



Food and Agriculture Organization  
of the United Nations

## El Sistema Alimentario de la Pesca y los esfuerzos de FAO en la region para incentivar el consumo de pescado.

A.Flores-Nava  
Oficina Regional de FAO para América Latina y el Caribe



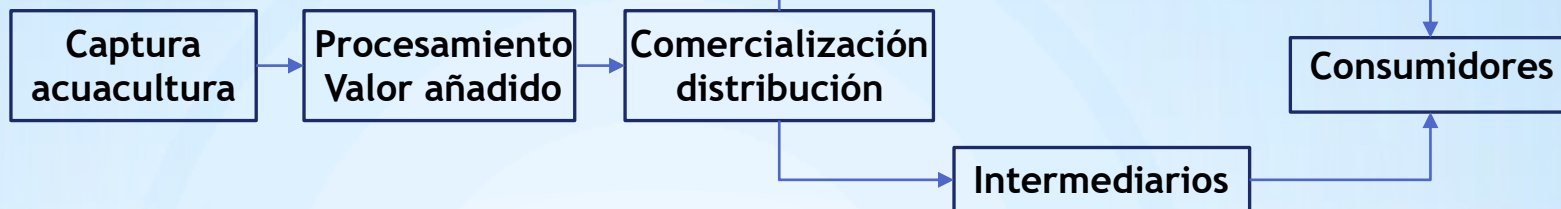


## AGENDA

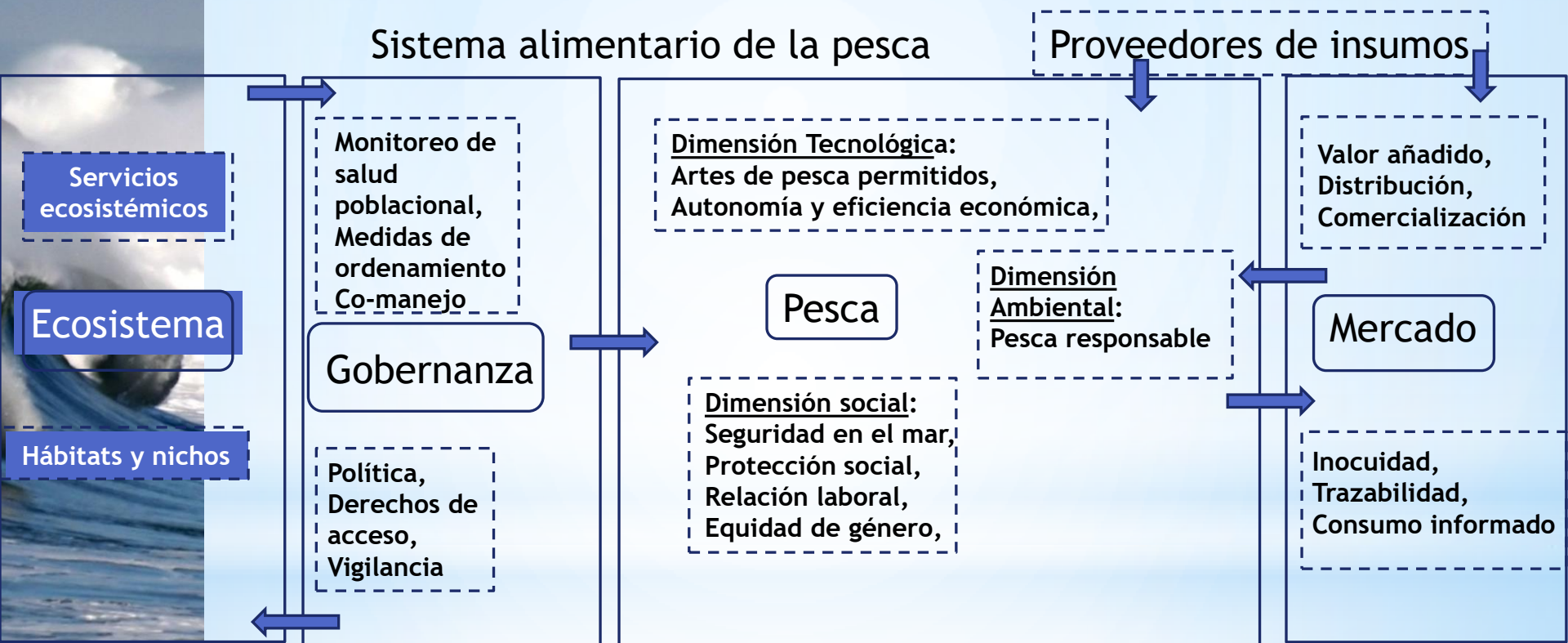
- El enfoque de Sistema Alimentario de la FAO.
- Una mirada al estado nutricional de la población de ALC.
- ¿Cómo contribuye el consumo de pescados y mariscos a mejorar la situación?
- Esfuerzos regionales de la FAO.
- Mensajes finales.



## Cadena de valor de la pesca



## Sistema alimentario de la pesca

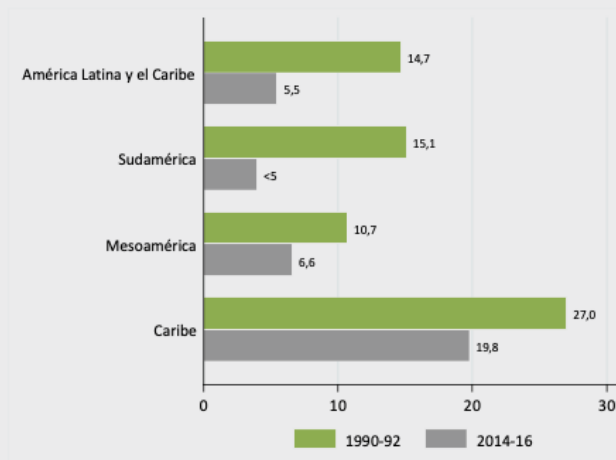


*Todos los recursos, procesos, instituciones y personas, mediante los cuales se producen alimentos y se llevan al consumidor.*  
(FAO, 2013)



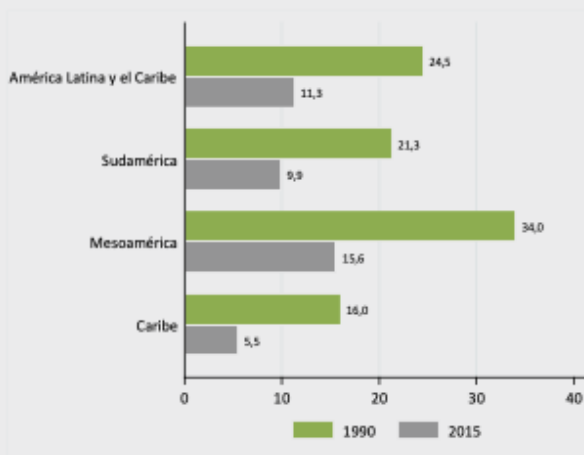
ALC es la región que más avanzó en reducción del hambre...hasta antes de la pandemia.

### EVOLUCIÓN DE LA PREVALENCIA DE LA SUBALIMENTACIÓN EN AMÉRICA LATINA Y EL CARIBE (1990-92 Y 2014-16). EN PORCENTAJE.



Fuente: FAO (en línea). Global Food Security Indicators.

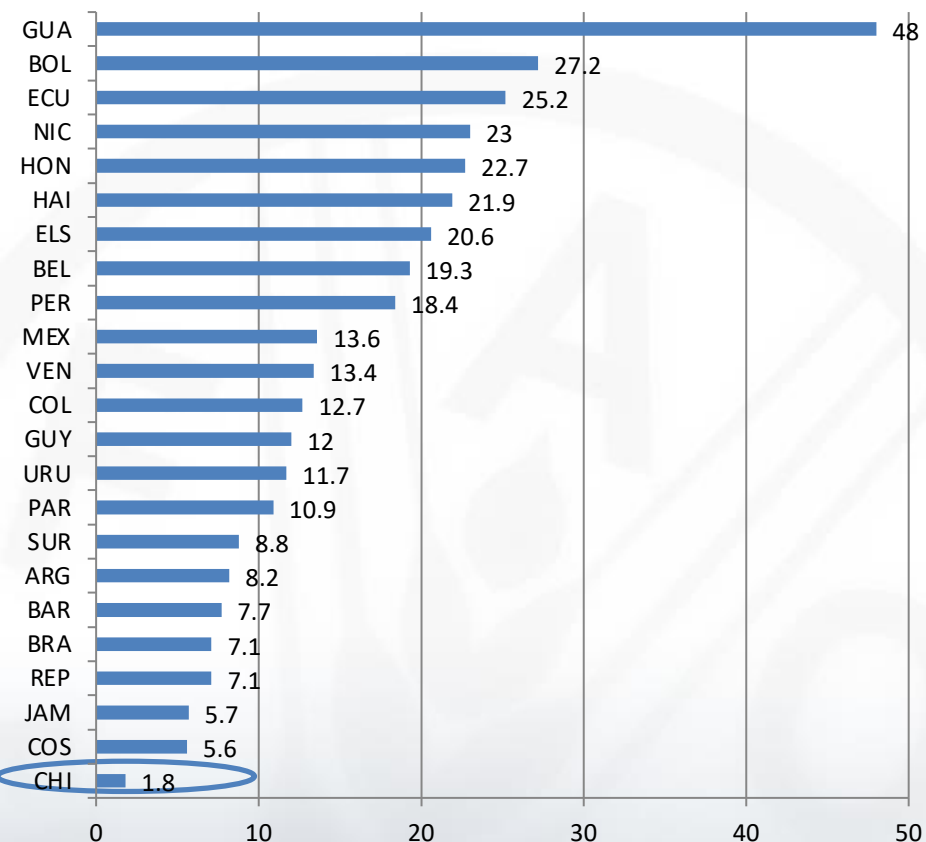
### EVOLUCIÓN DE LA PREVALENCIA DE LA DESNUTRICIÓN CRÓNICA INFANTIL EN AMÉRICA LATINA Y EL CARIBE (1990 Y 2015). EN PORCENTAJE.



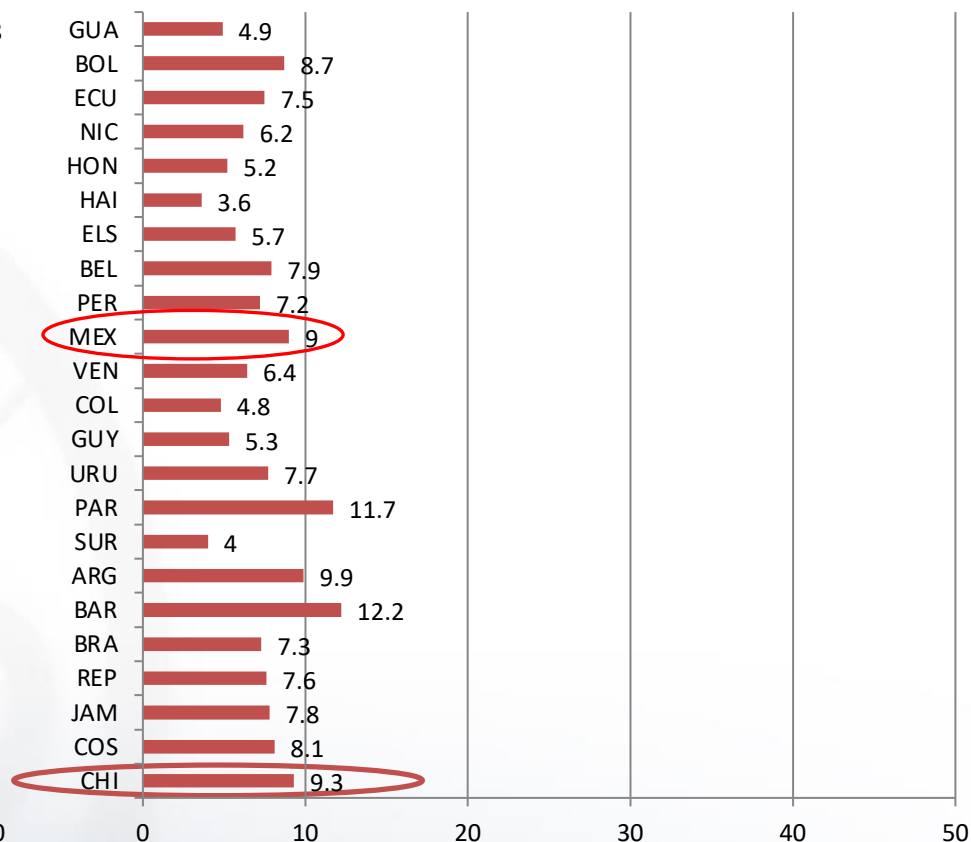
Fuente: OMS (en línea). Global Health Observatory (GHO) data.

# El problema de la doble carga nutricional

## Porcentaje desnutrición en niños <5 años 2006-2014



## Porcentaje sobrepeso en niños <5 años 2006 - 2014



*\*Dato disponible más reciente para el período considerado*

<http://apps.who.int/nutrition/landscape>



Organización de las  
Naciones Unidas para la  
Agricultura y la Alimentación





## El consumo de pescado y la salud: algunos beneficios:

- ✓ Alta digestibilidad de sus nutrientes.
- ✓ **Independientemente de su precio**, la carne de pescado es una excelente fuente de proteína de buena calidad: (60-70% base seca).
- ✓ Fuente de ácidos grasos poli-insaturados esenciales como Omega-3 (DHA y EPA), cuya ingesta previene enfermedades coronarias.
- ✓ Fuente importante de ácido fólico, esencial durante el embarazo y la formación del cerebro en infantes. >50% de los lípidos del cerebro son Ácido Docosahexanoico (DHA), un lípido de organismos marinos.
- ✓ Fuente importante de calcio y fósforo, esenciales durante la consolidación de los huesos en niños.
- ✓ Fuente de vitamina B12, asociada con el desarrollo cognitivo

### Pescado, vitamina B12 y capacidad intelectual

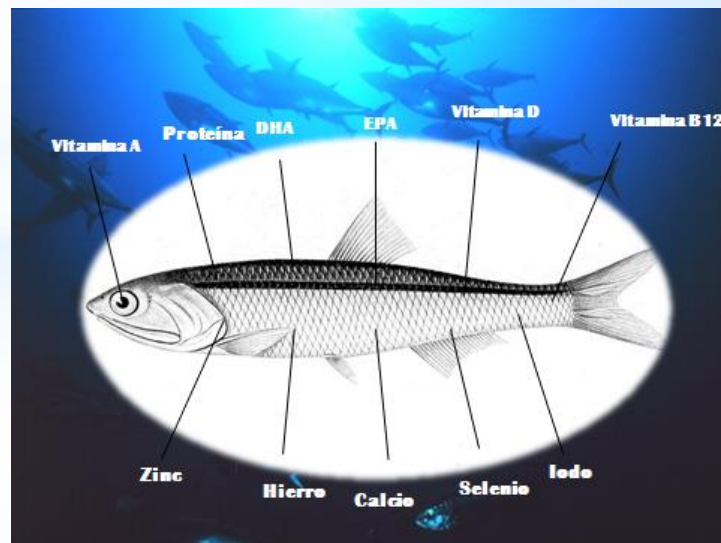
Los problemas en las habilidades de pensamiento y memoria se asocian a la falta de vitamina B12, que se combate a través de la dieta

Por MAITE ZUDAIRE | jueves 8 diciembre de 2011



Estos resultados coinciden con los de otros estudios que señalan que el deterioro cognitivo se manifiesta junto con un descenso de vitaminas del complejo B, las más vinculadas al sistema nervioso y el cerebro. En concreto, es significativo el descenso de los niveles de vitamina B12. También están de acuerdo en que prescribir complementos no corresponde a una evidencia científica necesaria para protocolizarla. Sin embargo, alientan a seguir una dieta rica en esta vitamina y a potenciar su ingesta a través de menús saludables.

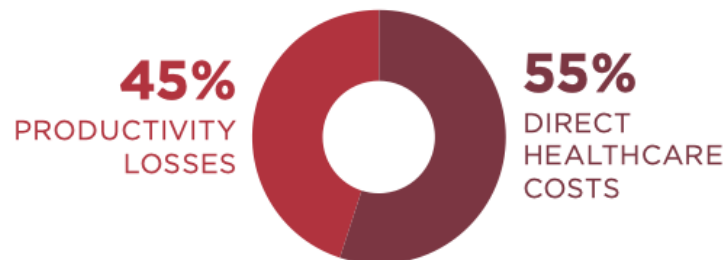
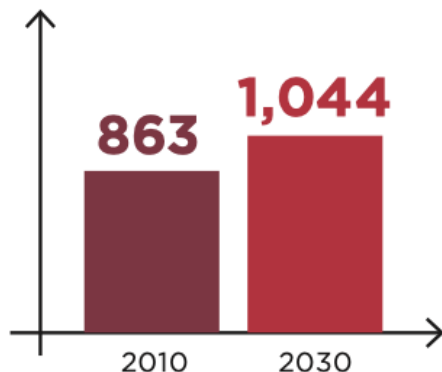
**Más pescado en los menús ricos en vitamina B12**



# Consumo de pescado como coadyuvante en la reducción de riesgos de enfermedades cardiovasculares

## GLOBAL COST OF CARDIOVASCULAR DISEASE<sup>71</sup>

BILLION US\$



**Un análisis combinado de 19 estudios realizados, demostraron en forma contundente una reducción en la mortalidad por enfermedades cardiovasculares del 36% entre personas que consumieron un mínimo de 250mg diarias de Omega-3 de cadena larga (EPA y DHA).**

*Mozaffarian D, Rimm EB. Fish intake, contaminants, and human health: evaluating the risks and the benefits. JAMA 2006;296:1885-99.*

Con un requerimiento protéico aproximado de 1g/kg de peso, el pescado puede contribuir significativamente a cubrir las necesidades dietarias diarias:



Especie de bajo costo económico	Tenor proteico de carne Comestible (g/100g)	Tamaño de porción para cumplir con requerimiento proteico diario en gramos			
		Peso en kilogramos			
		15	30	45	60
Anchoveta	21	71	143	214	286
Atún enlatado en aceite	24,2	62	124	186	248
Bagre	18,9	79	159	238	317
Calamar	16,4	91	183	274	366
Jurel	21,9	68	137	205	274
Merluza	17,12	88	175	263	350
Pacú o tambaqui	19	79	158	237	316
Sardina	20,2	74	149	223	297
Sardina en conserva	25,8	58	116	174	233
Tilapia	16,03	94	187	281	374



Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación





# SEGUNDA CONFERENCIA INTERNACIONAL SOBRE NUTRICIÓN



Organización de las Naciones  
Unidas para la Alimentación  
y la Agricultura

FAO-Roma, 2014



Organización  
Mundial de la Salud

Viale delle Terme di Caracalla, 00153 Roma, Italia - Tel: (+39) 06 57051 - Fax: (+39) 06 5705 4593 - E-mail: ICN2@fao.org - www.fao.org/icn2

- Promover dietas saludables en los centros escolares para mejorar la nutrición de las niñas y niños.
- Formular políticas para el acceso a la alimentación saludable, particularmente en mujeres embarazadas y en los primeros 1000 días de vida.

## Esfuerzos regionales de la FAO para estimular el consumo del pescado Para mejorar la nutrición y la salud:



INICIO PORTADA POLITICA SEGURIDAD Y JUSTICIA ESPECIALES MAS

Inicio > Economía y Negocios > ¿Por qué el pescado es una opción nutricional para el flagelo del...

### ¿Por qué el pescado es una opción nutricional para el flagelo del hambre en Guatemala?

6 julio, 2016 314

Compartir en Facebook

Compartir en Twitter

G+

P

Más noticias



Donis Figueroa

Ciudad de Guatemala, 6 jul (AGN).- La Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO) y el Ministerio de Agricultura, Ganadería y Alimentación (MAGA), convinieron en la necesidad de impulsar una estrategia para elevar el consumo de pescado en la población de Guatemala, un país con salida a los dos océanos, pero cuyo consumo per cápita anual de este producto apenas es de 1,4 kilos.

En un comunicado, la FAO-Guatemala informó que el "Foro nacional sobre la



Especiales

Valerie Julliani: Gobierno del presidente Morales está dando buenas señales de...

2 julio, 2016

Valerie Julliani: Gobierno del presidente Morales está dando buenas señales de cambio junio 23rd, 2016 | by Redacción AGN JPE76298 Mildred Morales Ciudad de Guatemala, 23 jun (AGN).--

Cumplen nueva jornada de segunda fase de Diálogo por Reforma de...

Gobierno de Guatemala analiza acciones en cárceles tras muerte de 13...

19 julio, 2016

El legado de Alaiide Foppa, 8.500 libros para cambiar a Guatemala

### Contribución de la pesca y la acuicultura a la seguridad alimentaria y el ingreso familiar en Centroamérica

Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura

### Desarrollo de Estrategias para el incremento del consumo de pescados y mariscos provenientes de la acuicultura de Colombia, como alternativa viable de comercialización en el mercado doméstico

AUNAP

Ministerio de Agricultura y Ganadería

100 años

PROSPERIDAD PARA TODOS

FAO

FEDECUC



# Esfuerzos regionales de la FAO para estimular el consumo del pescado

## Para mejorar la nutrición y la salud:

### Economía

31/11/2016 - 12:00 a.m. Jueves 17 de noviembre de 2016

## La FAO promueve la inclusión del pescado en dieta de escolares

Ministerios de educación, pesca y salud de países de Centroamérica hacen una hoja de ruta para impulsar el consumo de pescado



- Para muchos niños, la comida en la escuela es la única que toman en el día.
- Es una medida de protección social que garantiza el derecho a la alimentación.
- Permite generar hábitos saludables de alimentación para el resto de la vida.
- Si se asocia con compras públicas, permite dinamizar economías locales

## Promoción e instalación de mesas multi-sectoriales para incorporar el pescado en los PAE

México



Guatemala



Paraguay







País	Acción	Avance
México	Foro multi-sectorial para construir hoja de ruta para la incorporación del pescado en la alimentación escolar	Iniciativa presentada en la Comisión de Salud del Senado
Guatemala	Foro Nacional; piloto en territorio; presentación en Congreso	Incorporación en Ley del PAE. Actualmente en dos territorios
Honduras	Piloto en territorio	Compromiso gubernamental de convertirlo en política pública nacional y extender cobertura
Brasil	Implementación regional	Incorporación en 3 Estados y compromiso de extender cobertura
Paraguay	Foro Nacional y piloto territorial	Incorporado en la Ley y en implementación
Uruguay	Foro Nacional	Incorporado en la Ley y en implementación



*"Un niño bien alimentado es un niño que aprende"*





Organización de las Naciones Unidas  
para la Alimentación y la Agricultura

Informe de la reunión

**Foro Sub-Regional sobre la Inclusión del pescado en la alimentación escolar:  
Generando una estrategia multisectorial para los países de América Central**

Panamá, Panamá, 15 de Noviembre de 2016



**“Que es urgente iniciar acciones para la incorporación del pescado en los programas de alimentación escolar, generando con ello el doble beneficio de la mejora nutricional y la formación de hábitos alimenticios en niños de edad temprana”.**

**“Es importante articular estas acciones con los programas de compras públicas, beneficiando con ello a los pequeños productores a nivel territorial”.**

## Incidencia política





## Mensajes finales

- Estimular el consumo de pescado en la población, particularmente la más vulnerable, es parte importante de la solución a los crecientes problemas de desnutrición y sobrepeso.
- El incremento en el consumo de pescado debiera ser una estrategia integral enmarcada en políticas públicas, orientadas a mejorar la nutrición, favoreciendo a los productores locales.
- La inclusión del pescado en la alimentación escolar es clave en las estrategias nacionales para mejorar la condición nutricional en niñas y niños en edad escolar.
- Es fundamental promover el consumo de especies no tradicionales, de bajo costo y alta calidad nutricional, para promover el acceso al pescado en tiempos de crisis como la pandemia.
- Los legisladores tienen un rol fundamental en la gestión de estas acciones.



Gracias!

