

Ecoalimentación 6

Alimentos Ecológicos para el Consumo Social en Andalucía JUN 10

CONSEJERÍA DE AGRICULTURA Y PESCA



comer natural...
es divertido



Si deseas recibir esta publicación
mediante correo electrónico,
comunicalo en la siguiente dirección:
agriculturaecologica@dap.es



Para consultas, marca el **955 921 319**
o escríbenos al correo electrónico:
agriculturaecologica@dap.es

Más información en:
www.juntadeandalucia.es/agriculturaypesca

Edita:

Consejería de Agricultura y Pesca

Colaboran:

Consejería de Educación

Consejería de Salud

Consejería de Igualdad y Bienestar Social

Consejería de Medio Ambiente

ÍNDICE

1 PROGRAMA DE VISITAS A LOS CENTROS PARTICIPANTES _1

Conclusiones del informe resultante de las visitas realizadas durante el curso escolar 2009-2010

2 ENTREVISTA _2

Escuela Infantil Nuestra Señora del Rosario (Alcalá la Real – Jaén)

3 ACTIVIDADES EN LOS CENTROS _3

4 LAS FRUTAS, UNA BUENA ELECCIÓN A CUALQUIER HORA _4

5 RECETAS DE TEMPORADA: PRIMAVERA-VERANO _5

Ensaladilla de patatas con naranja
Espinacas con huevo
Guisaillo de papas

6 ETIQUETADO DE PRODUCTOS ECOLÓGICOS _6

7 ¿CÓMO SABEMOS SI UN PRODUCTO ES REALMENTE ECOLÓGICO? _9

8 NOTICIA _10

Cinco consejerías se unirán para promover el consumo de alimentos ecológicos en Andalucía

9 PASATIEMPOS ECOLÓGICOS _11

historia secreta de los alimentos ecológicos



NO CONOCÉIS
LA INCREÍBLE
HISTORIA
DE LOS
ALIMENTOS
ECOLÓGICOS.

POR SUPUESTO...TODOS LOS
ALIMENTOS TIENEN UNA HISTORIA, PERO LA
DE LOS ECOLÓGICOS ES LA MÁS INCREÍBLE.
ESCUCHAD.

LOS ALIMENTOS
TIENEN UNA
HISTORIA.

HAS COLABORADO
CON LA GENTE
DE TU COMARCA.

CUANDO COMPRAS
ALIMENTOS
ECOLÓGICOS
DE TU REGIÓN.

ESTÁS CUIDANDO TU SALUD,
PORQUE TIENEN MÁS NUTRIENTES
Y NO CONTIENEN RESIDUOS

HAS RESPETADO
TU ENTORNO, PORQUE
NO SE USAN PRODUCTOS
QUÍMICOS ARTIFICIALES

todo esto SOLO
comprando
alimentos
eco
lógicos

1. PROGRAMA DE VISITAS A LOS CENTROS PARTICIPANTES

Conclusiones del informe resultante de las visitas realizadas durante el curso escolar 2009-2010

Dentro del seguimiento del Programa “Alimentos Ecológicos para el Consumo Social en Andalucía” se realizan visitas por parte de los técnicos a los centros adscritos, estableciéndose así una relación y atención más personalizadas que les permite conocer las particularidades en cada caso y dar respuesta a sus distintas demandas y propuestas.

A partir de las visitas realizadas en el presente curso escolar 2009-2010 se ha realizado un informe en el que se traslada la percepción de los centros en cuanto al desarrollo del Programa, así como otros aspectos de relevancia. En el informe se llega a las siguientes conclusiones:

- La **implicación y concienciación** tanto de la persona responsable del comedor como del personal de cocina es fundamental para el buen curso del Programa.
- El número de **comensales** ha sufrido una disminución en la mayoría de los centros encuestados con respecto a años anteriores, derivado ello según los responsables, de un incremento en el coste de los menús y de las directrices tomadas en el sistema de becas.
- Las visitas de los **nutricionistas** siguen siendo una herramienta muy valorada por los centros. Constituyen un asesoramiento personalizado y ágil para todo tipo de consultas, que les permite tener una visión y conocimiento mucho mayor de todas las bondades de los productos ecológicos, así como de lo relacionado con su preparación, presentación y elaboración de dietas equilibradas.
- En cuanto a las **actividades didácticas** realizadas con el alumnado, este año han tenido especial interés y gran aceptación debido al nuevo diseño, que ha consistido en la representación en forma de

función teatral de los conceptos básicos del Programa. Sin embargo, la asistencia de los padres y madres no ha tenido el éxito esperado. Se plantean así nuevas estrategias para el próximo curso, de manera que se llegue a todas las familias.

- La conciencia en cuanto al **consumo de productos ecológicos** y sus beneficios es más fuerte y creciente, tanto en los centros como por parte de las familias. Esta sensibilización es directamente proporcional a la antigüedad de los centros en el Programa.
- Por lo general, la **calidad** de los productos ecológicos habla por sí misma.



• Es grato percibir la **proactividad** de muchos centros cuya involucración e iniciativas denotan un compromiso con la alimentación equilibrada, la producción

ecológica, el medio ambiente, etc., y que son capaces de transmitir al alumnado y las familias la importancia de estos conceptos.

• Es importante destacar la figura del **personal de cocina**. Son pieza clave en la estructura del Programa y son también los que en definitiva, en coordinación con la dirección del centro, llevan a cabo con su esfuerzo diario la planificación de las compras, el contacto con los productores ecológicos y la elaboración de los menús, entre otras tareas de importancia, de modo que hay que reconocerles el esfuerzo que realizan teniendo en cuenta la dificultad que todo cambio implica. No debemos olvidar tampoco su valentía al enfrentarse a las “quejas” de los pequeños y exigentes comensales y hacerles comprender a través del gusto lo que realmente les conviene en su alimentación.

• La implicación y esfuerzo de los **productores** hace posible la continuidad en el suministro a los centros, a pesar de las circunstancias económicas desfavorables para ellos en este curso.

Como resumen de las visitas realizadas se puede afirmar, aunque suene a tópico, que el Programa “Alimentos Ecológicos para el Consumo Social en Andalucía” lo hacemos todos. A pesar de las dificultades en ciertos aspectos, querer es poder siempre que se tenga claro el objetivo perseguido, que es el de dar el **mejor trato** al medio ambiente a la vez que se introduce de forma directa la salud y el equilibrio alimentario en nuestra sociedad a través de los más pequeños. En definitiva, este proyecto es un **mensaje de salud**.

¡Gracias! porque con vuestro esfuerzo es posible.

2. ENTREVISTA: ESCUELA INFANTIL NUESTRA SEÑORA DEL ROSARIO (ALCALÁ LA REAL - JAÉN)

Directora: Josefa Entrena Rosales
Nº aprox. de comensales: 122
Año de adhesión al Programa: 2006

¿Cómo conoció la existencia del Programa?

En 2006 dependíamos de la Delegación Provincial para la Igualdad y Bienestar Social. Ellos nos propusieron este reto de adherirnos al Programa y lo aceptamos gustosamente.

¿Por qué decidió participar?

Porque consideramos que todo lo que sea mejorar la salud y favorecer hábitos saludables en “nuestros” niños y niñas es un objetivo para nuestro centro.

¿Tenía conocimientos sobre producción ecológica antes de entrar en el Programa?

Algunos, pero básicos. La alimentación ecológica creo que ya la hacían nuestros abuelos, de mejor o peor forma, pero contribuían a ello.

¿Podría contarnos, desde sus inicios hasta el día de hoy, cómo ha sido su trayectoria dentro de este proyecto?

Empezamos con algunas dudas, pues no sabíamos si los niños y niñas lo iban a aceptar, pero con el paso del tiempo y conociendo los productos, hemos ido tomando conciencia de que consumir productos ecológicos saludables y de calidad es lo mejor para ellos.

Desde el punto de vista económico, ¿qué ha supuesto la entrada en el Programa?

No ha habido ningún problema, aunque hay productos más caros. Se han hecho muchos números y al final, el presupuesto nos ha alcanzado bien.

En base a su vivencia, ¿cuáles son los pros y los contra?

Pros:

- Contribuimos a la buena salud de los niños y niñas.
- Fomentamos la educación alimentaria saludable.
- Se impulsa el desarrollo rural.
- Se contribuye a la mejora medioambiental.

Contra:

- Algunos de los productos, como ya he dicho, son caros.
- Los padres y madres quieren seguir llevando esta alimentación en casa, pero encuentran dificultad para adquirir los productos ecológicos.

¿Qué propuestas de mejora cree oportunas comentar?

Creo que la Junta de Andalucía debería crear una ley (creo que en Italia ya existe) para que todos los centros públicos que elaboran comidas consumieran productos ecológicos, contribuyendo así a que desde las edades más tempranas coman de manera saludable y no comida “basura”.

En rasgos generales, ¿qué ha aportado el Programa en su vida desde el punto de vista profesional y personal?

Desde el punto de vista personal, satisfacción y mayor conciencia de lo que significa consumir productos ecológicos; en lo profesional, nos sentimos satisfechos por el mero hecho de que los niños y niñas de nuestro centro consuman una alimentación saludable, sobre todo, que hayan aumentado el consumo de frutas y verduras.

¿Cómo ha repercutido en las familias de los niños y niñas?

Muy bien y lo han acogido estupendamente. Por las reuniones y charlas han conocido la alimentación que su hijos consumen en el centro y se han dado cuenta de que, gracias a ello, los niños se defenderán mejor contra las enfermedades y que al mismo tiempo contribuimos, como ya he dicho antes, al desarrollo rural y medioambiental, y más en este pueblo, que es mayoritariamente agrícola.

¿Qué consejos daría a otros centros que todavía no han dado el salto a incorporarse al programa de Ecoalimentación? ¿Qué se necesita para el buen curso del mismo?

Que sean valientes y no piensen en datos meramente económicos y que recuerden que uno de los objetivos primordiales de

la Escuela Infantil es contribuir al desarrollo integral del niño, lo que conlleva cuidar también su alimentación. Es lo que nuestro centro se propone llevando el Programa.

Valore del 1 - 5 la relación de elementos que se detallan a continuación:

Actividades didácticas con alumnado y familias	5
Asesoramiento de nutricionistas del Programa	5
Material del Programa	5
Asesoramiento técnico	5
Calidad de los productos	5
Servicio de suministros de productos ecológicos	5
Productores ecológicos asignados	5
Presencia y apoyo de la Administración	5



3. ACTIVIDADES EN LOS CENTROS

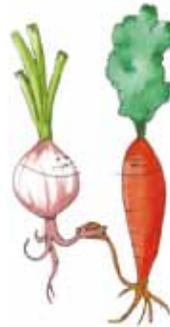
Más de medio centenar de centros acogidos al Programa **“Alimentos Ecológicos para el Consumo Social en Andalucía”**, se han beneficiado de la realización de talleres educativos y divulgativos en los que los niños y niñas, sus familias y el personal docente, han participado a través de juegos y experimentos. En ellos han aprendido conceptos tan relevantes como la importancia de llevar una alimentación sana mediante una dieta equilibrada y la significación que tiene la producción ecológica en el ámbito provincial y local, así como sus efectos sobre el medio ambiente.

Como novedad con respecto a ediciones anteriores y para mejorar el método de aprendizaje y asimilación de conceptos, se ha recurrido a dos personajes para impartir los talleres de forma amena y participativa: un científico chiflado y un agricultor ecológico.

Los talleres se estructuran en cuatro bloques:

“La Historia de mi huerto”. Explica cómo a través de las técnicas de cultivo ecológico se mantiene el equilibrio y la biodiversidad. Como ejemplo, se hace mención a los métodos alternativos al

uso de sustancias químicas para repeler enfermedades, como es el caso de sembrar una cebolla al lado de una zanahoria (entre otros cultivos), donde la cebolla repele las enfermedades de la zanahoria y viceversa.



“El medio ambiente que nos rodea”. Mediante este taller los alumnos y alumnas aprenden a reconocer qué beneficios y aportaciones hace la agricultura y ganadería ecológica al medio ambiente.

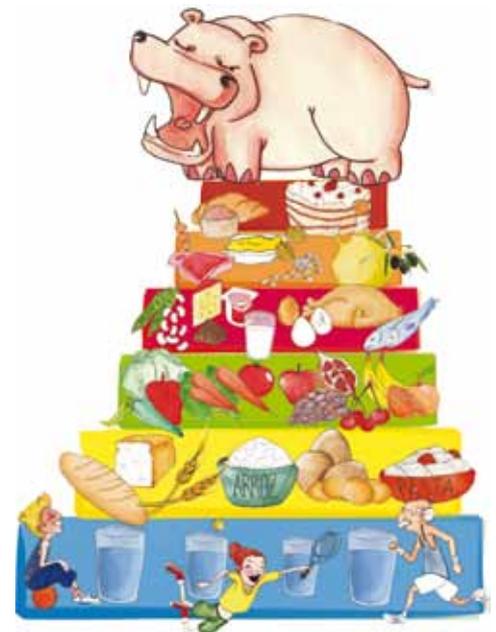
Para amenizar la actividad todos cantan a ritmo de rap:



“Degustadores de alimentos”. A través de la degustación de diferentes alimentos, aprenden a reconocer las distintas zonas de la lengua, apreciando cada sabor.



“Juego de la alimentación”. Es un juego de preguntas y respuestas en el que los participantes demuestran todo aquello que han aprendido durante la sesión. Al final todos construyen la gran pirámide alimentaria.



Con estos talleres se pretende inculcar e involucrar a todos los agentes participantes en la importancia de la alimentación y los efectos positivos que la agricultura ecológica tiene para el medio ambiente y para la salud.

Una vez concluidos, se puede destacar la gran aceptación que han tenido los talleres entre los centros y la participación activa del alumnado, familias y personal docente en cada uno de ellos, consiguiéndose un alto grado de asimilación de los conceptos.

Confiamos en que poco a poco podamos contar con más participantes dispuestos a empaparse de los beneficios de los productos ecológicos y la alimentación equilibrada y llevar a la práctica una **VIDA MÁS SALUDABLE**.



4. LAS FRUTAS, UNA BUENA ELECCIÓN A CUALQUIER HORA

La fruta es el conjunto de frutos comestibles que se obtienen de plantas cultivadas o silvestres. Constituyen un grupo de alimentos imprescindibles para la salud de nuestro organismo y, de hecho, están en la base de la pirámide alimentaria.

Se recomienda ingerir como mínimo tres raciones de frutas al día.

Un zumo natural no equivale exactamente a una ración de fruta fresca, ya que se está desechando, al prescindir de una parte importante de la pulpa, una considerable fracción de fibra, así como parte de vitaminas y minerales.

En este sentido, si deseamos “tomarla bebida”, sería preferible hacerlo en forma de licuado, ya que de esta manera ingerimos más cantidad de pulpa.

Desde el punto de vista nutricional, la fruta destaca especialmente por su aporte en fibra soluble, vitaminas, minerales y sustancias de acción antioxidante (vitamina C, beta-caroteno, resveratrol, taninos, licopeno, luteína, flavonoides, antocianinas, etc.). Precisamente porque la fruta, junto a verduras-hortalizas, es prácticamente la fuente exclusiva de vitamina C, se aconseja que de las tres raciones que como mínimo debemos consumir todos los días, al menos una sea de cítricos (limones, mandarinas, pomelos, naranjas).

La fruta aporta energía en forma de hidratos de carbono, especialmente fructosa, cuyo índice glucémico es bajo. Al no aportar grasa (con la excepción del coco y del aguacate) y ser rica en agua, con una carga energética baja,

... la fruta es un grupo de alimentos muy útil para las personas que desean mantener su peso controlado. Además, su poder saciante es considerable.

La fruta se puede consumir a lo largo de todo el día. En el desayuno siempre debe estar presente una pieza de fruta, formando parte de lo que podríamos denominar el triángulo del desayuno (cereal+fruta+lácteo). El resto de raciones podemos consumirlas en los postres de comidas y cenas, entre horas (media mañana, merienda, recena) o en ensaladas, entre otras posibilidades.

Por su riqueza en fibra soluble y sustancias antioxidantes, el consumo habitual de fruta, dentro de una dieta equilibrada que incluya también verduras y hortalizas y demás elementos necesarios, puede ayudar a reducir el colesterol o disminuir el riesgo de algunos tipos de cáncer. Por su significativo aporte de potasio y, por tanto, por su efecto diurético, el consumo de fruta dentro de una dieta pobre en sodio, está indicada en personas con hipertensión arterial.

Mitos de la fruta:

1) La fruta no se puede consumir más que por la mañana:

Hay personas que aconsejan que la fruta, por su riqueza en hidratos de carbono, sea consumida exclusivamente por la mañana y en cualquier caso, nunca en la tarde-noche. De no hacerlo así -indican ellos-, la fruta contribuirá a que ganemos peso corporal.

Evidentemente, lo que de verdad importa desde el punto de vista del control de peso, es que en 24 horas gastemos lo

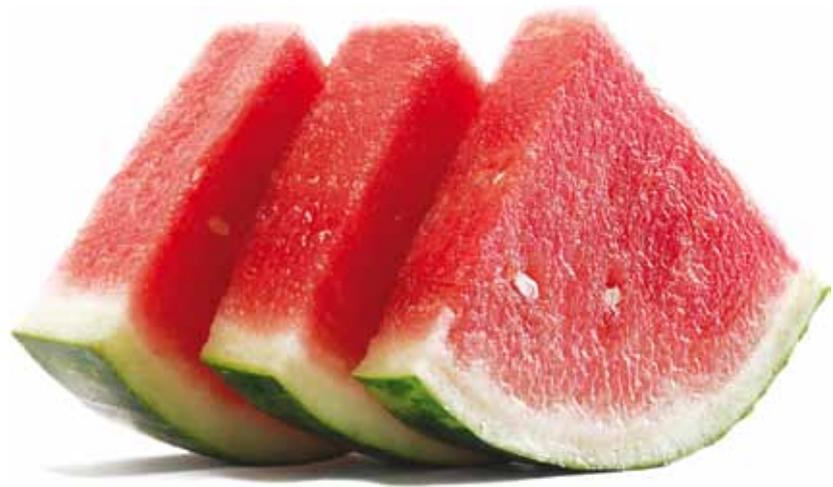
mismo que ingerimos; de esa forma, no engordaremos. Creer que no tomar fruta en la cena y sí tomarla en la mañana, contribuye en algo a perder o mantener el peso estable, es infundado. Podemos y debemos tomar fruta a lo largo de todo el día y en las diferentes comidas.

2) No es conveniente consumir plátanos y uvas porque engordan:

Si vamos a las tablas de alimentos y comparamos lo que aportan 100 gramos de plátano respecto a 100 gramos de manzana, vemos que es casi el doble. Sin embargo, debemos pararnos a pensar que nunca nos comemos 100 gramos de plátano o 100 gramos de manzana, nos comemos un plátano o una manzana. Una manzana grande puede pesar el doble que un plátano pelado, por ello al final aportan la misma energía. Con las uvas ocurre igual, ya que uno o dos puñados es la ración de consumo habitual.

3) Las frutas asadas (por ejemplo, manzana asada) o cocidas engordan mucho:

La realidad es que si no añadimos azúcar, miel o mermelada, una pieza de fruta asada o cocida aporta las mismas kilocalorías que la misma pieza fresca. Otra cosa es si comparamos por 100 gramos, ya que, al perder agua en la cocción, la densidad energética aumenta. Aunque una pieza de fruta asada o cocida no aporta más kilocalorías, se recomienda que de forma habitual se consuma fresca, ya que en el proceso de cocción o asado se pierde una parte de las vitaminas.



5. RECETAS DE TEMPORADA: PRIMAVERA-VERANO

Espinacas con huevo

Ingredientes

· 1 kg de espinacas · 1 cabeza de ajo · ½ kg de tomates · 2 piezas de pimientos rojos de asar · Huevos · Laurel · 1 rama de tomillo · ½ cucharadita de comino · Sal · Aceite · 2 cucharaditas de pimentón dulce

Procedimiento de preparación

1. Cocer las espinacas.
2. En una sartén poner los ajos y sofreír; incorporar el pimentón, el laurel, el tomillo, los tomates y el pimiento.
3. Una vez terminado el sofrito, incorporar las espinacas, el comino y la sal.
4. Rehogar y, por último, cuajar el huevo.

*Receta facilitada por el personal de cocina del C.E.I.P. RODRÍGUEZ MARÍN de Osuna (Sevilla): Dña. Carmen Villar Moncayo y Dña. Ana Soriano Jaramillo.

Guisaillo de papas

Ingredientes

· Aceite · Sal · Almendras sin piel, preferiblemente · Pan · Ajos · Pimiento verde, pimientos choriceros (o ñoras) · Laurel · Cebolla · Patatas · Azafrán (colorante) · Cominos molidos · Carne (costillas de cerdo, pollo, pavo, etc.) · Verduras: habichuelas verdes, zanahoria, espinacas o acelgas

Procedimiento de preparación

1. Freír las almendras, las rebanadas de pan y los dientes de ajo. Reservar.
2. Poner la carne con el tomate, la cebolla, los pimientos verdes y las cabezas de ajos y marear bien.
3. Añadir el agua y a continuación las verduras (zanahorias, habichuelillas verdes y espinacas), el laurel y los pimientos choriceros. Dejar cocer hasta que la carne esté tierna. Incorporar las patatas como para cualquier guiso.
4. Triturar en la batidora lo que teníamos reservado con unos ajos crudos y añadir todo al guiso.
5. Por último poner el azafrán, la sal y el comino. Terminar de cocer.

*Receta facilitada por el personal de cocina del C.E.I.P. NTRA. SRA. DEL ROSARIO de Castril (Granada): D^a Emilia Castillo Soria.

Ensaladilla de patatas con naranja

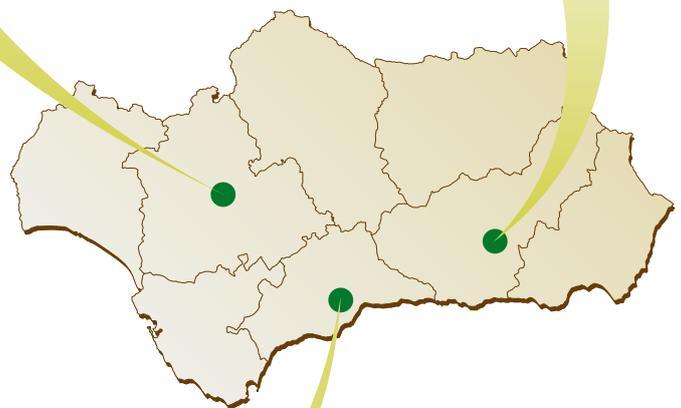
Ingredientes

· Patatas · Huevos · Naranjas · Tomates · Pimientos · Cebolletas · Aceitunas · Aceite de oliva · Vinagre · Sal yodada (es más sana)

Procedimiento de preparación

1. Se pelan las patatas, se trocean y se cuecen.
2. En un recipiente aparte, se trocean los tomates, los pimientos, las cebolletas y las naranjas y se le añaden las patatas cocidas.
3. A continuación, se aliña todo con aceite de oliva, vinagre y sal.
4. Se ponen los huevos a cocer y se trocean.
5. Por último, a la ensalada que teníamos ya aliñada, le añadimos por encima el huevo cocido troceado y las aceitunas.

*Receta facilitada por el personal de cocina del C.E.I.P. EL TORCAL de Málaga: Dña. Isabel Muñoz Rueda, Dña. Antonia Acentira Sánchez y D. Francisco Torres Subires.



6. ETIQUETADO DE PRODUCTOS ECOLÓGICOS

Seguro que muchos de nosotros nos hemos preguntado en alguna ocasión cómo podemos reconocer los productos ecológicos en los establecimientos comerciales. Aunque sus características de sabor y olor puedan ser distintas, el modo de identificarlos, sin lugar a dudas, es a través de la etiqueta, cuyo contenido está perfectamente regulado. En ella aparecerá alguno de los siguientes términos protegidos: **Ecológico, Biológico, Orgánico, "bio" y "eco"**, bien sea aislado o combinados.

Además, conviene saber que todos los alimentos ecológicos están producidos, elaborados y etiquetados de acuerdo con lo que dicta el **Reglamento (CE) nº 834/2007**, que regula la producción y etiquetado de los productos ecológicos en toda la Unión Europea.

De acuerdo con la citada normativa, los alimentos ecológicos **etiquetados a partir del 1 de julio de 2010**, deben llevar ciertas menciones obligatorias que dependerán del tipo de producto del que se trate. Para aprender a identificarlas vamos a clasificarlos, según sean frescos o transformados (elaborados), en productos ecológicos o productos en conversión a la agricultura ecológica.

1) Alimento fresco – ecológico – envasado

Las **menciones obligatorias** que deben figurar en la etiqueta de un alimento con estas características, son:

Alimento fresco	
Ecológico	Envasado
<ul style="list-style-type: none"> • Denominación del producto con referencia al método de producción ecológico. • Logotipo ecológico de la UE. • Código del organismo/ autoridad de control. • Procedencia de la materia prima: <ul style="list-style-type: none"> • Procedente de la Unión Europea: "Agricultura UE". • No procedente de la Unión Europea: "Agricultura no UE". • Procedente de la Unión Europea o no: "Agricultura UE / no UE". 	 <p>TOMATES ECOLÓGICOS</p> <p>ES-ECO-xxx-AN Agricultura UE</p> <p><small>* Modelo figurativo de etiqueta</small></p>

2) Alimento fresco – ecológico – no envasado

Las **menciones obligatorias** que deben figurar en la etiqueta de un alimento con estas características, son:

Alimento fresco	
Ecológico	No envasado
<ul style="list-style-type: none"> • Denominación del producto con referencia al método de producción ecológico. • Código del organismo/ autoridad de control. 	 <p>TOMATES ECOLÓGICOS</p> <p>ES-ECO-xxx-AN</p> <p><small>* Modelo figurativo de etiqueta</small></p>

3) Alimento fresco – en conversión a la agricultura ecológica – envasado/no envasado

El término "producto en conversión a la agricultura ecológica" solamente es aplicable a productos de origen vegetal.

Las **menciones obligatorias** que deben figurar en la etiqueta de un alimento con estas características, son:

Alimento fresco	
Producto en conversión a la agricultura ecológica	Envasado/no envasado
<ul style="list-style-type: none"> • Denominación del producto. • Indicación "producto en conversión a la agricultura ecológica". • Código del organismo/ autoridad de control. 	 <p>TOMATES</p> <p>Producto en conversión a la agricultura ecológica</p> <p>ES-ECO-xxx-AN</p> <p><small>* Modelo figurativo de etiqueta</small></p>

4) Alimento transformado – al menos el 95% de los ingredientes de origen agrario son ecológicos

Las **menciones obligatorias** que deben figurar en la etiqueta de un alimento con estas características, son:

Alimento transformado

Al menos el 95% de los ingredientes de origen agrario son ecológicos

- **Denominación del producto** con referencia al método de producción ecológico.
- **Logotipo** ecológico de la UE.
- **Código** del organismo/autoridad de control.
- Procedencia de la **materia prima**:
 - Procedente de la Unión Europea: “**Agricultura UE**”.
 - No procedente de la Unión Europea: “**Agricultura no UE**”.
 - Procedente de la Unión Europea o no: “**Agricultura UE / no UE**”.
- **Lista de ingredientes** con indicación de cuáles son ecológicos.



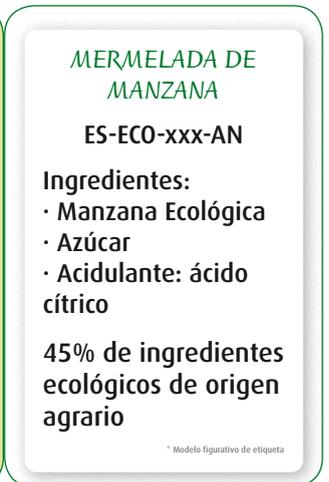
5) Alimento transformado – menos del 95% de los ingredientes de origen agrario son ecológicos

Las **menciones obligatorias** que deben figurar en la etiqueta de un alimento con estas características, son:

Alimento transformado

Menos del 95% de los ingredientes de origen agrario son ecológicos

- **Denominación del producto** sin referencia al método de producción ecológico.
- **Código** del organismo/autoridad de control.
- **Lista de ingredientes** con indicación de cuáles son ecológicos.
- **Indicación del porcentaje** de ingredientes ecológicos del total de ingredientes de origen agrario.



6) Alimento transformado – ingredientes principales procedentes de la caza o la pesca

Los productos que se obtienen de la caza y de la pesca de animales salvajes no se consideran producción ecológica.

En este tipo de producto el 100% de los ingredientes de origen agrario han de ser ecológicos.

Las **menciones obligatorias** que deben figurar en la etiqueta de un alimento con estas características, son:

Alimento transformado

Ingredientes principales procedentes de la caza o la pesca

- **Denominación del producto** con referencia al método de producción ecológico, únicamente en relación con los ingredientes ecológicos.
- **Código** del organismo/autoridad de control.
- **Lista de ingredientes** con indicación de cuáles son ecológicos.
- **Indicación del porcentaje** de ingredientes ecológicos del total de ingredientes de origen agrario.



7) Alimento transformado – en conversión a la agricultura ecológica

El término “producto en conversión a la agricultura ecológica” solamente es aplicable a productos de origen vegetal.

Además, en este caso, el producto sólo puede contener un único ingrediente de origen agrario.

Las **menciones obligatorias** que deben figurar en la etiqueta de un alimento con estas características, son:

Alimento transformado

En conversión a la agricultura ecológica

- **Denominación del producto.**
- Indicación “**producto en conversión a la agricultura ecológica**”.
- **Código** organismo/autoridad de control.

ESPÁRRAGOS

Producto en conversión a la agricultura ecológica

ES-ECO-xxx-AN

Ingredientes:

- Espárragos
- Agua
- Sal

* Modelo figurativo de etiqueta

Como se ha indicado, éstas son las menciones obligatorias que deben llevar los productos ecológicos que se etiqueten **a partir del 1 de julio de 2010**.

Sin embargo, debido a una serie de disposiciones transitorias establecidas en la nueva normativa de producción ecológica, a partir de la citada fecha:

- Las **existencias** de productos ecológicos etiquetados de acuerdo con la normativa anterior, podrán seguir comercializándose hasta agotarse.
- El stock de **material de envasado** conforme a la normativa anterior de producción ecológica, podrá seguir utilizándose hasta el 1 de julio de 2012.

Todo ello implica que las menciones obligatorias no sean las mismas que las que se han citado anteriormente, dando lugar a que, actualmente y hasta el 1 de julio de 2012, podamos encontrar en el mercado dos logotipos diferentes:



Logotipo europeo antes del 1 de julio de 2010



Logotipo europeo a partir del 1 de julio de 2010

Por la misma razón, también podemos encontrar dos formatos de código de organismo/autoridad de control:

ES – AN – xx – AE

Antes del 1 de julio de 2010

ES – ECO – xxx – AN

A partir del 1 de julio de 2010

En España, cada organismo/autoridad de control se asocia a un código, cuyo formato es el que se ha indicado anteriormente, correspondiendo las siglas a:

Antes del 1 de julio de 2010

ES – AN – xx – AE

ES: España

AN: Andalucía

XXX: Número que le asignaba la autoridad competente a nivel autonómico

AE: Alimento Ecológico

A partir del 1 de julio de 2010

ES – ECO – xxx – AN

ES: España

ECO: Alimento Ecológico

XXX: Número que le asigna la autoridad competente a nivel nacional

AN: Andalucía

Además, en el primer caso, el código del organismo/autoridad de control que debe figurar en el etiquetado puede ser sustituido por el nombre del organismo/autoridad en cuestión.

El proceso de producción de alimentos ecológicos debe estar **certificado por un organismo de control** (empresa privada) **o autoridad de control** (organismo público). En el caso de Andalucía, estos organismos son privados y están supervisados por la Consejería de Agricultura y Pesca de la Junta de Andalucía, como autoridad competente en dicha materia.

La certificación garantiza que los alimentos proceden de agricultura o ganadería ecológica y que han sido sometidos a un sistema de control y trazabilidad conforme al Reglamento (CE) nº 834/2007.

A pesar de lo citado y de la diversidad de elementos que nos podemos encontrar en el etiquetado de alimentos ecológicos, existen dos elementos **comunes e imprescindibles** en todos los modelos de etiqueta figurativa que se han presentado y que, además, lo son para aquellas etiquetas elaboradas antes del 1 de julio de 2010:

- Término que haga referencia al método de producción ecológico (**ecológico/conversión a la agricultura ecológica**) acompañado del nombre del producto o ingrediente.
- **Código y/o nombre** del organismo/autoridad de control.

7. ¿CÓMO SABEMOS SI UN PRODUCTO ES REALMENTE ECOLÓGICO?

Cuando vamos al mercado y elegimos un producto ecológico, lo hacemos porque tenemos la convicción de que estos productos tienen unas características que lo hacen diferentes del resto. Pero, ¿sabemos por qué podemos confiar en el etiquetado de los productos ecológicos?

Seguramente, la respuesta la conozcamos: porque se encuentran **certificados**. Es decir, un organismo privado de control autorizado, o una autoridad de control pública, ha realizado los controles necesarios a los agricultores, ganaderos e industrias para verificar que el producto que finalmente compra el consumidor, ha cumplido con los requisitos establecidos en la norma para considerar que esos productos son ecológicos.

Lo que probablemente desconozcamos, es el tipo de verificación que realizan los organismos privados y/o autoridades de control. En el proceso de certificación, se realizan tres tipos de verificaciones o controles: documental, “in situ” y de residuos.

Los agricultores, ganaderos e industrias que producen o elaboran productos ecológicos deben **documentar** toda su actividad. Esto quiere decir que deben llevar registros de todas las operaciones que realicen en sus explotaciones y/o instalaciones. De hecho, deben establecer protocolos previos al inicio de la actividad, en los que se lleve a cabo una descripción de sus explotaciones y/o instalaciones y su actividad, se determine cómo van a realizar sus operaciones para garantizar el cumplimiento de las normas de producción ecológica, y se desarrollen las medidas que hayan de tomar para reducir o evitar el riesgo de contaminación. Ello incluye, las medidas de limpieza que deban adoptarse en las instalaciones.

Los controles “in situ”, son inspecciones que realizan los organismos privados y/o autoridades de control a las explotaciones y/o instalaciones, para verificar que todo lo que se ha documentado se corresponde con la realidad. Para ello, se revisan

los registros y se contrasta con lo que se observe en las parcelas, almacenes y contabilidad.

Durante las inspecciones, los organismos privados y/o autoridades de control toman muestras de los productos que se vayan a comercializar como ecológicos, para llevar a cabo un control de **residuos** de sustancias no autorizadas en la producción ecológica. Por ejemplo, si se trata de productos animales vivos, la muestra puede ser de sangre u orina y se determina ausencia de hormonas y antibióticos. En el caso de productos vegetales frescos (frutas, hortalizas, ...) las muestras son de frutos, hojas y/o suelo con vistas a detectar restos de pesticidas y herbicidas.

Un aspecto importante de la toma de muestra, es lo que se conoce como el muestreo, es decir, la forma de tomar la muestra. Una correcta toma de muestra nos asegurará que los análisis realizados son representativos de todos los productos que compramos.

Respecto al análisis de las muestras, tenemos que decir que hoy día contamos con tecnología lo suficientemente avanzada como para poder confiar plenamente en estos controles. Por poner un ejemplo, en cada análisis de fruta y/o hortalizas se analiza la presencia de unos 250 plaguicidas, obviamente los de mayor uso en agricultura, por lo que un análisis negativo nos debe dejar bastante tranquilos. En relación a estos análisis, también hay que decir que los laboratorios seleccionados por la Junta de Andalucía para realizarlos, cuentan cada vez con mayor número de materias activas y/o metodologías analíticas acreditadas, lo que supone que estén sometidos a auditorías anuales para verificar la exactitud de los métodos utilizados.

En los casos en los que se detecte alguna sustancia no permitida en ecológico –lo que llamamos un positivo– la consecuencia es que el producto en ningún caso podrá etiquetarse como tal, pudiéndose comercializar como convencional, siempre

que la sustancia detectada (plaguicida, antibiótico, etc.) esté en concentraciones por debajo de lo legalmente permitido.



Adicionalmente a los controles de residuos para obtener la certificación como producto ecológico, la Consejería de Agricultura y Pesca, toma muestras de forma aleatoria de la materia prima que se recibe en los comedores de los centros escolares adscritos al programa de “**Alimentos ecológicos para el consumo social en Andalucía**”, como garantía adicional.

Por tanto, hoy día podemos afirmar que cuando compramos productos ecológicos, antes de conseguir esta certificación han sido sometidos a estrictos controles, supervisados por las autoridades competentes que hay en cada comunidad autónoma.

8. NOTICIA

Cinco consejerías se unirán para promover el consumo de alimentos ecológicos en Andalucía

Por Vidasana - Creado 30/06/2010 - 10:42

Las Consejerías de Medio Ambiente, Salud, Igualdad y Educación de la Junta de Andalucía se unirán a la de Agricultura y Pesca para consolidar la cultura de consumo de alimentos ecológicos y para promocionar un canal corto de comercialización a los productores de estos bienes.

La secretaria general del Medio Rural y la Producción Ecológica, María Isabel Salinas, ha adelantado a Efe que el mes que viene firmarán un convenio que supondrá “un respaldo político” al programa ‘Alimentos ecológicos para el consumo social en Andalucía’.

Este programa regional, que nació en 2005 y se dirigió a colegios, guarderías, centros educativos y hospitales, persigue que el 60 por ciento de los menús de los más de 70 centros que están adscritos a él debe ser “ecológico”, de lo que se ocupan ocho grupos de productores que aglutinan unos setenta agricultores.

“El programa lleva cinco años funcionando bien y, aunque los pilares han sido Educación y Agricultura, hemos visto que hay otros ámbitos y que los productores podrían acceder a albergues juveniles, centros de día o de la tercera edad” para aumentar la base de comensales, que este año ha contado entre 9.000 y 10.000 personas.

De ahí la oportunidad de hacer de la iniciativa un “programa de Gobierno”, que sea “horizontal y transversal”, y que fomente el consumo de productos sin fitosanitarios, en

los que se han empleado “técnicas de cultivo totalmente tradicionales y ambientales”.

La secretaria ha reconocido en la presentación de las jornadas de evaluación anual del programa, que se han celebrado en el Instituto de Alimentación Mediterránea (Iamed), en Málaga, que hay dos cuestiones que han perjudicado a la iniciativa este año y han provocado que hayan pasado de los 128 comedores adscritos a unos 73.

Por un lado, ha señalado el trámite necesario para que las guarderías pasen de Igualdad a Educación; y, por el otro, ha indicado que “muchos centros educativos han pasado al sistema de ‘catering’”, un servicio que provee de una determinada cantidad de comida a todos aquellos clientes que lo solicitan.

Salinas ha afirmado que el primer problema se ha solucionado con el compromiso de Educación de mantener el servicio en las guarderías y el segundo se intentará solventar el curso que viene valorando “con 10 puntos más a los ‘catering’ que estén dispuestos a llevar un menú ecológico a los centros”.

Según la secretaria el 25 por ciento de los productos agrícolas y ganaderos, a nivel nacional, proceden de Andalucía, mientras que en el mercado ecológico la cifra asciende al 52 por ciento y que en industria ecológica, según datos ministeriales, Andalucía ha superado a Cataluña.

9. PASATIEMPOS ECOLÓGICOS

Para disfrutar en familia:



VERANO

Portavelas de manzana

(Apropiado para niños de 6 años o mayores. Se recomienda supervisión parental.)

Las manzanas aportan una gran cantidad de vitaminas y fibras en tu dieta para ayudarte a mantenerte sano, y ahora... ¡también te aportan luz! Puedes ayudar a decorar las mesas de cena de tu familia con estos portavelas de moda fabricados con estas crujientes manzanas ecológicas.

Se necesitan:

Manzanas ecológicas grandes que puedan mantenerse en pie en una mesa · Velas · Papel encerado · Un pelador de patatas y zumo de limón

1. Mediante un descorazonador de manzanas haz un agujero en el centro de la manzana, que sea tan ancho como la vela y llegue hasta la mitad de la longitud de la manzana (¡pídele ayuda a un adulto!) Haz el agujero lo más recto posible y extrae el trozo de corazón.
2. Introduce una vela en el agujero de manera que encaje cómodamente. Si el agujero es demasiado grande, envuelve la parte inferior de la vela con papel encerado.
3. Decora las manzanas con diseños tallados en la piel de la manzana con la punta del pelador de patatas (frota los diseños con el zumo de limón para prevenir que se vuelvan marrones).
4. Coloca los portavelas de manzanas en círculo en un plato o en una tabla para cortar y ponlos en la mesa. Pídele siempre a un adulto que te encienda las velas.

Propiedad de la Comisión Europea.
www.organic-farming.europa.eu



Para mi nevera:



Consume alimentos ecológicos.
Cuidan de ti y del medio ambiente.



Un alimento ecológico es 100% alimento.

Eligiendo la carne ecológica
respetas el bienestar de los animales,
fomentas una alimentación saludable
y preservas los recursos naturales.

