras que garantam o reconhecimento e o apoio à pesca sustentável, bem como melhorando o acesso a produtos do mar ricos em nutrientes, especialmente nas economias emergentes.

Segundo a análise desta organização sem fins lucrativos, 38 milhões de pessoas que carecem de níveis saudáveis de ácidos gordos ómega 3 essenciais (DHA e EPA)[8], que se encontram principalmente no peixe e no marisco[9], poderiam satisfazer as suas necessidades diárias se os oceanos fossem explorados de forma sustentável, o que contribuiria para reduzir as mortes por doenças cardíacas e acidentes vasculares cerebrais[10].

As estimativas provêm da [Aquatic Foods Composition Database \(base de dados sobre a composição de alimentos aquáticos\)](#)[11], um produto do [Golden Lab](#) da Harvard T.H. Chan School of Public Health, que constitui a base de dados mundial mais completa com mais de três mil e quinhentas espécies de alimentos aquáticos e centenas de nutrientes, criada para melhorar a compreensão em relação aos benefícios nutricionais dos alimentos aquáticos.

Estudos recentes[12] mostraram também que o organismo absorve e utiliza melhor os nutrientes do peixe e do marisco do que os nutrientes dos vegetais e dos suplementos alimentares. No entanto, os desafios que o oceano enfrenta são também imensos, com mais de um terço das populações mundiais de peixes a serem exploradas a um nível insustentável[13].

**Rupert Howes, Diretor Executivo do MSC, disse:**

*«Estamos a enfrentar uma pressão sem precedentes sobre os sistemas de produção alimentar no mundo, com a população mundial a atingir mais de 8 mil milhões de pessoas até 2030, bem como os impactos potencialmente catastróficos das alterações climáticas. O peixe selvagem já desempenha um papel fundamental, fornecendo proteínas a milhares de milhões de pessoas e oferecendo uma forma de produção natural de alimento e com baixas emissões de carbono que é difícil de superar.*

*Se mais pescarias em todo o mundo forem geridas de forma sustentável, poderemos fornecer uma quantidade ainda maior dos nutrientes necessários para uma população em crescimento. Mas, para tal, exige-se uma ação urgente, uma vez que um terço das populações de peixes do mundo estão ameaçadas. Se conseguirmos fazer frente ao desafio da sobrepesca, estaremos a lutar contra a insegurança alimentar e a prevenir problemas de saúde. Os consumidores, os pescadores e as empresas já estão a apoiar esta mudança. Mas precisamos que os governos façam mais, garantindo a transformação urgente dos nossos sistemas alimentares à escala mundial.»*

Esta análise, incluída num novo relatório sobre a importância dos produtos do mar capturados em estado selvagem para sustentar uma população mundial em crescimento, está a ser lançada pelo MSC para assinalar o [15.º Dia Mundial dos Oceanos da ONU](#), que se celebra na quinta-feira, 8 de junho de 2023.

**#Fim#**

**Para questões de imprensa, queira contactar:**

Asun Talavera, diretora sénior de relações públicas

[asun.talavera@msc.org](mailto:asun.talavera@msc.org) | +34 676 016 630

**Notas para os editores:**

1. ONU, State of the world fisheries [Estado das pescas no mundo] (Sofia 2020)
2. Segundo Costello et al (2016): [Global fishery prospects under contrasting management regimes](#), poderia capturar-se 16 milhões de toneladas a mais de pescado se as pescarias fossem mais bem geridas, enquanto [Ye et al \(2012\)](#) chegaram a um valor semelhante de 16,5 milhões de toneladas.
3. O potencial de capturas combinadas inclui 96 milhões de toneladas de capturas selvagens para 2030, provenientes do [SOFIA 2020](#), acrescidas de 16 milhões de toneladas provenientes de Costello et al (V. ref. 2).
4. Os valores nutricionais foram calculados a partir dos dados sobre a produção de peixes e mariscos provenientes de pescarias de captura selvagem do [relatório SOFIA da FOA das Nações Unidas](#) com números provenientes da [Aquatic Foods Composition Database](#), e um aumento hipotético de 16 milhões de toneladas se toda a pesca de captura selvagem fosse sustentável ([Costello, et al 2016](#)). O potencial de capturas combinadas inclui 96 milhões de toneladas de capturas selvagens previstas para 2030, provenientes do SOFIA 2020, acrescidas de 16 milhões de toneladas. Este total combinado (112 milhões de toneladas) de pescado de captura selvagem poderia hipoteticamente eliminar carências de: ferro em 4 milhões de pessoas, zinco em 2,7 milhões, cálcio em 24,6 milhões, vitamina B12 em 18 milhões e DHA+EPA em 38,4 milhões, aumentando simultaneamente a ingestão de vitamina

A em 5 milhões de pessoas. Isto pressupõe que este pescado de captura selvagem se destina a populações nutricionalmente vulneráveis. Os números baseiam-se na divisão de carências nutricionais do relatório [Aquatic foods to nourish nations](#). *Nature* **598**, 315–320 (2021) por captura selvagem e por aquicultura do SOFIA 2020. Os números não têm em conta as desagregações comerciais que permitiriam indicar onde os fluxos da aquicultura e das capturas selvagens se enquadram em relação aos sistemas alimentares existentes, o que está atualmente a ser analisado por [Jessica Gephart da American University](#) (saber mais [aqui](#)).

5. De acordo com a [Organização Mundial da Saúde](#).
6. Ver ref. 4.
7. De acordo com a [Organização Mundial da Saúde](#).
8. Ver ref. 4.
9. *Sustainable optimization of global aquatic omega-3 supply chain could substantially narrow the nutrient gap*, Resources, Conservation and Recycling. Junho 2022. <https://doi.org/10.1016/j.resconrec.2022.106260>
10. Vários [estudos de investigação](#) em grande escala provaram que os [óleos com ómega 3](#) provenientes do peixe e do marisco previnem doenças cardiovasculares, ataques cardíacos e acidentes vasculares cerebrais.
11. A [Aquatic Foods Composition Database](#) foi desenvolvida por investigadores da Harvard T.H. Chan School of Public Health, juntamente com investigadores de outras universidades, para o seu relatório [Aquatic foods to nourish nations](#). *Nature* **598**, 315–320 (2021).
12. Bogard J R, Thilsted S H, Marks G C, Wahab M A, Hossain M A R, Jakobsen J e 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, e Thilsted S H, Thorne-Lyman A, Webb P, Bogard J R, Subasinghe R, Phillips M J e 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.
13. <http://www.fao.org/publications/sofia/2020/en/>

O **Marine Stewardship Council (MSC)** é uma organização internacional sem fins lucrativos que estabelece padrões reconhecidos a nível mundial para a pesca sustentável e a cadeia de abastecimento de produtos do mar. Pescarias que representam 19% das capturas marinhas selvagens do mundo estão envolvidas no programa de certificação do MSC. Para obter mais informações, visite [msc.org](http://msc.org) ou as nossas páginas nas redes sociais:

