



A Valorização do Pescado em Portugal – Colóquio Docapesca
Carlos Henriques, Membro da Comissão da Fileira do Pescado
Lisboa, 9 de Janeiro, 2012

VALOR ECONÓMICO

(valores monetários a preços correntes de 2006 ; emprego em milhares de indivíduos em equivalente a tempo completo)

Efeitos nos seguintes agregados económicos	Náutica de Recreio e Turismo náutico		Construção e reparação naval		Pesca, aquicultura e indústria de pescado		Transportes marítimos, portos e logística		Total das actividades ligadas ao mar consideradas	
	Efeito directo	Efeito total	Efeito directo	Efeito total	Efeito directo	Efeito total	Efeito directo	Efeito total	Efeito directo	Efeito total
Produção (milhões €)	145	332	269	834	1 759	4 792	2 102	5 943	4 275	11 901
VAB (milhões €)	78	159	91	333	735	2 049	1 075	2 778	1 979	5 319
Emprego (milhares de indivíduos)	2,4	5,2	4,1	12,7	32,0	90,9	20,2	75,8	58,7	184,6
Remunerações (milhões €)	38	78	83	210	322	961	554	1 406	997	2 655
Impostos s/ produtos (milhões €)	32	53	12	66	270	596	62	491	376	1 206
Produto Interno Bruto (milhões €)	110	212	103	400	1 005	2 645	1 137	3 269	2 355	6 526

O Sector representa um efeito total no PIB português superior a 2,5 mil milhões de euros e emprega mais de 90.000 pessoas.

Fonte: O Hypercluster da Economia do Mar, Saer/ACL, 2009

VALOR ECONÓMICO

ANO	2008	2009	2010	Crescimento 2009/2010
TONELADAS	132 816.6	129 494.2	155 866.5	+20,3%
MIL EUROS	523 759.4	500 852.8	679 226.8	+35,6%

As exportações dos produtos da pesca em quantidade aumentaram em 2010 cerca de 20%, passando de 129,5 para 155,9 mil toneladas, com um valor próximo dos 700 milhões de euros.

Fonte: Datapescas e Instituto Nacional de Estatística



VALOR TURÍSTICO E GASTRONÓMICO

✓ O **pescado nacional** brilhou na apresentação internacional da campanha “**Taste Portugal**” no World Travel Market. A campanha foi promovida sob o lema “**The Best Fish of the World**”.

✓ *Chefs* como Joan Roca ou Ferran Adrià afirmam que “Portugal tem um peixe absolutamente excepcional”. Também Thomas Keller, o reconhecido *chef* nova-iorquino, só consome peixe português.

✓ A UNESCO incluiu a dieta mediterrânica na lista de Património Cultural Imaterial da Humanidade, numa proposta conjunta de Espanha, Itália, Grécia e Marrocos. Esta dieta é das mais saudáveis de todo o mundo e inclui uma diversidade de produtos, onde se destacam o **pescado**, frutas, legumes, cereais, azeite e vinho.

👍 **Consuma pescado: fresco, congelado, seco ou em conservas.**
Pescado é saúde.



PLATAFORMA FILEIRA DO PESCADO



ACOPE - Associação dos Comerciantes de Pescado



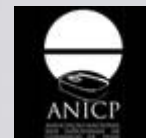
ADAPI - Associação dos Armadores das Pescas Industriais



AIB – Associação dos Industriais do Bacalhau



ALIF – Associação da Indústria Alimentar pelo Frio



ANICP - Associação Nacional dos Industriais de Conservas de Peixe



DOCAPESCA – Portos e Lotas



OBJECTIVOS

- Reforçar o papel do sector das pescas, transformação e comercialização de pescado como um dos motores de desenvolvimento da economia nacional.
- Promover e valorizar a qualidade e a sustentabilidade do pescado consumido em Portugal com o objectivo de aumentar o índice de confiança dos consumidores.
- Apresentar-se como um interlocutor privilegiado perante as diversas instituições e os consumidores.
- Reforçar os benefícios do pescado como uma opção saudável para uma alimentação equilibrada.



PLATAFORMA FILEIRA DO PESCADO

A **Fileira do Pescado** deu um passo importante. Pensamos que, ainda para mais num momento de crise, seria benéfico que **outras associações se juntassem à Fileira** para concentrar esforços e recursos em torno de um objectivo comum: a **valorização do pescado português – o melhor peixe do mundo.**

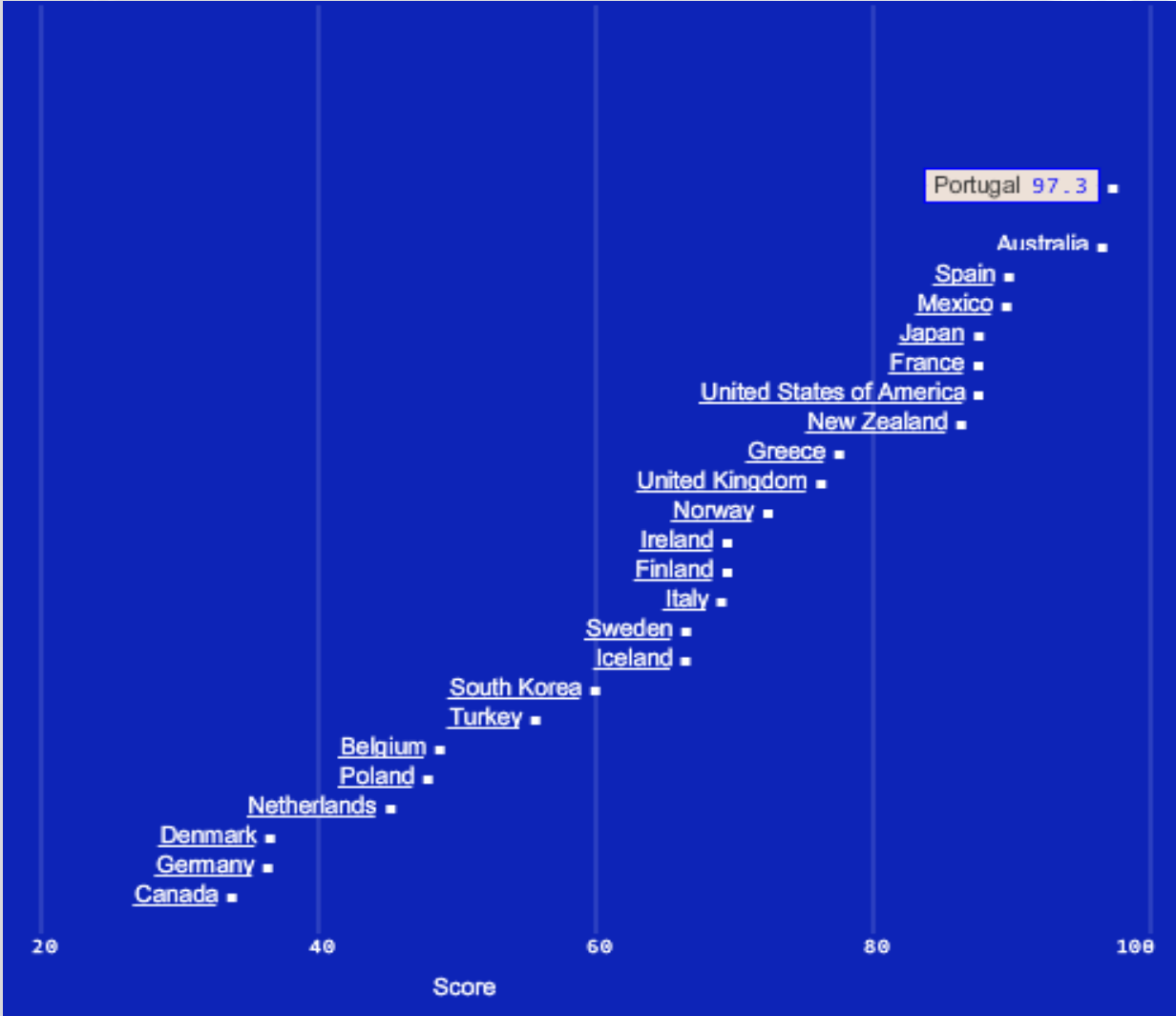


CONSUMO CRESCE... MAS CAPTURAS DECRESCEM

Kg/ano Per capita	2009	2010	2011	2011/10
Pescado para consumo humano	17.2	17.3	17.4	0.3%
Captura	9.1	8.9	8.8	-2.1%
Aquicultura	8.2	8.4	8.6	2.8%



PORTUGAL: SUSTENTABILIDADE COMPROVADA



Um estudo realizado pelas Universidades de Yale e Columbia, para estimar os Índices de Desempenho Ambiental em 2010, classificou o sector das pescas em Portugal no 1º lugar entre os países da OCDE, com uma pontuação de 97.3 (num máximo de 100).



PRODUÇÃO DE PESCADO VS OUTRAS FONTES DE PROTEÍNA

- O **pescado apresenta a maior taxa de conversão em massa corporal dos alimentos que consome**, quando comparada com outras espécies de origem animal. Dados recentes referem que o **pescado converte em proteína cerca de 30% dos alimentos que consome, enquanto outros grupos de animais terrestres convertem apenas cerca de metade** desse valor.
- Em termos de emissões e impactos directos dos efluentes nas linhas de água, ao contrário do que se pensa, a **aquacultura é uma das produções de proteína animal que menos impacto tem no meio ambiente**. Por exemplo, emite 3 vezes menos azoto que a produção de proteína de vaca.
- Estes estudos permitem concluir que, numa óptica de sustentabilidade ecológica, o consumo de pescado é o mais vantajoso, dadas **as exigências ambientais da produção do pescado serem menores**.

(Fonte: Blue Frontiers - Managing the environmental costs of aquaculture, Stephen et al, 2009)



PESCADO, UM ALIMENTO SAUDÁVEL

Porque...

- é baixo em calorias, actuando na manutenção do peso ideal
- favorece a digestão, graças às suas proteínas de elevado conteúdo nutritivo.
- contém uma elevada quantidade de minerais, tais como cálcio e fósforo, além de vitaminas A, D e B.
- algumas espécies são ricas em Ómega 3 e Ómega 6, ácidos gordos com benefícios directos para a saúde. O pescado é o único alimento que possui, de forma natural, elevados índices de Ómega-3.
- a investigadora portuguesa Cláudia Figueiredo provou que a absorção pelo corpo dos ácidos gordos Ómega-3 provenientes de peixe e marisco é até nove vezes superior à dos suplementos alimentares.

BAIXO EM CALORIAS, MUITO IMPORTANTE QUANDO TEMOS UMA VIDA SEDENTÁRIA!



PESCADO, UM ALIMENTO SAUDÁVEL

Porque...

- Previne a doença de Alzheimer
- Reduz o risco de morte por doença cardíaca
- Reduz o risco de malformação do cérebro nos bebés, quando consumido no período de gravidez
- Crianças e jovens que tenham uma dieta alimentar saudável que inclua pescado, vão ser influenciadas por esse padrão na vida adulta

Fonte: Joint FAO/WHO Expert Consultation, 25-29 January 2010, Rome



PESCADO CONTROLADO



Suportes: Cartazes Grande e Pequeno formato
Locais: Pontos de Venda, Serviços de Saúde, Universidades e Associações



PESCADO CONTROLADO



www.fileiradopescado.com



newsletter



PESCADO CONTROLADO – 2ª FASE

Muito se tem falado sobre o papel que o Mar pode ter no desenvolvimento económico do país...Mas, é preciso **passar da teoria à prática com acções concretas e calendarizadas**, que apoiem a **fileira da pesca e aquicultura**.



PESCADO CONTROLADO – 2ª FASE



DIA DO ÓMEGA 3 – 03/03/2012



alimentação saudável

PEIXE: fonte de ómega-3

Os ácidos ómega-3 não são produzidos pelo organismo, pelo que são obtidos através da ingestão de alimentos.

Benefícios do ómega-3

Ómega-3	Benefícios	Indicações
Ácido graxo essencial	Reduz o risco de doenças cardiovasculares	Doenças cardiovasculares
Ácido graxo essencial	Reduz o risco de doenças crónicas	Doenças crónicas
Ácido graxo essencial	Reduz o risco de doenças autoimunes	Doenças autoimunes
Ácido graxo essencial	Reduz o risco de doenças neurodegenerativas	Doenças neurodegenerativas
Ácido graxo essencial	Reduz o risco de doenças oncológicas	Doenças oncológicas
Ácido graxo essencial	Reduz o risco de doenças reumáticas	Doenças reumáticas
Ácido graxo essencial	Reduz o risco de doenças metabólicas	Doenças metabólicas
Ácido graxo essencial	Reduz o risco de doenças endócrinas	Doenças endócrinas
Ácido graxo essencial	Reduz o risco de doenças respiratórias	Doenças respiratórias
Ácido graxo essencial	Reduz o risco de doenças dermatológicas	Doenças dermatológicas

Importância para a saúde

Os ácidos graxos ómega-3 são essenciais para a saúde humana. Eles são produzidos a partir de alimentos ricos em gordura, como peixe, sementes e óleos vegetais. Os ácidos graxos ómega-3 são conhecidos por seus benefícios para a saúde, incluindo a redução do risco de doenças cardiovasculares, a melhoria da função cerebral e a redução da inflamação.

Benefícios do peixe para a saúde

O peixe é um alimento que deve ser consumido regularmente. Ele é rico em proteínas, vitaminas e minerais. Além disso, o peixe é uma excelente fonte de ácidos graxos ómega-3, que são essenciais para a saúde cardiovascular.

Como avaliar a frescura do peixe?

Para saber se o peixe é fresco, verifique se ele tem um odor agradável, se as escamas estão brilhantes e se o peixe está firme ao toque. Além disso, o peixe deve ser consumido imediatamente após a compra.

E se o peixe for congelado?

Se o peixe for congelado, ele deve ser descongelado corretamente. Para isso, o peixe deve ser colocado na geladeira por 24 horas antes de ser cozido. Isso garante que o peixe seja seguro e saudável para consumo.

Um dia para o peixe

HÁ DIAS para tudo. E, na próxima semana, assinala-se o Dia Internacional do Ómega 3. Momento certo para os portugueses consumirem um dos alimentos mais ricos nestes ácidos gordos e que é também um dos peixes mais consumidos em Portugal – a sardinha.

A seu lado no ranking dos peixes saudáveis estão o carapau, o atum e o salmão. O bacalhau e a pescada, além de conterem ácidos gordos, são também alimentos baixos em calorias. Isabel Tato, da associação Fileira do Pescado, realça que «o modo de consumir estes peixes – frescos, congelados, secos ou em conserva – não altera as suas propriedades nutricionais».

Em 2010, a Autoridade Europeia para a Segurança dos Alimentos (AES) divulgou um parecer científico em que recomenda uma dose diária de 250 mg de DHA e EPA, dois dos ácidos gordos que compõem o ómega 3. Durante a gravidez e a amamentação, a entidade concluiu que o consumo diário deveria aumentar entre 100 e 200 mg, para compensar as perdas da mãe e reforçar os níveis dos ácidos gordos no bebé.

A sardinha não apresenta quaisquer problemas de sustentabilidade, porque existe em grande quantidade, ao contrário de alguns tipos de atum ou salmão. No entanto, a responsável da Fileira do Pescado garante que o peixe à venda no mercado português não coloca em causa as espécies: «A política de pescas portuguesa é elogiada pela Comissão Europeia. Um estudo das universidades de Yale e Columbia diz que Portugal é o país da OCDE que melhor gere os seus recursos marinhos».

A 2 de Março, organiza-se um seminário sobre os benefícios do ómega 3, que conta com especialistas em saúde.

Joana Andrade

DIA INTERNACIONAL ÓMEGA 3

ÓMEGA 3 É UM ÁCIDO GORDO COM EFEITOS BENÉFICOS NA SAÚDE CARDIOVASCULAR

DESPORTO EMOS DAR A VOLTA

JAVI GARCIA



CERTIFICAÇÕES NACIONAIS DE PESCAS RESPONSÁVEIS



Seafood from Iceland
for the benefit of future generations
www.ResponsibleFisheries.is



A Certificação de Pescas Responsáveis pode ajudar a acelerar a trajetória de crescimento das exportações, especialmente para países mais desenvolvidos que podem atribuir maior valor aos nossos produtos.

SISTEMAS DE CERTIFICAÇÃO



Demasiados “selos”
confundem o consumidor.





www.fileiradopescado.com

