

# Sobrepesca priva milhões de pessoas de terem uma dieta rica em nutrientes

14 de Junho, 2023

Dados do **Marine Stewardship Council** mostram que acabar com a sobrepesca permitiria obter mais alimento dos oceanos, numa quantidade suficiente para alimentar milhões de pessoas que atualmente estão privadas desta fonte de proteína, ajudando ainda a prevenir problemas de saúde graves e potencialmente fatais. O peixe e o marisco são dos alimentos mais ricos em nutrientes e vitaminas, correspondendo já a um quinto das necessidades diárias de proteínas de mais de três mil milhões de pessoas em todo o mundo.

Estudos recentes sugerem que, se todas as pescarias do mundo fossem geridas de forma sustentável, seria possível pescar mais 16 milhões de toneladas de peixe e marisco por ano. Esta quantidade adicional, juntamente com os 96 milhões de toneladas de pescado selvagem previstos para 2030, poderiam evitar carências de ferro em quatro milhões de pessoas e carências de vitamina B12, em 18 milhões de pessoas. O aumento do pescado poderia também contribuir para eliminar as carências de zinco em mais de dois milhões e meio de pessoas e de cálcio em 24 milhões, ao mesmo tempo que impulsionaria o consumo de vitamina A em cinco milhões de pessoas.

O MSC alerta que, para usufruir destes benefícios, estes têm de ser considerados no centro das estratégias alimentares nacionais dos governos, através da promoção de medidas que garantam o reconhecimento e o apoio à pesca sustentável.

Segundo a análise do MSC, 38 milhões de pessoas que carecem de ácidos gordos ómega 3 (DHA e EPA), presentes maioritariamente no peixe e no marisco, 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.

**Rupert Howes, Diretor Executivo do MSC**, afirma: “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”.