



1,8 M€

Foi o aumento em valor das transações de cavala em lota até 31 de agosto de 2012.

Dado provisórios da Docapesca registam um valor de vendas em lota de 6.573.402,15€ e 19.611.900,80Kg, por contraponto a 4.739.256,22€ e 13.979.916,80€ em igual período de 2011.



Um dos aspectos interessantes da cavala é o facto de não ter definido o Total de Captura Admissível (TAC) ou seja, não há limite à quantidade que os pescadores podem apanhar, tal é a abundância em presença nas nossas costas. Assim como também não limites de tamanho mínimo para as capturas, embora os estudos nos digam que a primeira vez que a cavala desova deve ter 28 cm.

Nova campanha da DOCAPESCA promete pôr a cavala à sua mesa

Apesar de ser um peixe bastante agradável, sem espinhas irritantes e de qualidades extraordinárias, rico em Ómega 3, parece que ninguém o apreciou muito até agora. A DOCAPESCA promete mudar este estado de coisas e dirige uma campanha para levar a cavala até à mesa dos portugueses. Hoje fomos falar com o Prof. Jacinto Gonçalves, Vice-Presidente da Fundação Portuguesa de Cardiologia e com a Dra. Catarina Grilo da PONGPESCA que evidenciaram a oportunidade da campanha...

O PROF. JACINTO GONÇALVES é especialista em medicina interna e cardiologia sendo doutorado pela Universidade de Genebra. Exerceu funções académicas na Faculdade de Medicina de Lisboa e desenvolveu uma brilhante carreira hospitalar onde chegou a director de serviço no Hospital de Arroios e Hospital Curry Cabral.

É um dos grandes defensores da cavala na alimentação moderna: "Com a evolução dos conceitos alimentares chegou-se hoje em dia à conclusão que os peixes que anteriormente eram considerados de segundo plano, eram afinal de primeira, pela sua riqueza alimentar mas principalmente porque são ricos em gorduras polinsaturadas que são uma gordura mais saudável com uma extraordinária importância para a nossa saúde. A Cavala, carapau e sardinha são as espécies que contribuem com mais Ómega 3 na alimentação".

UMA CURIOSIDADE HISTÓRICA

O Prof. Jacinto Gonçalves vai mesmo mais longe e relaciona o desenvolvimento intelectual da espécie humana com o consumo deste tipo de peixes quando afirma: "Como curiosidade registe-se o facto interessante de haver hoje em dia quem pense que foi quando o homem se fixou na foz dos grandes rios e passou a ter uma alimentação mais rica em peixe que começou a desenvolver mais o cérebro o que veio permitir um maior desenvolvimento".

Independentemente de ser assim ou não, a verdade é que hoje em dia é aceite pela comunidade científica internacional a relação entre o consumo de Ómega 3 e o melhoramento de algumas lesões neurológicas em crianças. Segundo o Prof. Jacinto Gonçalves: "há estudos em Inglaterra que mostram que certas deficiências neurológicas graves nas crianças, podem ser melhoradas com grandes quantidades de ómega três.

Estes ácidos gordos polinsaturados são essenciais para a estrutura das membranas, desde as paredes dos glóbulos vermelhos, dos vasos sanguíneos, até aos neurónios para facilitar a transmissão dos impulsos nervosos das sinapses.

No entanto, e ainda segundo este eminente cardiologista, "é bom que se diga que tudo isto não é simples nem directo, não basta comer uma cavala e pensar-se que se fica cheio de ómega 3, tudo isto tem de ver com um estilo de vida e com a alimentação que se vai fazendo ao longo do tempo. Nesta sociedade actual em que vivemos come-se demasiada carne, muito também por culpa dos facilitismos dos «fast-food» que levam as pessoas a ingerir quantidades excessi-

da, produzem peixe mais saudável porque tem mais ómega 3.

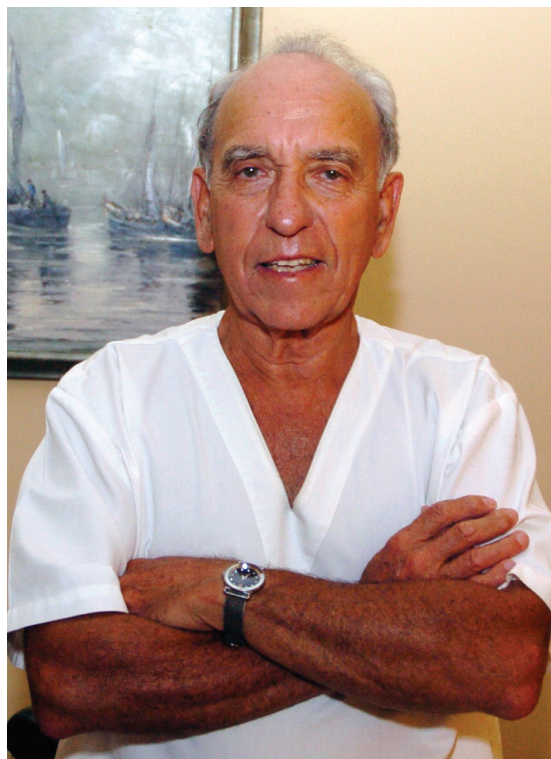
CAMPANHA DA CAVALA É BEM VISTA ECOLÓGICAMENTE

A «Pongpesca» é uma plataforma de Organizações não governamentais (ONG) portuguesas sobre a pesca e foi criada em 2009. Tem trabalhado nos últimos três anos nesta questão das pescas a nível nacional com a ideia de se posicionar como parceiro chave do lado das ONG do ambiente, sobre as

apresenta preços baixíssimos que já chegou a ser vendida em sesimbra a 4 centimos o quilo.

Por outro lado a própria comercialização tem ideia que as pessoas não apreciam muito a espécie e preferem vender espécies mais caras onde têm margens de lucro bem mais elevadas. Por isso é difícil encontrar a cavala nos mercados dos centros urbanos".

Do ponto de vista ambiental é uma espécie muito interessante porque é muito abundante na nos-



Prof. Jacinto Gonçalves - Cardiologista



Dra. Catarina Grilo - PONGPESCA

vas de carne em vez de equilibrarem a sua alimentação com estes peixes de que estamos a falar.

NEM TODOS OS PEIXES SÃO IGUAIS

Mas não se pense que todos os peixes são iguais. Para o Prof. Jacinto Gonçalves "também em matéria de peixe há que distinguir o pescado selvagem e o que provém da aquacultura porque nesta há peixes que não têm muito ómega 3, principalmente aqueles que provêm de produções muito intensas. Pelo contrário o peixe criado em meios menos intensivos, normalmente em antigas salinas de água do mar sempre renova-

questões da pesca.

Relativamente à campanha da cavala, falámos com a Dra. Catarina Grilo que achou muito interessante a campanha da DOCAPESCA no sentido de promover a cavala, porque se "trata de uma espécie bastante abundante nas nossas costas e tem uma grande versatilidade em termos culinários". No entanto há uma barreira cultural a vencer, "porque os próprios pescadores acham que as pessoas não gostam de cavala, e que se trata de peixe usado para adubar as terras agrícolas, quando nós sabemos que até os próprios pescadores se inibem de comercializar a cavala que por sua vez

sa costa. Por isso esta é uma campanha bastante interessante mas é preciso ter algum cuidado porque se sabe pouco sobre a cavala.

Para a Dra. Catarina Grilo é importante que se dirija o centro da campanha para o público consumidor, porque "o grupo é maior que o dos pescadores e depois porque é importante que se comece no mercado a questionar sobre a cavala". Recordou a propósito a história de um "chef" que tinha um prato à base de cavala no seu restaurante, mas que conhecia pouco sucesso, invertendo por completo a situação quando passou a designar o prato pelo nome francês da cavala.