**pescada -(*Merluccius merluccius*)**

**Características da espécie**

Eu sou a PESCADA e sou um predador insaciável e à medida que cresço, e vivo em grande profundidade.

Formo cardumes que migram para zonas mais profundas no inverno.

Quando sou jovem, alimento-me de lulas, sardinha e arenque, por exemplo. Quando cresço, apresento um comportamento canibal.

Reproduzo-me principalmente de janeiro a abril.

**Origem Geográfica**

Costumo ser encontrada no Mar Mediterrâneo, Mar do Norte e Leste do Oceano Atlântico, entre a Islândia e a Mauritânia, onde habito em águas junto ao fundo, entre os 30 e os 1000m.

Permaneço no fundo do mar durante o dia, deslocando-me à noite para a coluna de água para me alimentar.

**Benefícios nutricionais do seu consumo**

O meu consumo é benéfico para os ossos e dentes, para o coração e contribuo para a produção de energia.

Sou um peixe magro, pois apresento um teor de gordura inferior a 2% por cada 100g.

Para além disso, sou rica em potássio e fósforo, iodo, cálcio, magnésio, sódio, e várias vitaminas.

**Estado de conservação**

No Atlântico Nordeste ainda existem dois stocks de pescada europeia: O stock do sul está esgotado e os cientistas recomendam reduzir a pressão da pesca. O stock do norte está num processo de recuperação depois do ter sido esgotado nos anos noventa.

 A pescada argentina foi também sobreexplorada durante os anos noventa, mas depois de serem declaradas restrições à pesca, os stocks mostram alguns sinais de recuperação nos últimos anos.

 No mar Mediterrâneo há um risco de colapso, porque o stocks de pescada estão sobreexplorados.

**Tamanho Mínimo De Captura**

A pescada branca e da Nova-Zelândia ou do Chile são muito sensíveis à pressão da pesca porque demoram muito tempo a atingir a maturidade (entre os 7 e os 8 anos)

No estado adulto, normalmente, cresço até aos 27cm. Por isso, este é o meu tamanho mínimo de captura. No entanto, não estou em estado grave de extinção.

**Sustentabilidade Da Espécie**

A destruição do fundo do mar e da vida marinha; a pesca de arrasto tem um impacto muito negativo ao ser uma arte de pesca não seletiva e que captura espécies indiscriminadamente.

 A pescada europeia pesca-se com redes de emalhar, palangre, arrasto de meia-água e com arrasto de profundidade. As redes de emalhar para a pescada estão associadas a uma captura acidental de peixes miúdos, mamíferos marinhos, golfinhos.

Os cientistas recomendam desde 2004 que se fechem os stocks do Atlântico à pesca comercial porque a população necessita de recuperar.