

Notícias, Nutrição, Recentes, Saúde

## “Nutricionistas dariam grande ajuda” na introdução de novas espécies de peixe no mercado 147

25 julho, 2022 11:51



De braço dado com a sustentabilidade ambiental e de espécies de pescado em território nacional, um conjunto de investigadores do **Centro de Ciências do Mar e da Atmosfera (MARE)**, integrados no **Instituto Politécnico de Leiria**, está empenhado na revitalização do mercado piscatório com a introdução de novas espécies.

**Ceviche de choupa, paté de carapau negrão fumado, lira frita desidratada, mini saia frito e pastéis de serrão.**

O objetivo, explica a investigadora Filipa Pinto à VIVER SAUDÁVEL, é “utilizar pescado de baixo valor comercial, ou sem valor comercial, da costa de Portugal”, e fazê-lo chegar à mesa dos portugueses. “O consumo nacional está desregulado, porque capturamos sardinha, carapau, cavala... mas o que mais

consumimos são, por exemplo, o bacalhau e o salmão”, espécies que, reforça, são importadas, o que provoca um “desequilíbrio na economia e nos ecossistemas”.



De dois em dois meses, durante um ano, os investigadores do MARE acompanharam a atividade dos pescadores da linha costeira de Peniche e perceberam que “nas redes, sejam de arrasto ou de cerco, vêm sempre muito mais espécies do que aquelas para as quais vão pescar”. E o que fazem com elas? “Têm de descartar, para levar as que lhes dão mais dinheiro, só que, **quando voltam para o mar, essas espécies já não vão viver, porque estiveram demasiado tempo sob stress e sem água com oxigénio para respirar**”. O peixe é, assim, desperdiçado.

Esta mudança de paradigma seria, conclui, benéfica para todos. **“O consumidor tem outra opção de consumo e o pescador consegue ter a pesca rentabilizada**, a indústria alimentar do pescado pode desenvolver novos produtos e ter uma revitalização do mercado, e tudo isto ajuda o ambiente porque não sobrecarregamos ecossistemas ao consumir sempre as mesmas espécies”, reitera Filipa Pinto, que destaca o valor nutricional destes animais.

## “O consumidor acha-se muito informado, mas não é”

O processo de análise destes investigadores, pós-captura pelos pescadores locais, começava por uma análise biológica – para, por exemplo, distinguir machos e fêmeas e determinar os seus tamanhos – que determinaria as suas componentes nutricionais. “Fizemos análises à proteína, à gordura, fizemos ainda um perfil lipídico, à cinza e ao teor de humidade”. Concluindo, nutricionalmente, estas espécies **“têm o mesmo ou um muito semelhante potencial nutricional face aos demais consumidos”**, destaca a investigadora.

Retirando da equação a sardinha que, lembra, tem um “elevado teor de gordura boa” não acompanhado por estas espécies, Filipa Pinto assegura que elas “chegam a todos os outros”, dando exemplos: **“o carapau negrão chega ao carapau normal, até tem mais gordura, a choupa também, têm potencial aos demais que consumimos e que capturamos em maior quantidade”**. Comprovado o “potencial nutricional”, o desafio configura-se numa “questão cultural” que, apenas com o desenvolvimento de novos produtos alimentares, pode ser colmatada.



### **Cabra lira e Serrão**

O desconhecimento dos consumidores face às espécies, continua, torna difícil a sua introdução no mercado sem que “um bom marketing” lhes permita entrar em grandes superfícies comerciais. No entanto, Filipa Pinto admite que este “é um problema que, enquanto investigadores, estamos a tentar superar”: chegar às empresas. O que os levou a **ponderar criar a sua própria entidade para produzir estes produtos**, uma ideia que ainda se mantém em *águas de bacalhau*. “Em Portugal, as empresas nem sempre estão despertas a apostar” diz.

“Nós temos tudo comprovado, a questão é uma empresa acreditar para que depois o consumidor, que não está educado para isso, possa de algum modo adquirir esses produtos”, assegura a investigadora, que reconhece que **“o consumidor acha-se muito informado, mas não é”**. É necessário, deste modo, cativar não só as empresas mas os consumidores, para que ambos percebam “esta questão ambiental, que também é económica”.

# “Acreditamos bastante na opinião dos nutricionistas”

Filipa Pinto evoca os metais pesados e espécies de grande dimensão como o peixe-espada, não aconselhado a “grávidas e crianças”, para deixar claro que “neste pescado analisado, que é nacional, da nossa costa, não se identificou nada. **Todos os elementos são essenciais para o Ser Humano, são só vantagens**”, sustenta.

E é nesta consciencialização do potencial das espécies que os nutricionistas podem ser uma **peça-chave para a sua introdução no mercado, através do seu aconselhamento em consultório**. “Nutricionalmente são adequados e sensorialmente não têm grandes diferenças, apesar de culturalmente acharmos que sim”, explica a investigadora, que reforça: “nós [investigadores do MARE] acreditamos bastante na opinião dos nutricionistas”.



**Mini-saia**

“Se houver uma maior procura, o pescador e quem faça a venda começa a libertar as espécies, porque começa a ter interesse económico nisso”, acredita Filipa Pinto, garantindo que **“os nutricionistas dariam grande ajuda, porque o consumidor é meio caminho andado para que tudo o que está por trás comece a rolar”**.

As conclusões que os investigadores do Instituto Politécnico de Leiria apresentam estão espelhadas nos estudos [“Seasonal study of the nutritional composition of unexploited and low commercial value fish species from the Portuguese coast”](#) e [“Adding Value to Bycatch Fish Species Captured in the Portuguese Coast—Development of New Food Products”](#), que pode consultar clicando nos respetivos títulos.

