Elikagai ekologikoak



PENTSATU

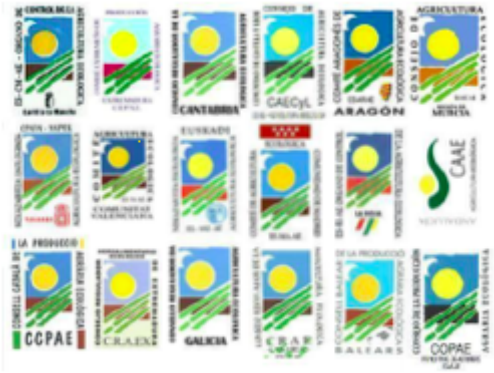
Nekazaritza ekologikoa nekazaritzako ekoizpenerako sistema bat da, kontsumitzaileari elikagai freskoak, zaporetsuak eta benetakoak ematen dizkiona, bizi- eta hazkunde-zikloak errespetatuta.

Ingurumena errespetatzen duten eta gizakion inpaktua murrizten duten teknikak erabiltzen ditu. Horretarako, nekazariek eta abeltzainek ohiko jardunbide ekologiko batzuk erabiltzen dituzte: txandakako laborantza baliatzen dute; pestizida sintetikoen eta abereentzako antibiotikoen erabilera mugatua dute; ez dute transgenikorik erabiltzen; gaixotasunen aurrean erresistenteak diren eta eskualdera egokituta dauden landaretza- eta animalia-espezieak hautatzen dituzte; espazio irekietan hazten dituzte, eta labore- edo hazkunde-gunearen inguruko baliabideak aprobetxatzen dituzte.

Metodo horri jarraikiz ekoitzi diren nekazaritzako edo abeltzaintzako elikagaiei deitzen zaie **produktu ekologiko**.

Horrelako produktuak bereizteko, **etiketan nahitaez** agertu behar da Europar Batasunaren logotipoa, hau da, “*eurohostoa*”, bai fruta eta barazkietan, bai haragi-produktuetan.

Nahitaezko bereizgarri horrez gain, elikagaietan tokiko beste bereizgarri batzuk ere jar daitezke, besteak beste: **jatorri-deitura** izendatzen dutenak, edo autonomia-erkidegoak emandako zehaztasun ekologikoak islatzen dituztenak.



BAZENEKIEN...

- Produktu ekologikoen gakoa horiek lantzeko modua da. Produktu bat ekologikoa izan dadin, nekazaritza-ekoizpenak **ingurumena eta laboreen ziklo naturalak errespetatu behar dit**u.
- Era honetako produktu guztiek **etiketa berezia** daramate; bertan, produktuarekin lotura zuzena duten alderdiei buruzko informazioa ematen da.
- Etiketa ekologikoak zehazten du, hain zuzen ere, produktu jakin batek gainditu egin dituela Europako arauan ezartzen diren kontrolak, ekoizten denetik ontziratu eta azken etiketa jarri zaion arte.

DATU INTERESGARRIAK



Edozein elikagai izan daiteke ekologiko; aski da modu naturalean ekoiztea, sintesi-tratamendu kimikorik gabe, kasuan kasuko arauen arabera.

Hona hemen merkatuan dauden elikagaien adibideak: frutak eta barazkiak, olioa, haragiak, hestebeteak, kontserbak, ogia, gailetak, zerealak, esnekiak, arrautzak,



Elikagai ekologikoek, sarritan, ez dute izaten ekoizpen konbentzionalean edo ez-ekologikoan hazi direnek bezain itxura homogeneoa (kolorea, distira, tamaina eta abar), eta garestiagoak izan ohi dira, ekoizpen-sistemak geldoagoak direlako eta eskulana eta beste kostu batzuk, berriz, altuagoak.

Elikatzeko modu honek onurak izan ditzake osasunean, elikagaiok ez baitira harremanetan egon ongarri ez-organikoekin, pestizidekin edo kanpoko beste agente kimiko batzuekin. Hau da, onura ez da ekarpen nutrizional altuagoa dutela.

ZER EGIN DEZAKET NIK...?

Ahal duzunean, erosi eta kontsumitu produktu ekologikoak. Izan ere:

- Ez dute sustantzia toxikorik.
- Ziklo naturalak errespetatzen dituzte.
- Ez dute kutsatzen.
- Onak dira osasunerako.
- Nekazaritzako enplegua igotzen dute.
- Energia alferrik galtzea eragozten dute.
- Ura aurrezten dute (% 20tik gora).
- Ez dituzte suntsitzen kate ekologikoetako laboreetan beharrezkoak diren izaki bizidunak.
- Elikagaiak ekoizteko modu naturalago berriak bultzatzen dituzte.

GEHIAGO JAKITEKO...

- https://ec.europa.eu/agriculture/organic/index_es
- https://www.youtube.com/watch?v=pnoNm7v22Fs

- https://blog.oxfamintermon.org/productos-ecologicos-que-puedes-empezar-a-consumir-hoy/
- http://www.consumer.es/web/es/alimentacion/tendencias/2007/09/18/28870.php
- SEAE (Nekazaritza Ekologikoaren Espainiako Elkartea)
- https://www.fepeco.es/