

Carlo Leifert, máximo experto europeo en alimentación ecológica



VÍCTOR-M. AMELA IMA SANCHÍS LLUÍS AMIGUET

Tengo 47 años. Nací en Alemania y vivo en Gran Bretaña. Soy ingeniero agrónomo y doctor en Microbiología Bromatológica. Estoy casado y tengo dos hijas, de 13 y 16 años. ¿Política? Debería velar más por la seguridad alimentaria. Coordino el estudio Quality Low Input Food

“Comer alimentos ecológicos refuerza la salud humana”



KIM MANRESA

Qué no les daría de comer jamás a sus hijas? Todos los alimentos que consumimos en casa son ecológicos. En Gran Bretaña esto es ya posible, en comercios especializados: dispones de todas las verduras, hortalizas y frutas ecológicas (excepto berenjenas, no sé por qué).

¿Y la carne? ¿Y la leche?

En la zona en que vivo, podemos comprar directamente en una granja ecológica carne de vacuno (y su leche), porcina y de pollo.

¿Qué es ganadería ecológica?

El animal no está estabulado, puede moverse como si estuviese libre y come pastos en vez de piensos sintéticos. ¡Con ganadería ecológica no hubiese habido vacas locas!

¿Y qué es agricultura ecológica?

La que no emplea en los cultivos ni abonos sintéticos (nitrogenados o fosforados) ni pesticidas sintéticos.

Los de la agricultura convencional.

Sí: facilitan cosechas más productivas económicamente, pero dañan el medio ambiente y la salud humana.

¿Hasta qué punto dañan mi salud?

Durante años trabajé en la industria agroquímica, hasta que constaté que, tarde o

temprano, cada pesticida que diseñábamos se tenía que retirar del mercado al comprobarse su nocividad sobre nuestro sistema inmunitario, sobre el endocrino, hormonal, sobre la merma de la fertilidad humana...

¿Se sintió culpable?

Decidí focalizar mis investigaciones en la agricultura y la ganadería ecológicas. Desde el 2004 coordino el Quality Low Input Food, estudio pagado por la comisión de la Unión Europea. Y ya tenemos algunos resultados.

Avánceme alguno.

El nivel de antioxidantes, vitaminas, betacarotenos y minerales es mucho más elevado en los vegetales ecológicos que en los convencionales. Así, los ecológicos son mucho más anticancerígenos y cardiosaludables.

¿Y no bastaría con lavar bien los vegetales o pelar las frutas convencionales?

No, porque el pesticida ha penetrado en sus tejidos. Hay más pesticida en los tejidos más superficiales que en los profundos: al pelar la fruta, eliminas la mayoría de los pesticidas..., ¡pero a la vez eliminas la mayoría de las vitaminas y la fibra de esa fruta!, pues están justo en esos tejidos más superficiales.

Qué desastre.

Solución: agricultura y ganadería ecológica.

Los alimentos ecológicos son caros...

Si se generalizasen, serían más baratos.

Vuelco

La agroquímica, que tanta abundancia ha dado, llega a su cuello de botella: está a punto de reportarnos más perjuicios que beneficios. Conviene voltear la botella, descontaminar cultivos y granjas e inaugurar la era de la agricultura y la ganadería ecológicas. Investigadores como Carlo Leifert nos lo explican con datos, y además señalan soluciones basadas en cultivos y granjas hoy testados con esperanzador éxito en Europa. Leifert ha coordinado el mayor estudio hasta la fecha en esta área, financiado por la Unión Europea. La cadena de supermercados de productos ecológicos Veritas le ha traído para que se explique. Si tu alimento te mantiene sano, todo eso que ahorrarás en medicinas.

¿Qué ventajas nos reportarían?

Ventajas para la salud, para el medio ambiente y ventajas también para la economía.

Cíteme las de la salud humana.

Con la misma cantidad de alimento, ingerirías muchos más minerales, vitaminas, proteínas e hidratos de carbono. Y más fenoles y flavonoides, que retrasan el envejecimiento celular y refuerzan el sistema inmunitario... ¡Comer alimentos ecológicos con regularidad reforzará tu salud!

Pues bienvenidos.

Una naranja ecológica tiene un 20% más de vitamina C. Un pimiento ecológico, un 15% más de polifenoles que otro convencional.

¿Y una lechuga ecológica?

De entrada, no ha sido pulverizada con pesticidas ni desinfectada con soluciones de cloro (prohibidas ya en algunos países).

¿Y la leche de vaca ecológica?

Un 20% más de carotenoides, un 30% más de vitamina E y provitamina A, un 60% más de Omega 3, y de 40% a 80% más de ácido linoleico conjugado, que es anticancerígeno, cardiosaludable e inmuoestimulante!

Cíteme ventajas medioambientales.

Producir un kilo de abono sintético nitrogenado exige un litro de petróleo, y vierte 2,4 kilos de CO₂ a la atmósfera. Y la escorrentía de abono sintético fosforado contamina tierras, cursos de agua y mares. Total: son abonos contaminantes y serán cada día más caros, por lo que las ventajas de la agricultura ecológica son también económicas.

¿Por qué serán cada día más caros?

Porque dentro de 60 años, cuando las minas de fósforo estén agotadas y el petróleo sea carísimo, ¿cómo abonaremos nuestros cultivos si todavía seguimos usando estos abonos sintéticos? ¡La producción de alimentos decaería dramáticamente!

¿Cómo deberíamos abonar los cultivos, entonces?

El nitrógeno podemos fijarlo perfectamente en la tierra cultivando legumbres. Y la materia orgánica reciclada (heces incluidas) ¡es insuperable, mucho mejor que el fósforo! Hay que invertir ya en este reciclaje, porque al final habrá que hacerlo a la fuerza.

¿Qué van a hacer nuestros políticos?

No lo sé, yo soy científico: sólo apporto datos. Pero un cambio legislativo brusco no servirá de mucho si agricultores y ganadores no están motivados y convencidos de lo beneficioso para todos de trabajar ecológicamente.

¿Qué dice la industria agroquímica?

Presiona en contra, por supuesto.

¿Qué personas deberían cambiarse sin dilación a los alimentos ecológicos?

Los vegetarianos: al ser el vegetal de cultivo convencional el grueso de su alimentación, están ingiriendo demasiados pesticidas.

¿Qué países consumen hoy más alimentos ecológicos?

Los del norte europeo: prefieren gastar algo más de dinero en su salud, e importan alimentos ecológicos de Italia y España, máximos productores y casi nada consumidores.

VÍCTOR-M. AMELA

Elabore su propia cuvée en la Heredad Segura Viudas.

Conozca los secretos del *assemblage* y decida su selección personal entre los vinos de las tres variedades de uva tradicionales en el cava, así como la equilibrada participación de cada una de ellas.



La propuesta consiste en una visita a las instalaciones, guiada por el director técnico de Segura Viudas, Gabriel Suberviola. Seguirá una introducción al *assemblage* de los vinos, que permitirá a los asistentes elaborar individualmente su propia *cuvée*, uno de los momentos decisivos en el proceso de elaboración de un buen cava.

Finalmente, se catarán todas las *cuvéés* para seleccionar la mejor. A continuación se servirá un aperitivo y un almuerzo gastronómico de temporada, acompañado de una selección de vinos y cavas de la Heredad.

INSCRIPCIÓN Segura Viudas

Sábado, 31 de Mayo

Horario:

Recepción en la Heredad 10,00 h.

Inicio programa 10,30 h.

Salida aproximada a las 17,00 h.

Inscripciones:

Tel. 93 891 70 24 · Fax 93 899 60 06

E-mail: marta.raventos@seguraviudas.es

Persona de contacto: Marta Raventós

Plazas limitadas a 20 personas,

según riguroso orden de inscripción

Precio por persona: 190 €

