Alimentos ecológicos



PIENSA

La **agricultura ecológica** es un sistema de producción agrícola que proporciona al consumidor alimentos frescos, sabrosos y auténticos al tiempo que respeta los ciclos vitales de crecimiento.

Hace uso de unas técnicas amables con el medio ambiente, que minimizan el impacto humano. Para conseguirlo, los agricultores y ganaderos siguen ciertas prácticas ecológicas habituales, como la rotación de cultivos, la limitación del uso de pesticidas sintéticos y antibióticos para el ganado, prohibición del uso de transgénicos, selección de especies vegetales y animales resistentes a enfermedades y adaptados a la región, la cría en espacios abiertos y el aprovechamiento de los recursos cercanos a la zona de cultivo o cría.

A menudo los alimentos ecológicos los distinguimos por el sello comunitario –tanto para frutas, verduras y productos cárnicos– que es la “eurohoja”, u otros de carácter local como los distintivos de denominación de origen, o especificaciones ecológicas otorgadas por la comunidad autónoma. Estos certificados indican que el producto ha superado los controles establecidos por la norma europea, o territorial, desde su cultivo hasta el envasado y etiquetado final.



SABÍAS QUE...

En las frutas y verduras ecológicas hay menos residuos de pesticidas, herbicidas, insumos industriales, fertilizantes, etc., que quedan en ellos durante su cultivo convencional. La producción ecológica no los emplea. La sanidad vegetal se logra equilibrando ecosistemas con fauna beneficiosa (vegetal, insectos) y asociando, o rotando, los cultivos, evitando así la contaminación agraria, contribuyendo a disminuir las emisiones, así como del cambio climático.

Una vaca de cría ecológica vive el doble que las vacas del modelo industria intensivo, porque en la cría ecológica el respeto animal es muy importante. Los animales no están confinados, no se les controla artificialmente sus ciclos de reproducción, no reciben antibióticos, ni medicamentos si no es estrictamente necesario, y reciben un trato digno, no como en las macro-explotaciones ganaderas, que son la primera causa global de maltrato animal, que además crean graves impactos en el suelo, el agua, y ofrecen cuatro veces menos empleo local que las explotaciones familiares.

INFORMACIONES DE INTERÉS

Dentro de la producción ecológica, la FAO apuesta por la agroecología, un sistema de manejo agrario que mantiene y mejora la fertilidad del suelo, promueve el policultivo e integra la agricultura, la ganadería y la silvicultura local. Se basa en los conocimientos tradicionales de los campesinos del mundo y en las aportaciones científicas modernas para proponer formas sostenibles de gestión. También defiende el libre intercambio de semillas locales (nunca transgénicas) adaptadas al medio. Al incorporar la agricultura ecológica es más eficiente que la industrial: consume un 50% menos de energía al utilizar energías renovables y no depende de

insumos industriales (fertilizantes, fitosanitarios, herbicidas, pesticidas etc.), muchos derivados del petróleo1. En la agricultura convencional para obtener una caloría de energía de los alimentos se requieren de ocho a 10 calorías. En las hortalizas de invernadero fuera de temporada puede llegar a ser de 575 calorías invertidas.

Además la agroecología integra aspectos sociales de desarrollo rural sostenible y de fortaleciendo de las redes locales agrarias a través también de fórmulas de distribución o comercialización justas para los consumidores y los productores, como grupos o cooperativas de consumo, mercados locales, etc.

Un producto ecológico y uno agroecológico no son lo mismo, el primero certifica que elimina los artículos de síntesis para fertilizar o sanear las plantas y que su manejo es natural. Si bien evita el uso intensivo de químicos agresivos y, por supuesto, es mejor para el medioambiente, la salud de los agricultores y de las personas consumidoras, no se ocupa de las condiciones sociales o laborales de los productores, algo que la agroecología sí tiene en cuenta.



¿QUÉ PUEDO HACER YO…?

Siempre que se pueda, adquirir y consumir productos ecológicos sabiendo que:



- No contienen sustancias tóxicas.
- Respetan los ciclos naturales.
- No contaminan.
- Benefician a la salud.
- Aumentan el empleo agrícola.
- Evitan el derroche de energía.
- Ahorran agua (más de un 20 %).
- No destruyen a los seres vivos necesarios en los cultivos en las cadenas ecológicas.
- Apoyo de nuevas formas más naturales de producir alimentos.
- Se preocupan por la vida digna de los animales (gallinas, vacas, cerdos, etc.)
- Opta por los productos ecológicos locales, en los supermercados hay muchos que proviene de la otra parte del mundo, que aunque su cultivo haya podido ser ecológico, tienen una gran huella en emisiones, transporte y refrigeración, hasta llegar hasta aquí.
- Busca tu grupo de consumo agroecológico más cercano, o crea uno en el colegio, para las familias, como hacen ya muchos centros en España.
- Pide que el comedor de tu centro escolar los incluya en el menú.
- Monta un huerto ecológico en tu centro escolar, las actividades que se pueden hacer en el abarcan todos los cursos, y se pueden integrar transversalmente en el currículum escolar, los más pequeños aprenderán como se desarrollan las plantas, los más grandes incluso como comercializarlas.

PARA SABER MÁS...

- «Agroecología para enfriar el planeta». Cuaderno 19. Ecologistas en Acción.1

- Sobre los pesticidas que quedan en las frutas y verduras convencionales
- Directo a tus hormonas. Guía de alimentos disruptores. 2021.
- Sobre la ganadería industrial
- Sobre comedores escolares con productos ecológicos en centros públicos
- Menjadorsecologics
- Buscadores de grupos de consumo
- ECO AGRICULTOR
- ECO AGRICULTOR 2
- *Documental Mañana* (disponible en Filmin).
- *Documental Sostenible* (disponible en Netflix).
- *Documental Besa la tierra* (disponible en Netflix).
- *Película Una granja para el futuro* (disponible en Vimeo).
- Huertos escolares
- Mapeo estatal de huertos escolares
- EC EUROPA
- SEAE (Sociedad española de Agricultura Ecológica)