MUNDO BIO BioCultura info
feria de productos ecológicos y consumo responsable
Edita: Asociación Vida Sana (Declarada de Utilidad Pública) - ENERO - FEBRERO - MARZO 2019

SECTOR ECOLÓGICO
Un mercado al alza

Distintos estudios de mercado indican que la producción y el consumo de alimentos ecológicos, especialmente de origen vegetal, va a seguir creciendo del orden de dos dígitos porcentuales anuales en el mundo durante los próximos años debido a varios factores…

Foto: EcoArchivo

El mercado ecológico español es mucho más dinámico que el sector alimentario convencional

Los estudios que han aparecido en los últimos dos años, en torno al sector de la alimentación ecológica, muestran que este mercado va a gozar de un crecimiento de dos dígitos anual. La incorporación de líneas de productos ecológicos en grandes multinacionales alimentarias va a ser una constante en los próximos años. De hecho, los alimentos "bio" ya están, en mayor o menor medida, en muchos lineales de grandes superficies.

ONLINE

Los informes también muestran la consolidación y expansión del comercio electrónico ecológico. Y una notable mejora del conocimiento en producción ecológica por parte de un público mayoritario. Así mismo, los informes aparecidos en los medios también confirman la ascensión de hábitos de alimentación vegetarianos, veganos y "flexitarianos", una tendencia imparable en nuestro país y en toda Europa.

VARIEDAD

Por otro lado, el mercado "bio" muestra un dinamismo que contrasta con el estancamiento del sector convencional. La cesta de la compra de productos orgánicos ya dispone de productos frescos, conservas, zumos, congelados, alimentación infantil, platos preparados, pescado, carnes… Y la biodiversidad en sus producciones es muy superior al mercado convencional. Por otro lado, el consumidor medio se preocupa cada vez más por la sostenibilidad de la producción de alimentos…

ESPAÑA

Somos el 5º país con mayor número de industrias ecológicas en el mundo (7.813). El valor de producción ecológica en origen se estimó en 2017 en 1.827 millones de euros. Somos, en consumo, el 10º mercado mundial de productos ecológicos con 1.962 millones de euros. Aquí hemos avanzado notablemente en muy poco tiempo. Nuestro gasto per cápita sigue creciendo pero todavía está alejado de los países punteros: ahora estamos en 42'2 € por persona y año. Somos el 4º mayor exportador mundial de productos ecológicos (895 millones de euros en 2017). El sector emplea a unas 85.000 (2017) personas. Somos el 1er productor mundial de aceite de oliva ecológico y de vino ecológico y el 2º productor mundial de cítricos ecológicos y de legumbres ecológicas. En cereales, el 6º y el 7º en hortalizas. Somos el 10º productor de frutas ecológicas.

Redacción

BIOCULTURA 2019
TOMA NOTA

SEVILLA. FIBES - 22 al 24 de marzo
BARCELONA. PALAU SANT JORDI - 9 al 12 mayo
VALENCIA. FERIA VALENCIA - 27 al 29 de septiembre
MADRID. IFEMA - 7 al 10 noviembre

La Asociación Vida Sana para el Fomento de la Cultura y el Desarrollo Biológicos es una entidad sin fines lucrativos, inscrita el 22 de septiembre de 1981.
Coordinación: Ángeles Parra. **Redacción:** Javier Bolufer, Pablo Bolaño, Sara B. Peña, Esteban Zarauz, Inge Wenzl. **Publicidad:** J.C. Moreno. **Maquetación:** Enprensa.

RIET VELL
La ecosofía de SEO/BirdLife

Riet Vell es una empresa creada en 2001 por SEO/BirdLife tras el desarrollo de un proyecto LIFE en el delta del Ebro, proyecto que pretendía analizar la viabilidad del cultivo ecológico del arroz en este importante humedal. Vistos los resultados de este trabajo se crea la empresa con la participación de casi 200 personas y organizaciones ambientales. Al poco, Riet Vell compra una finca de 54 Has e inicia su actividad como productora y comercializadora de arroz ecológico. Juan Carlos Cirera es veterinario y desde 2006 dirige Riet Vell. Sara B. Peña charló con él. La empresa estuvo en BioCultura Madrid.

Foto: EcoArchivo

Juan Carlos es el director de Riet Vell

Juan Carlos, anteriormente, fue delegado de SEO/BirdLife en Aragón donde desarrollaba gran parte de su trabajo en torno a la conservación de los hábitats esteparios y en favor de una agricultura más sostenible. Es representante de las ONG ambientales europeas en el Grupo de Dialogo Civil sobre el arroz dependiente de la DG de Agricultura en la Comisión Europea.

-¿En qué punto se encuentra vuestra empresa? ¿Cuál ha sido vuestra evolución desde los orígenes?

-Riet Vell continúa desarrollando una intensa actividad como productor de arroz ecológico y comercializador de arroz, pasta y legumbres "bio". Tras unos inicios complicados ante la gran complejidad que conlleva el cultivo ecológico del arroz y la alta competitividad existente en el sector agroalimentario, desde hace varios años decidimos apostar por nuestra propia marca con una filosofía y unos valores muy concretos. Esto nos ha permitido ir poco a poco creciendo y consolidarnos entre quienes demandan una alimentación sana y procedente de cultivos cercanos… y social y ambientalmente responsables.

SEO/BIRDLIFE

-¿Explicadnos la relación actual que tenéis con SEO/BirdLife?

-SEO/BirdLife fue quien promovió la creación de Riet Vell movilizando e implicando a sus socios y a otras entidades afines. Actualmente SEO posee en torno al 20% del capital social, y el resto está muy repartido entre numerosos socios o simpatizantes de la organización. Además existe un acuerdo de custodia del territorio entre ambas entidades para la gestión ambiental y el uso público de nuestra finca en el delta del Ebro, que a lo largo de todos estos años se ha convertido en una de las mejores zonas en Europa para la observación de aves acuáticas.

-¿Cuál es el valor añadido, además de ecológicos, que tienen vuestros productos?

-El arroz, la pasta y las legumbres de Riet Vell proceden de cultivos que favorecen la conservación de espacios de alto valor ambiental. No es que sean compatibles, sino que son un elemento clave del ecosistema fundamental para el mantenimiento de su biodiversidad. Así ocurre con el arroz en el delta del Ebro, el trigo duro en las zonas esteparias del valle del Ebro o las legumbres en el entorno de humedales endorreicos de Castilla La Mancha.

LA GRAN DISTRIBUCIÓN

-¿Qué pasa con el hecho de que la gran distribución haya encontrado un "nicho de mercado" en el sector ecológico? ¿Cuál es vuestra opinión?

-Era algo totalmente previsible. Cuando el sector "bio" ha crecido suficiente las grandes empresas han visto una oportunidad de

Foto: EcoArchivo

Sembrando arroz

Foto: EcoArchivo

Día del fangueo

negocio y están entrando con fuerza y precios bajos. Esto ha sido facilitado por una mayor oferta de productos, en muchas ocasiones de orígenes, calidades y certificaciones muy diversas. Una de las pocas opciones que tenemos los "pequeños" es mantener unos valores claros y coherentes que transmitan confianza al consumidor más concienciado.

-¿Qué significa BioCultura para vosotros?
-Un punto de encuentro obligado y un testigo privilegiado de la evolución del sector.

-¿Quién os compra y cómo distribuís vuestros productos?
-Trabajamos con muchos tipos de clientes, desde personas individuales que nos compran directamente o por la web… hasta grupos de consumo, tiendas especializadas, pequeñas cadenas de supermercados, distribuidores, empresas de cátering, cocineros, restaurantes… La distribución la hacemos nosotros directamente desde nuestro almacén en Reus.

Foto: EcoArchivo

Algunos de los productos de Riet Vell

PAELLA VEGETAL

-¿Nos queréis recomendar alguna receta para vuestros arroces y/o otros productos?
-Pues aunque no sea muy original una buena paella de verduras resulta espectacular. Para la pasta unos espaguetis integrales con un poco de aceite de oliva virgen y unos ajos fritos cortados muy finos… es un plato sencillo y que permite captar muy bien la textura y el sabor de la pasta. Y con la legumbre… una ensalada de lentejas pardinas.

-¿Qué presentación o novedades llevasteis a cabo en BioCultura Madrid?
-Participamos en dos mesas redondas contando nuestra experiencia, una sobre comedores escolares y otra sobre la actual reforma de la PAC. Apostamos también por un estand mucho más grande y más ambicioso que ha comunicado mucho mejor nuestros valores y las peculiaridades de nuestros productos.

Sara B. Peña

SECTOR ECOLÓGICO
UNA APUESTA LÓGICA

-¿Por qué un día decidisteis adentraros en el sector ecológico?
-Fue una respuesta lógica a nuestra inquietud por una agricultura realmente sostenible y favorecedora de la conservación del entorno. Tiene su origen en el intenso trabajo de SEO/BirdLife en este campo desde principios de los años 90 y de su tradicional preocupación por las zonas húmedas. Así, enseguida se identificó el arrozal como un elemento clave y el cultivo ecológico como una herramienta fundamental para avanzar en esta línea. Riet Vell fue simplemente la consecuencia de este empeño.

¡Es más que BIO, es Biocop!

Marca pionera en la fabricación y comercialización de productos biológicos con la máxima calidad nutricional y sabor. Desde 1975 comprometidos con la regeneración del modelo de alimentación, el consumo responsable y la vida saludable.

biocop.es

ALIMENTOS "BIO", CONSUMO LOCAL Y REPOBLACIÓN RURAL
Consume "bio", consume local

Un decálogo de por qué consumir biológico y local. La cosa parece bastante clara. Hacer lo contrario beneficia a las grandes corporaciones, desertiza nuestros pueblos y asesina nuestros ecosistemas…

Foto: EcoArchivo

El mundo no necesita más pesticidas ni más transgénicos, sino productos ecológicos y locales… y una eco-nomía real, no especulativa ni usurera…

1 El consumo de productos biológicos locales implica un ahorro más que notable en energías. Ello conlleva el ahorro en la emisión de gases de efecto invernadero y, por tanto, es una eficaz herramienta para luchar contra el calentamiento global, tal vez la amenaza más grande con la que se enfrenta la Humanidad en nuestra era. Si la población se alimenta de zonas muy cercanas en sus pueblos, se ahorra también energía al no tener que llevar los alimentos desde las zonas rurales a las megaurbes y/o de país a país y de mar a mar.

2 Si nuestro consumo apuesta por el consumo de productos "bio" y locales estamos boicoteando, por un lado, a las grandes empresas fabricantes de pesticidas, herbicidas, fertilizantes químicos, transgénicos, hormonas, aditivos químicos… cuyos monopolios acentúan la desertización rural. Y, por otro, estamos cortando de raíz la dependencia de nuestra sociedad de los combustibles fósiles, combustibles tras los que se esconden guerras, invasiones, ejércitos, dictadores, especuladores y usureros… que provocan más desertización rural en sus lugares de origen.

3 La adquisición de productos ecológicos de nuestra área de residencia crea redes de eco-nomía local. Esto contribuye a luchar contra la globalización económica de una forma precisa y efectiva. La globalización económica acelera el éxodo rural. Hay que pensar que detrás de las legislaciones de la Organización Mundial de Comercio y del Fondo Monetario Internacional se encuentran medidas que conllevan la desaparición de millones de puestos de trabajo locales en todo el planeta, especialmente en las zonas rurales, siempre a favor de las grandes corporaciones y los estados poderosos y en detrimento de las poblaciones autóctonas de todo el orbe.

4 Una eco-nomía local fuerte y sólida es el mejor antídoto contra la desestructuración social y la desmembración familiar que causa estragos en todo el planeta y que hace a los pueblos más vulnerables aún. Los cayucos, las pateras, las migraciones masivas, el éxodo rural dentro de los estados, la desestructuración familiar y todo lo que de ello deriva… tiene su origen en la caída de las economías locales (además de otros factores). Cuando existe una red económica consistente en una zona… no es necesario emigrar y quedan protegidos los puestos de trabajo locales y las formas de producción que los garantizan.

5 Si desaparecen los campesinos más arraigados a la tierra, los pastores, la vida en los pueblos, si nuestros jóvenes se van a las ciudades (del propio país o de otros estados), si no se puede vivir del campo, también desaparecen las semillas, las razas autóctonas de vegetales, las razas animales rústicas más adaptadas al clima local y a los ecosistemas, aumenta la virulencia de los incendios, desaparece la biodiversidad… Ello promueve un gran empobrecimiento de la agricultura, de la ganadería y de la propia gastronomía. Y significa, además, que tres o cuatro grandes agencias transnacionales expenden las mismas semillas a los campesinos de todo el mundo. El poder, en cada vez menos manos. La diversidad biológica, por los suelos. La agricultura ecológica, local, campesina… promueve la biodiversidad a través de la protección de especies vegetales y animales rústicas y adaptadas al clima y a las condiciones locales.

6 Si no hay producción y consumo local, no hay economía. Cuando desaparece la economía, desaparecen las sociedades. Estamos hablando del éxodo rural que asuela a los

pueblos y zonas campesinas de todo el planeta. Este éxodo significa la desaparición de costumbres, lenguas, formas de producción tradicional… Es decir, significa la extinción de culturas enteras. La eco-nomía local protege nuestros pueblos y la biodiversidad cultural. Para que tenga visos de futuro, tiene que ser ecológica, local, de calidad… La agricultura ecológica campesina y local, por sus características intrínsecas, fija población en las zonas rurales, les da un futuro económico y mantiene la fertilidad de la tierra y de los seres humanos frente a la esterilidad que provocan en las sociedad y en los ecosistemas los pesticidas químicos de la agricultura convencional, responsables, entre otras cosas, de la baja natalidad que padece todo Occidente y países como España, donde se practica la agricultura industrial.

7 Consumir productos biológicos y locales es caminar hacia una sociedad verdaderamente sostenible. No es todo, sino un primer paso. Es el primer eslabón de una sociedad en armonía con la Tierra, con los ritmos de la Naturaleza, con nuestros ecosistemas, una sociedad que energéticamente no despilfarra y que utiliza energías renovables, una sociedad en la que se toman las decisiones que afectan a la tierra y a los recursos en la zona de esa tierra y de esos recursos, una sociedad relocalizada que protege lo suyo mirando siempre a las generaciones que están por venir. La agricultura ecológica local es más democrática y justa porque reparte mejor la riqueza, garantiza más puestos de trabajo, es asimétrica, descentralizada… Otorga poder y democracia real a las poblaciones, especialmente en las zonas rurales.

8 Cuando compramos productos locales y biológicos… estamos actuando conscientemente. Esta actitud, que para algunos será "ingenua", tiene muchas virtudes desde el punto de vista emocional y, por ende, desde nuestra propia salud. Proteger aquello que nos protege y que protege a los nuestros nos hace crecer en todos los ámbitos. Proteger nuestras economías, nuestros ecosistemas, nuestras familias, nuestros pueblos… nos une a la tierra, a lo local, y, por ello, a todo el universo. Todo es Uno y Uno es Todo. Esta sensación de pertenencia (ojo, no confundir con patriotismos patológicos o nacionalismos exclusivistas, vengan de donde vengan)

Foto: EcoArchivo

Grandes chefs, como Enrique Sánchez, ya apuestan sin ambigüedades por la alimentación ecológica y local

Foto: EcoArchivo

Productos lácteos ecológicos y locales en BioCultura

es satisfactoria tanto para nosotros como para la tierra. El desarraigo y la desestructuración social conllevan muchos problemas, entre ellos problemas de índole mental y emocional, y, también, problemas que tienen que ver con la destrucción medioambiental y la miseria. La no consciencia acaba afectándonos a nosotros mismos, tarde o temprano. Si vives en un pueblo y quieres seguir viviendo en él, protege su eco-nomía. Si no la proteges, tarde o temprano serás víctima después de verdugo.

9 Aun en el caso de que nuestro puesto de trabajo o nuestra forma de vida no dependa directamente de la economía local, también es nuestro deber proteger la eco-nomía de la zona de nuestra residencia y consumir productos "bio" y lo más localizados posible. ¿Por qué? No sólo por razones altruistas, sino también por motivaciones egoístas. Porque nuestro sueldo dependerá, aunque sea indirectamente, de que el tejido social en esa zona se mantenga vivo. Si desaparece, también desaparecerá nuestro puesto de trabajo. Si los diferentes agentes sociales no pueden pagar sus impuestos, nos quedaremos "fuera de cobertura".

10 Durante millones de años, los seres humanos y sus predecesores se alimentaron siempre con alimentos biológicos y locales. Como demuestran los investigadores Emily Martin y Richard A. Cone, en un muy ilustrativo artículo en "The Ecologist"(número 5, "Inmunidad e impunidad"), los alimentos biológicos y locales son a lo que están adaptados nuestros organismos. Alimentarse con productos no locales significa comer alimentos de ecosistemas muy diferentes al que vivimos. Cuando comemos productos locales, según los citados científicos, estamos consumiendo "pequeñas vacunas", ya que nos nutrimos con vegetales o animales sometidos a nuestro mismo ecosistema y, por tanto, son organismos vivos que ya han creado defensas para protegerse de los problemas a los que nosotros mismos también estamos sometidos/expuestos. Según Martin y Cone, muchas enfermedades relacionadas con el sistema inmune, en la actualidad, como las altas tasas de asma y alergias, tienen que ver, entre otras cosas, con sistemas inmunitarios muy debilitados, y ello también tiene una relación con dietas (la del occidental medio de nuestra era) que no incluyen, salvo raras excepciones, los alimentos locales. Si no vives en un pueblo, consume alimentos del pueblo más cercano. Esto hará que tu sistema inmunitario se mantenga fuerte. Si no hay agricultura periurbana, comemos alimentos lejanos. Ello repercutirá negativamente en nuestra salud.

EcoActivistas

ENTREVISTA A SYDNEY PINOY
"El neurofeedback es una forma de entrenar el cerebro y una herramienta muy efectiva para autoconocerse"

Sydney Pinoy nació en Francia en un ambiente familiar rodeado de arte y psicología. Se crió en Barcelona y se graduó con un MBA en Administración de Empresas. Después de pasar algunos años viviendo y trabajando en el extranjero, concretamente en África y Paraguay, en la industria turística, regresó a España donde sufrió una lesión en la cabeza en un accidente de caballo. Las lesiones en la cabeza le impidieron dormir y trabajar, causando depresión y ansiedad. Se trató con las terapias neurofeedback y EMDR. Y consiguió superar su malestar, mejorando su patrón de sueño de 2 horas por noche a 10 horas. A través de su proceso de curación, Sydney se inspiró y empezó a estudiar la neurociencia y a entrenarse como practicante de neurofeedback en Arizona. Ahora ve la experiencia de su caída no como negativa sino como un regalo, que le ha hecho crecer a nivel personal y emprender un nuevo camino apasionante de encontrar su verdadera vocación de proporcionar bienestar.

-¿Nos puedes explicar qué es el neurofeedback?

-El neurofeedback es una forma de entrenar el cerebro y una herramienta muy efectiva para autoconocerse, ya que ofrece la oportunidad de aprender a reconocer y así dirigir y gestionar nuestras propias ondas cerebrales. Gracias a los progresos hechos en las últimas décadas en el campo de las neurociencias y de la ingeniería, se dispone de herramientas como el electroencefalógrafo. Nos permite saber en tiempo real lo que está ocurriendo en el cerebro, es decir, podemos saber qué áreas y redes neuronales están activadas por una determinada tarea y con qué frecuencia las neuronas se están conectando. Además, gracias a los estudios científicos sobre las diferencias en la actividad cerebral de personas afectadas por diferentes trastornos y personas sanas, podemos identificar y determinar las alteraciones en la actividad eléctrica cerebral que caracterizan un determinado problema psico-cognitivo. A través del neurofeedback enseñamos al cerebro a auto-regular su actividad cerebral con el fin de potenciar una actividad sana y funcional para el individuo. De esta manera se consigue debilitar y romper patrones disfuncionales que se han ido creando desde la niñez y que limitan a la persona y que pueden estar influyendo en generar diferentes tipos de síntomas.

Foto: JuanMi Morales

Sydney Pinoy

NUEVOS ENFOQUES

-¿Por qué son necesarios nuevos enfoques para la medicina?

-Los estudios científicos de las últimas décadas, cada vez más, sugieren una fuerte relación bidireccional entre el cuerpo y la mente ya que uno influencia al otro y viceversa. La neurociencia moderna ha demostrado que las emociones no solo afectan al cerebro y a la mente, sino que tienen efectos también sobre el cuerpo. Las emociones actúan claramente sobre el sistema inmunitario, hormonal y endocrino influenciando directamente la fisiología del cuerpo. Por ejemplo, si baja la actividad del sistema nervioso simpático, la cual es subconsciente y autónoma, el ritmo del corazón y la presión sanguínea deceleran, siendo así un buen marcador de buena salud cardiovascular y reduciendo el riesgo de sufrir de ictus o de ataque de corazón. Las emociones positivas parecen elevar el nivel de la hormona del crecimiento y de la prolactina, que refuerzan el sistema inmunitario, y de oxitocina, la cual baja la producción de cortisol, hormona del estrés. Además, ha sido probado que las personas que a menudo se sienten solas, tristes y que no tienen vínculos sociales de apoyo psicológico tienen más probabilidades de enfermarse. Por lo que se podría llegar a afirmar que el aislamiento social debilita el sistema inmunitario y favorece la producción de inflamaciones. Todas estas evidencias de la fuerte conexión que hay entre el cuerpo y la mente sugieren la necesidad de un cambio de enfoque para la medicina, ya que nuestra salud mental tiene mucha influencia sobre nuestra salud física y saber cuál es la situación psicológica de un paciente podría ayudar a los médicos a realizar una mejor evaluación, planear tratamientos y pronósticos de recuperación más eficientes. Integrando todo lo que sabemos sobre la relación entre la mente y el cuerpo será posible, de hecho, curar enfermedades en un sentido para que no se vuelvan a repetir a menudo y no sólo tapar los síntomas con medicamentos.

-¿Puede detallar esta afirmación suya: "El futuro del bienestar radica en la integración de la neurociencia moderna, la salud natural y la transformación a través del autodescubrimiento"?

-Pienso que las terapias de hoy en día tienen que integrar varios paradigmas. La neurociencia moderna es el estudio del cerebro y cada vez estamos descubriendo más y más sobre cómo este funciona. Todavía estamos al principio de esa revolución; sin embargo poco a poco los avances nos hacen mejorar nuestra calidad de vida como pudiera hacerlo el neurofeedback. La salud natural pasa por el hecho de ser más consciente de nosotros, de lo que comemos, de hacer ejercicios, de cuidarnos u otros hábitos como el yoga, la meditación, etc. En el fondo es amarnos más. Y el autodescubrimiento es primordial para el desarrollo de un individuo. Estamos en constante evolución y nuestro cerebro es dinámico. El aprendizaje es un proceso en espiral y nunca termina, al igual que la experiencia humana, que es de evolución y cambio constante. Nuestro cerebro tiene la capacidad de responder con dinamismo ante la consciencia de un aprendizaje que deja de ser funcional y pasa, en contraposición, a perjudicarnos. Un ejemplo en concreto lo podemos extraer de la niñez: todos los bebés necesitan de sus padres para sobrevivir, es allí donde experimentamos y aprendemos sobre la dependencia a los demás. Sin embargo al crecer, debemos volver a aprender este concepto para que no se nos vuelva en contra. Técnicas como el EMDR y neurofeedback sirven de apoyo para este proceso de introspección, transformación de lo aprendido y búsqueda de un balance funcional.

AGRESIONES AL CEREBRO

-¿Cómo agredimos a nuestro cerebro sin darnos cuenta? ¿Cómo hay que cuidarlo?

-Nuestro estilo de vida y las experiencias que tenemos en nuestra vida diaria indudablemente tienen un efecto sobre nuestro cerebro. Si no nos cuidamos a nosotros mismos inevitablemente estamos agrediendo nuestro cerebro, donde una alimentación rica en grasas y azúcar refinado dañan a nuestras neuronas en la misma medida que no hacer ejercicio y no salir nunca de nuestra zona de confort, sin atrevernos a probar nuevas experiencias y a aprender nuevas cosas que favorecen el desarrollo cognitivo y la creación o el refuerzo de las redes neuronales. El cuerpo y el cerebro necesitan movimiento para eliminar las toxinas que se producen durante el día y un sueño reparador de buena calidad es muy importante para la salud de las neuronas. Pasar mucho tiempo en frente de una pantalla, ya sea la del ordenador o la del televisor, son algunos de los mejores ejemplos que se pueden mostrar sobre agresión inconsciente al cerebro, porque además de acarrear un estilo de vida sedentario ya de por sí malo, la estimulación visual de una pantalla daña a las retinas oculares y así también a la corteza visual. Una costumbre muy buena y que podría favorecer a nuestro cerebro sería la de reservarse por lo menos media hora al día para desconectar, estar en silencio y a lo mejor dar un paseo por la naturaleza.

Foto: EcoArchivo

Una conferencia de Sydney Pinoy

-¿De qué manera actúa el neurofeedback para mejor nuestro bienestar y el de nuestras funciones cognitivas?

-El neurofeeback es un entreno cerebral a través de un proceso de aprendizaje. Durante cada sesión, de hecho, el cerebro está activamente aprendiendo cómo mejorar y optimizar su actividad, está percibiendo estímulos y entendiendo sus relaciones. En este sentido el neurofeedback es como una gimnasia cerebral la cual ayuda a debilitar patrones neuronales disfuncionales y a reforzar y crear de nuevos que sean más sanos y funcionales para el individuo. A través del neurofeedback la persona entra más en contacto consigo mismo y con sus emociones, ayudándole así a tomar mayor control sobre procesos automáticos y favoreciendo una mejor gestión de las emociones.

Javier Bolufer

TERAPIAS COMPLEMENTARIAS...
...DE NUEVA GENERACIÓN

NeurosCenter es un centro de tratamientos psicológicos que pone a disposición de los clientes terapias complementarias de nueva generación en un mismo lugar para que puedan llegar al mayor beneficio en el menor tiempo posible. Las terapias "avanzadas" rompen con la idea de que una terapia debe ser lenta. El EMDR, un abordaje psicoterapéutico que trabaja sobre el propio sistema de procesamiento del paciente, nos demuestra que podemos ver resultados efectivos en un tiempo relativamente corto. También trabajan con neurofeedback, una terapia que nos enseña a regular y modificar determinados parámetros de nuestra actividad cerebral. Especializados en crecimiento personal, tratan deportistas de élite, personas empresarias, estudiantes... Mejoran la calidad de vida de las personas con problemáticas como la depresión, la ansiedad, el trastorno por déficit de atención, el alzheimer, los trastornos del sueño, las adicciones... Hearth Integrated Wellbeing Center es el Departamento de Bienestar de Neuroscenter Barcelona: se ha creado para proporcionar servicios de salud totalmente naturales para aquellos que buscan un bienestar óptimo y el equilibrio entre la mente y el cuerpo. Ofrecen una combinación de terapias eficaces como el coaching transpersonal, la light therapy, la meditación sonora, el mindfulness o masajes ayurvédicos para que los clientes puedan transformar eficazmente su salud mental y optimizar su bienestar de forma natural. Dicen: "Nuestro objetivo es ofrecer terapias efectivas en un entorno único e inspirador, para que los clientes puedan recuperar el control de su salud de forma segura y maximizar su creatividad, felicidad y bienestar".

C/ Gresolet 14, 08034 Barcelona. Tel. +93 328 37 31. info@neuroscenter.com
www.neuroscenter.com

BIO K / SATXA ZEBERIO
"Nuestros zumos son de una calidad muy alta"

Eko Iruekhi es una pequeña empresa vasca que produce zumos de manzana bajo la marca Bio K. Detrás está Satxa Zeberio. Tiene dos hectáreas de terreno con unos 320 árboles. Es decir, unas 25 toneladas anuales: unas 25 mil botellas. Tiene 14 variedades, entre las que destacan la errezida, la gezamina y la urtebihandi…

En su estand de BioCultura Bilbao conocimos sus zumos de manzana, en tres formatos. Manzana sola. Manzana con jengibre. Y manzana con limón. Son zumos muy rústicos, con un sabor poderoso… Son zumos que saben mucho al terruño, como los vinos de autor más modernos.

-¿Cómo empezó todo, Satxa?
-Hace 10 años compramos un viejo pinar y lo transformamos en un cultivo de manzanos de sidra con variedades autóctonas, rústicas. Con el sistema manzano patrón franco. Allí hemos hecho también una casa donde vivimos. Hace cuatro años empezamos a hacer zumo con las primeras manzanas. Entonces, todo lo hacíamos aún de una forma un poco algo precaria. Hace dos años, construimos el obrador y ya empezamos a hacer las cosas de una manera más estable. El año pasado hemos empezado a comercializar el fruto de la manzana en tres formatos distintos. Este año ya hemos salido al mercado en serio…

Foto: La Morocha

Satxa Zeberio, con su zumo

LA DISTRIBUCIÓN

-¿Cómo lleváis a cabo la distribución de los zumos?
-Bueno… Estamos empezando… No conocemos todavía muy bien el asunto… Hacemos lo que podemos. Estamos empezando a dar los primeros pasos en ese sentido. Hasta ahora, básicamente, distribuimos de forma directa, de una forma muy doméstica, y es como mejor nos está yendo. Vamos poco a poco. Somos nuevos en el negocio.

-¿Os habéis lanzado con tres formatos diferentes?
-Sí. Hemos empezado con algo que podamos hacer bien. Sin grandes algarabías. Tenemos en el mercado el formato de zumo de manzana. El de zumo con manzana y jengibre. Y el de manzana con limón. Para tres públicos diversos. El año que viene vamos a lanzar también mermeladas con base de manzana. Iremos ampliando el catálogo poco a poco. Todo… a su tiempo.

TODO EN "BIO"

-¿Y todo en "bio"?
-Desde el principio teníamos muy claro que teníamos que lanzar nuestra empresa dentro del sector ecológico. No porque pensemos

Foto: La Morocha

Satxa Zeberio y su pareja nos enseñan sus zumos en el estand de su empresa en BioCultura Bilbao

que es más rentable, que tiene más futuro, que… Sino porque es la única opción viable para nosotros. Nosotros somos consumidores de ecológico desde hace muchos años, vivimos este mundo, no sabemos consumir otra cosa… Nuestros zumos tienen una alta calidad. La idea es hacer un producto ecológico, pero con el valor añadido de ser un producto de muy alta calidad. En todos los sentidos: nutricional, organoléptico, etc.

-¿Ha conllevado una gran inversión toda esta aventura?
-Hombre… Para nosotros sí que es una gran inversión. Por ello hemos dimensionado la infraestructura y ahora ya estamos dando servicio a otras marcas desde nuestro obrador, para poder rentabilizar la inversión. Nosotros trabajamos cuidando, mimando mucho todo… Nosotros dedicamos la manzana al zumo. No hacemos el zumo con la manzana que sobra. Sino que la utilizamos directamente para hacer el zumo. Cuidamos mucho todo el proceso. Sólo en el color del zumo ya se nota que es un zumo muy especial…

EL MANZANO

-¿Nos puedes hablar del manzano y de la producción en ecológico?
-No es más fácil el manzano que otros árboles para trabajar en ecológico. Simplemente, tiene sus peculiaridades. Lo que sí te puedo decir es que en Euskadi la gran mayoría de manzanos, aunque vayan al mercado convencional, sea para postre de mesa o bien para zumos, son árboles que están sin tratar, son árboles cultivados en ecológico, aunque no lleven certificación. Los sistemas tradicionales continúan en Euskadi. Se ha hecho de una determinada manera toda la vida y no han hecho falta tratamientos químicos. Al menos, hasta donde yo sé…

-¿Sólo os dedicáis a los zumos?
-No. Ahora es todavía imposible. Tenemos otros trabajos. La idea es, con el tiempo, dedicarnos sólo a nuestra empresa. Ya veremos a ver cómo funciona todo esto. Esperamos que, de aquí a unos años, nos podamos dedicar sólo a esto… Pero, sea como fuere, incluso si nos dedicamos sólo a los zumos, lo que queremos es seguir en un mundo muy artesanal, como ahora, con productos ecológicos y de muy alta calidad.

Esteban Zarauz

QUEDARSE EN EL PUEBLO
REPOBLACIÓN RURAL

-¿Vosotros también lucháis, a vuestra manera, contra la despoblación rural?
-Proyectos como este ayudan a que la gente se quede a vivir en el campo. Detienen el éxodo rural. Sin gente en los pueblos que puedan vivir dignamente de su trabajo y que cuiden los montes y la biodiversidad agraria… nos morimos todos un poco. Pero para que surjan y funcionen estos proyectos tiene que haber talento, riesgo, nuevas ideas, sostenibilidad… Y todas esas ideas tienen que estar basadas en la ecología, que es el futuro. La calidad de los productos es muy importante, pero siempre vinculada a la ecología verdadera.

MÁS INFO. TOMA NOTA

ERREZIL
Erdoizta 4 Antxiturbi azpikoa baserria - Urola Costa
Gipuzkoa 20737 - Tel. 650160514 - satxa@gmail.com

mi herbolario
Revista especializada para profesionales de la salud

Revista líder con más de 15 años en el sector
Lectores profesionales con decisión de compra
Máxima difusión: Revista en papel y en formato digital, Web, Redes Sociales y Newsletter
Credibilidad y objetividad: Salud, Terapias, Medio Ambiente

TELÉFONO DPTO. PUBLICIDAD 914 367 353
SUSCRIPCIONES EN: www.miherbolario.com

KLAPCAP
Reutilizando las cápsulas de café sistema Nespresso

Sònia Adalid es una de las socias fundadoras de la empresa Solutions SL y trabaja en el departamento comercial y de comunicación. La empresa comercializa el Klapcap. Se trata de un utensilio que sirve para reutilizar cápsulas de café sistema Nespresso. La empresa te vende el sistema y las cápsulas reutilizables. Las cápsulas convencionales crean una grave contaminación. Presentaron el producto en BioCultura BCN.

Foto: JuanMi Morales

Sònia Adalid nos muestra el Klapcap

-Háblanos de la empresa…
-Es muy joven. Se constituyó en 2016 en Barcelona. Nació a raíz de la idea de crear un producto para reutilizar las cápsulas que, hasta entonces, eran de usar y tirar. Estas cápsulas convencionales crean un grave problema medioambiental.

EL PRODUCTO

-¿Puedes definir el producto?
-Es un aparato para la cocina que te permite preparar y reutilizar cápsulas plásticas compostables con el sistema Nespresso, que utilizan millones de personas. Puedes elegir el café que te gusta, el que tiene un precio que más te conviene, puedes hacer también infusiones con este sistema, ahorras dinero y muchos problemas ambientales.

Foto: JuanMi Morales

Sònia Adalid reutiliza la cápsula

-Las cápsulas normales… ¿no se reciclan?
-No. Representan un grave problema medioambiental. Ahora hay cápsulas biodegradables en algunos sistemas pero sigue dándose un gran consumo energético. Nuestra propuesta es muy coherente y muy ahorrativa. El producto reduce el impacto que tienen las cápsulas convencionales en un 80%.

ÁLEX MESA

-¿Quién ha inventado este artilugio…?
-Álex Mesa. Es mi marido. Todo pasó de la siguiente manera. Teníamos a su madre en casa. Nos habíamos quedado sin cápsulas de Nespresso. Su madre, con un cuchillo, reutilizó a mano una de ellas y le puso café. A mano. Lo diseñamos contando con la evaluación y asesoramiento de expertos y lo patentamos. Y ahora lo estamos empezando a distribuir en España, Europa y Australia.

-Es un aparato transversal…
-Sí, efectivamente. Las cápsulas de café están pensadas para café.

Pero nosotros hemos hecho un trabajo transversal y con el mismo equipo puedes preparar también infusiones. Tú te haces el café o la infusión con la materia prima a granel, la que tú quieres, la que más te conviene, etc. Reduces envoltorios y se amplía la gama de posibilidades porque puedes elegir el producto que tú quieres y no el que te vende una determinada marca.

"Sólo en la Unión Europea, funcionan en este momento 80 millones de máquinas. Si conseguimos hacer algo por el medio ambiente, bienvenido sea. El 55% de consumo de café en la UE es en cápsulas no compostables"

EL CAFÉ

-Eso sí que es una novedad… Háztelo tú mismo…

-Pues eso. El café lo eligen por ti. Eso no puede ser. Tú compras el café que más te agrada. Por ejemplo, lo puedes comprar en grano y te lo mueles tú mismo. No tienes por qué limitarte al café de una marca concreta, que nunca será tan exquisito como otros. Puedes elegir un café ecológico, de comercio justo… Los precios cambian mucho de una opción a otra. Es una forma de luchar contra los monopolios.

-¿Cuántas máquinas de café Nespresso funcionan en Europa?

-Sólo en la Unión Europea, funcionan en este momento 80 millones de máquinas. Si conseguimos hacer algo por el medio ambiente, bienvenido sea. El 55% de consumo de café en la UE es en cápsulas no compostables. Es uno de los mercados más importantes de la UE, el del café, y, al mismo tiempo, uno de los más contaminantes.

¿PARA QUIÉN?

-¿A quién va dirigido este artilugio?

-Lo compra cualquiera que tenga una cafetera Nespresso. Ya te adelanto que no tenemos nada que ver con esta empresa. Creemos que es un buen producto porque funciona, reutiliza, ahorra, etc. Es eficaz. Además, es tan sencillo que puede durar toda una vida. Nuestro lema es: "Nosotros elegimos". Es un producto rebelde. Frente a la sociedad de consumo tan agresiva, tan contaminante, este producto es volver un poco a los orígenes.

-¿Puedes resumir los inicios de la empresa?

-Llevamos solo siete u ocho meses comercializando el producto. Ya estamos en la gran distribución. El sistema funciona pero es lento. Bueno, es normal. Hay que darlo a conocer. Vamos poco a poco. Nos estamos dando a conocer en ferias, medios, etc. Tenemos un producto muy singular, pero la gente tiene que conocerlo. Hay que explicar bien su funcionamiento. Aquí está el *quid* de la cuestión.

Foto: JuanMi Morales

La càpsula ya terminada

BIOCULTURA BCN

-¿Cómo fue la presentación del Klapcap en la feria?

-Fue muy bien. Fue una experiencia muy buena. Es un público muy exigente, muy consciente. Y este público quiere consumir productos que sean lo más ecológicos posible. Fue muy bueno tener contacto directo con los consumidores. El público aceptó y disfrutó la iniciativa. Eso quiere decir que vamos muy bien.

Javier Bolufer

MÁS INFO
TOMA NOTA

Klapcap® es un envasador de cápsulas de café. Es un aparato de uso doméstico, diseñado, producido y patentado en España, que te permite rellenar una cápsula en 15 segundos sin ensuciar la cocina. Es muy fácil de usar y cómodo. En el tiempo que tarda la cafetera en calentar el agua, preparas una cápsula.

Ya no tendrás que seguir probando tipos y marcas de café encapsulado para encontrar uno que te guste. Basta simplemente con elegir el café molido de la variedad que más te guste y usarlo para rellenar la cápsula. Puedes comprarlo ya molido en una tienda especializada o en el supermercado, o también puedes molerlo tú mismo en casa antes de preparar el café con un molinillo doméstico para garantizar el máximo de frescura del café.

Con Klapcap podrás reutilizar las cápsulas plásticas compatibles con el sistema Nespresso®. Basta con usar la cápsula, lavarla, dejarla secar y volverá a estar lista para un nuevo uso. Evita tirar una cápsula cada vez que tomas un café. Reutiliza.

www.klapcap.com

BERLIN EXPORT
ABONOS Y PIENSOS NATURALES
Los Angeles, Cal. USA
E-mail: bioaga@bioaga.com

Desde 1922

Tudela (Navarra)
Tel. 948 41 38 17
Fax. 948 82 84 37
www.berlinex.com

BERLIN EXPORT a la cabeza de la alta tecnología con sus abonos EKOCÉN, conocidos internacionalmente por sus excelentes resultados y calidad.

FERTILIZANTE NATURAL EKOCÉN SIN HUELLA DE CO2

RÉCORDS CON OMEGA 3 Y FIBRA DIETÉTICA:
10.500 Kg. de TRIGO con Vit. A, C y B12, con Omega3
14.500 Kg de ARROZ por Ha. con Vitamina A, con Omega 3
215.000 Kg. de TOMATES por Ha. 8´9% Brix Vit A, C, con Omega 3
415 Kg. de ACEITUNAS por árbol, 37% Rto. Con Omega 3
14.000 Kg. de UVA por Ha. 14º, 17´5 Resveratrol, con Omega 3
88.000 Kg. de PATATAS por Ha. con Vit. A, con Omega 3
22.000 Kg. de MAÍZ por Ha. con Triptófano y Vit. E, + Omega 3

FESTIVAL MÓN HEROIC
Manuel Rivas, The Ecologist y la Naturaleza Sagrada

El ayuntamiento de El Bruc (BCN) tuvo a bien "contraprogramar" su Festival Món Heroic justo el fin de semana del Back Friday (24 de nov.), más conocido en la actualidad por el "fraude oscuro", y precisamente en un día en que jugaba el Barça. Y, sin embargo, a pesar de todo, fue una velada intensa y redonda y con un público harto bonito. Durante todo el día se fueron sucediendo diversos actos, como la ponencia de la deportista Núria Picas o la tertulia con el escritor Rafael Vallbona y la psicóloga Marionna Lozano. Por la tarde y por la noche, llegaría, eso sí, lo más suculento del festival. Este festival ha tenido como objetivo, en esta edición, presentar a la montaña y la naturaleza bajo prismas que no son los habituales en los medios de información.

Foto: V.J.

De izquierda a derecha, Pedro Burruezo, el moderador de la tertulia, el antropólogo Enric Cassú y el escritor Manuel Rivas

Por la tarde y por la noche, las ponencias, los debates y los espectáculos se centraron en ahondar en una visión sagrada de la Naturaleza. La ponencia del conocido Manuel Rivas fue muy poética y nos recordó que es preciso empezar a mirar la Naturaleza desde una mirada que huya de la supremacía antropocentrista. El antropólogo Enric Cassú nos recordó que hay otras formas de vivir, de sentir y de ver el mundo y la vida que escapan al prisma racionalista. Pedro Burruezo, que asistía en representación de The Ecologist (que cumple en breve 20 años), recordó las palabras de Vandana Shiva: "Sólo volver a ver la Naturaleza como algo sagrado hará que podamos volver a vivir en una sociedad en armonía con la Tierra". Burruezo también dijo que "mantener viva una revista en papel en estos momentos, con una temática tan poco común y cuando ya todo el mundo se ha pasado a Internet… es una verdadera heroicidad". Manuel Rivas recordó, con mucha dulzura, los tiempos en que, "en la literatura gallega… las montañas, los prados, las nubes, las piedras, los pájaros y las vacas hablaban". Cassú, el antropólogo, insistió en la relación que los indígenas amazónicos tienen con la selva, una relación donde todo está ritualizado para causar el mínimo impacto en el medio".

INTENSIDAD

Fue un debate intenso. Escapar al aborregamiento y al Pensamiento Único ya tiene algo de heroico, vaya que sí. Tras el debate, que fue seguido con aplausos y risas por el nutrido público asistente (entre el que se encontraban archiconocidos activistas, como el querido Manolo Vilchez –www.yocambio.org–), siguieron los espectáculos. El mensaje era el mismo, pero el lenguaje era la poesía, la música, la danza. Manuel Rivas hizo un recital poético notable y admirable, huyendo de todos los tópicos al uso. A través de sus versos y de las músicas y sonidos que le acompañaron, las piedras, los bosques, las nubes, los insectos, los pájaros... tomaron la palabra. Le acompañaron Nacho López (guitarra, voz, percusión) y Tanja (diversos instrumentos). Fue muy emocionante su poema dedicado a los gitanos cesteros asesinados en el 36.

DANZAS GIRÓVAGAS

Luego, cerró la velada Burruezo & Medievalia Camerata (Maia Kanaan, viola y voz; Jordi Ortega, chelo; Virginia Joëlle, danzas girovagas; Pedro Burruezo, voz, guitarra, mondol, percusión) con un recital intimista y devocional basado en piezas tradicionales o propias dedicadas a los místicos de las tres tradiciones del Libro. Burruezo, director de The Ecologist, iba desgranando pieza a pieza y explicaba la relación de cada canción del repertorio con la temática de la velada. Por ejemplo, antes de interpretar "La noche", señaló: "Es una pieza original pero inspirada en la música andalusí. Las danzas girovagas de Virginia Joëlle evocan el movimiento de los astros y el orden del cosmos, como en el caso de los derviches mevlevis. Un orden del que la sociedad moderna ha salido en detrimento de la naturaleza y de la salud física y mental de la propia especie humana".

EL FUTURO

Los ponentes tendieron, a pesar de no ser fatalistas, a dar una

imagen muy dura de lo que está sucediendo en el mundo en el terreno de lo ambiental y los derechos de los seres humanos y de los no humanos. Se podría decir, resumiendo, que todos ellos insistieron en que el futuro será ecológico u Occidente se desmoronará arrastrando al planeta en su descenso (se refirieron a Occidente no como un espacio geográfico sino como una forma de vivir). La jornada, coordinada por Taleia Cultura, fue una buena oportunidad para poder conocer cosmovisiones ajenas al cartesianismo occidental.

Javier Bolufer

Foto: V.J.

Fue un debate harto interesante en el que los ponentes presentaron prismas desde el que ver la Naturaleza ajenos a la cosmovisión tecnológica occidental

THE ECOLOGIST 20 PRIMAVERAS
2019: UN AÑO DE CELEBRACIÓN

En 2019, la edición en español de The Ecologist llegará al número 80. Hace 20 años, un año antes de empezar a editar The Ecologist de forma trimestral en papel, la práctica totalidad de asociaciones ecologistas se unió para llevar a cabo la edición conjunta del monográfico "Monsanto Files", un número dedicado a la transnacional de los pesticidas y la transgenia que, en UK, la citada empresa acabó secuestrando. Después, la Asociación Vida Sana tomó el relevo y, tras recibir los parabienes y las "bendiciones" del fundador, Edward Goldsmith, empezó a editar la revista para España y Latinoamérica. 20 años después, continúa el mismo empeño: una línea editorial dura y combativa que acerca al lector ideas, conceptos y soluciones para los grandes problemas que hoy asuelan a la Humanidad… desde un punto de vista holístico, profundo y que no excluye el lado espiritual. Se trata de repensar el mundo y corroborar, con respaldo científico y una visión general, por qué la sociedad moderna ha derivado hacia una catástrofe anunciada y cuáles son los problemas y sus raíces, los/las que provocan la destrucción de la Naturaleza y de la propia sociedad humana.

Edward Goldsmith fundó la revista hace ahora casi 40 años en UK. Desde su juventud, Goldsmith decidió dedicar su fortuna a la conservación de la Naturaleza y a estudiar de qué manera la modernidad había sentado las bases de una carrera precipitada hacia la autodestrucción. Su libro "El Tao de la ecología" (Icaria Edit.) es una obra maestra que resume perfectamente cuáles son los dogmas, los axiomas y la visión materialista que han permitido a la sociedad moderna crear una mundo donde todo es posible, todo menos la vida. Fue Premio Nobel Alternativo en 1991 y sentó las bases de lo que muchos luego han llamado "ecología profunda" o "ecología espiritual". Otros pensadores, como Jerry Mander, Vandana Shiva, Hossein Nasr… han seguido su estela. Tras su óbito, su sobrino, Zac Goldsmith, tomó las riendas de la revista, aunque el magazine ya no se publica en papel en UK, sólo es una edición online. Desde sus orígenes, el objetivo de la revista fue denunciar a las grandes empresas y estados que destruían el mundo con sus productos y/o legislaciones y, al mismo tiempo, promover las soluciones a tales desaguisados.

A finales de la década de los 90, diferentes ONG's ambientalistas españolas unen fuerzas y recursos para sacar al mercado, en español, el número monográfico que The Ecologist dedicó a Monsanto y todos sus trapicheos y los problemas de salud y medioambientales que crean sus productos, como el famoso herbicida Round Up. Monsanto había secuestrado el monográfico en UK, lo que creó un gran escándalo que acabó siendo una lluvia de piedras en su propio tejado. Tras ese número inicial en español, la Asociación Vida Sana asume la responsabilidad de seguir publicando The Ecologist en castellano para España y Latinoamérica. Desde un principio, la redacción española opta no por ser una mera traducción de la revista inglesa, sino por llevar a cabo números, reportajes, artículos y entrevistas de los mismos asuntos pero desde una perspectiva "mediterránea".

EcoActivistas

LA KOMBUCHERÍA
Kombucha para todos

La Kombuchería nació como un pequeño proyecto familiar en 2003. Hoy en día cuentan con dos pilares fuertes. "La fabricación artesanal y distribución de nuestra gama de Bio Kombucha y nuestra tienda ecológica. Desde enero de 2018 trabajamos en la Kombuchería sociocráticamente, esto completa nuestra visión común de ética, filosofía responsable y sostenible con el foco en la salud y el bienestar. Nuestra actividad siempre toma en cuenta el impacto medioambiental y social. Queremos ser buenos; no somos perfectos, pero lo intentamos". Quien así habla es Manuel Calabrese, director y maestro "kombuchero". Estuvieron en BioCultura Madrid.

Foto: EcoArchivo

Manuel, entusiasta de los fermentos...

Manuel Calabrese, director y maestro en el arte de la kombucha, forma parte de la gerencia de La Kombuchería. Le encanta el mundo de los fermentos, la sostenibilidad y la salud.
Apoyando una visión más allá del negocio, trae muchas ideas nuevas teniendo siempre en cuenta un modelo sostenible, social y ecológico. Si no está en el laboratorio, le encanta acompañar a sus hijos/as.

-¿En qué punto se encuentra vuestra empresa desde su fundación?
-Este año celebramos nuestro 15 aniversario. En los últimos 5 años hemos ampliado nuestra producción aunque seguimos produciendo artesanalmente. Contamos con un equipo motivado, estable y fiel. Este año es un año de conciencia para nosotros/as. Hemos sido muy innovadores/as hace mucho tiempo y ahora estamos muy contentos/as de haber confiado en el producto y en nuestra filosofía. ¡Nuestra idea es seguir así!

DE MODA

-¿Por qué la kombucha está tan de moda?
-¡Es una buena pregunta! Me acuerdo muy bien de los inicios, hace 15 años, cuando la gente ni entendía la palabra kombucha... Tuvimos que ir hasta Bruselas para que se reconociera como alimento. Hoy en día hay más conciencia en la alimentación, y, entre los alimentos fermentados, la kombucha es una de las más sabrosas, con una gran variedad de sabores y es fácil de consumir. Además, desde un reconocimiento de la alimentación saludable... también se han despertado los paladares de las personas.

-¿Cómo veis el actual estado del sector ecológico en nuestro país?
-Es un sector con mucha demanda y un crecimiento constante. Así mismo se convierte en algo muy atractivo para la industria alimentaria convencional. Eso para mí significa, en la mayoría de las veces, una pérdida de calidad. Hay muchos productos "bio" que en su fabricación y venta priorizan factores económicos, no ecológicos. Las grandes cadenas y marcas compran a pequeños emprendedores e ideas ecológicas para jugar un papel en este mercado y se ponen el disfraz de empresa sostenible.

BIOCULTURA

-¿Qué presentasteis en BioCultura Madrid y qué es BioCultura para vosotros?
-En BioCultura hemos querido celebrar, sobre todo, nuestro 15 aniversario con nuestros clientes fieles. Presentamos los dos sabores nuevos, en botella de vidrio. Kombucha Luna y Kombucha Sol, fermentados según los ciclos lunares. Además nos presentamos como distribuidores de Jack F. La Jackfruit es la manera más sostenible para sustituir el consumo de carne. BioCultura es un encuentro importante para el sector ecológico. Es punto de información y presentación de productos nuevos igual que una bonita posibilidad de encontrarse con los demás ecoproductores del país.

-¿Puedes describir qué es exactamente la Kombucha?
-Seré breve: es un té fermentado. Si no está pasteurizado ni tratado, es probiótico y muy saludable. Nutre a tu cuerpo, ayuda a desintoxicar, revitaliza, refuerza el sistema inmune, tiene efectos positivos en el tracto digestivo y en la piel, ayuda a prevenir enfermedades y puede aumentar la felicidad. La kombucha te hace más sano/a y cada día mejor. Una vez empiezas a consumirla, ya no podrás dejarla. De hecho, la kombucha puede significar algo diferente para cada persona.

GRAN DISTRIBUCIÓN

-¿La gran distribución se está introduciendo en el sector ecológico? Pros y contras…

La gama de La Kombuchería

-Aunque somos optimistas, viendo lo que está pasando en el norte de Europa actualmente, veo más contras que pros. El comercio pequeño, ecotiendas, herbolarios y herboristerías están desapareciendo. Ya puedes comprar todos tus productos "bio" en las grandes cadenas y supermercados convencionales, y encima a un "super precio". Algunos proveedores venden el mismo producto bajo otra etiqueta a "los grandes", Multinacionales compran productos enteros para su marca. Y desgraciadamente hay poco personal bien formado en este sector que permite al menos un asesoramiento más personalizado al consumidor.

-¿También copian la Kombucha?
-La Kombucha es una bebida que cada uno/a puede preparar con algunos requisitos en casa. Nosotros/as, aparte de producir Bio Kombucha, también asesoramos a la gente para que lo hagan en casa. Así que copiar es fácil, y no es un secreto. Han nacido muchos proyectos bonitos de otros productores de kombucha y cada uno/a tiene sus creaciones propias. Lo importante es que los productores/as vendan una kombucha viva, fermentada de verdad, sin aditivos y no pasteurizada.

EL PÚBLICO

-¿Quién es vuestro público y cómo llegáis a él?
-Nuestro público ya es bastante amplio. Empieza con niños/as pequeños/as que aún tienen el paladar virgen y les encanta la Bio Kombucha, hasta personas mayores que buscan este producto para el bienestar de su intestino. Tenemos varias vías de comercialización: entre ellas, algunos distribuidores nacionales, tiendas ecológicas, herbolarios, naturópatas, restaurantes, ecocentros y, por supuesto, la venta más directa en nuestra tienda "eco" La Kombu en Vejer de la Frontera.

Esteban Zarauz

RETOS DE FUTURO
CAMBIO DE CONCIENCIA

-¿Cuáles son vuestros principales retos de futuro?
-Como dije antes hemos empezado a trabajar este año con la sociocracia en la empresa. Esto implica, entre muchas otras cosas, formular una misión común con todo el equipo. Nuestra misión a corto plazo es: inspirar y transmitir un cambio de conciencia hacia lo saludable produciendo kombucha de buena calidad y ofreciendo productos ecológicos a través de nuestra tienda. Manteniéndonos fieles a nuestros valores, priorizando vías de producción y venta, sostenibles. El reto será cumplir y comprobar si estamos en el buen camino.

MÁS INFO
TOMA NOTA

KOMBUCHERÍA
Fábrica|Almacén
Ctra. Acceso a Conil CA-213, km 1
11140 Conil de la Frontera (Cádiz)
Tel: 956 44 08 94 - Móvil: 690 62 49 89
www.biokombucha.es - facebook.com/biokombucha

Tienda Ecológica, Herbolario
Av. Buenavista Esq. c/ Martin Alonso Mesa
11150 Vejer de la Frontera (Cádiz)
Tel: 956 45 17 80 - Móvil: 675 05 35 84
tienda.kombucheria.com - facebook.com/kombucheria

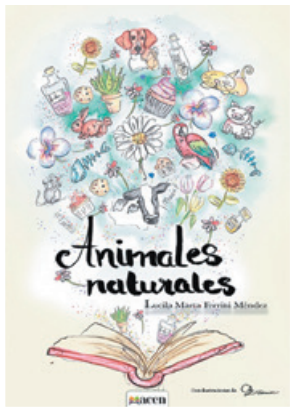
LUCILA MARTA FERRINI / "ANIMALES NATURALES"

"Por suerte cada vez somos más los adeptos a la homeopatía que los que la critican"

Acen acaba de publicar "Animales naturales", un volumen escrito por la doctora veterinaria Lucila Marta Ferrini y que nos acerca a las terapias naturales aplicadas a los animales. Sara B. Peña charló con la doctora.

Foto: EcoArchivo

La doctora Lucila Marta Ferrini, trabajando



Portada del libro que nos ocupa

-¿Puedes explicar el libro al que no lo haya leído?

-Intentaré no hacer spoiler para que lo quieran leer. Son una serie de terapias naturales entre las que encontrarán Flores de Bach, reiki, homeopatía y otras para aplicarlas en vuestros animales. En un lenguaje para la gente común, sin necesidad de estudios veterinarios ni de conocer estas terapias en humanos. Podrán aplicarlas en casa sin riesgo alguno.

LECTORES INFORMADOS

-¿Por qué lo hiciste? ¿Por qué crees que era necesario?

-Nunca me planteé el libro como tal. Comencé escribiendo artículos de diferentes temáticas con el fin de divulgar todas las herramientas que conocía para animales. Con el único fin de que mis lectores estuvieran informados de la existencia de dichas opciones y poder así pedirle a su veterinario alguna de ellas. Por otro lado, las respuestas de mis pacientes cuando utilizo las terapias naturales fueron el motor para que el libro cobrase vida. Es por y para ellos, solo que necesitamos un interlocutor en casa, ¿no?

-¿Qué diferencia a tu libro de otros libros afines?

-El lenguaje. Me esforcé en hacerlo lo más sencillo posible para que todos podamos comprenderlo y aplicarlo sin problemas. Hasta los niños podrían aplicar estas terapias si quisieran, bajo la supervisión de sus padres, ya que no olvidemos que son vidas.

HOMEOPATÍA EN CUESTIÓN

-Se critica mucho la homeopatía… Dicen que sólo es un placebo, pero ¿entonces por qué funciona en animales….? En Suiza, la homeopatía ya está dentro de las terapias de la Seguridad Social. Aquí, sin embargo, quisieran hacerla desaparecer del mapa los sectores más integristas de la medicina alopática…

-Esa es la pregunta que nadie ha podido responder. No quiero entrar en debates porque no lo creo oportuno pero sí afirmo que tanto los niños como los animales no tienen subjetividad ante lo que les aplicamos, sanan o no. Si damos un medicamento homeopático y soluciona el motivo de consulta, ya sea enfermedad y/o comportamiento, no hay mucho que negar. Por suerte cada vez somos más los adeptos a la homeopatía que los que la critican.

-¿Cuáles son las terapias naturales con las que más tratas a los animales, las más recomendables?

-Depende de cada animal. Debo confesar que tengo un amor especial por la homeopatía ya que fue la primera que estudié y la practico desde hace más de 10 años. Pero debemos evaluar cada caso en particular y optar por la que creamos mejor. En ocasiones me gusta combinar homeopatía con reiki o alimentación natural con Flores de Bach; en fin, hay millones de combinaciones y, por qué no, alopatía con homeopatía para los que son más temerosos en abandonar de repente lo que

llevan tomando hace años. Lo bueno es que van por diferentes "vías o canales" y no se bloquean unas con otras. Por lo que sólo hay que confiar en ellas.

PATOLOGÍAS Y TRATAMIENTOS

-¿Nos puedes poner un ejemplo de patología y tratamiento natural con éxito?

-Puedo ponerles muchos ejemplos en diferentes especies ya que con terapias naturales no hay límites. No existen patologías que no puedan ser tratadas. Pero una patología muy común en gatos es el Síndrome Urológico Felino o FUS, más común en machos que hembras, y es de urgencia. Así llegó Tom, de 3 años de edad, a mi consulta con dolor o necesidad de orinar más frecuente sin poder hacerlo; cuando lo lograba tenía sangre en orina. Maullidos que desesperaban a los "papás de Tom" por el manifiesto dolor. Debemos agregar que estos problemas se ven con frecuencia debido a malos hábitos de higiene, alimentación, etc. Se procede con una muestra de orina que mostró hematuria (sangre en orina), glucosuria (azúcar) y muchos glóbulos blancos que mostraban una infección. Acompañé lo anterior por una revisión clínica y las preguntas que caracterizaban a Tom durante este cuadro para poder dar con el medicamento homeopático correcto. Mi elección fue la homeopatía ya que tengo numerosos casos curados con ella. Elijo *Berberis vulgaris* en gotas 2 veces al día. Al cuarto día ya estaba normal; recomiendo cambiar la dieta para evitar que vuelva a suceder y, luego, queda sin medicación. Hoy Tom es un gato normal con una alimentación Barf y no ha vuelto a repetir el cuadro que había tenido 5 años atrás.

VETERINARIA INTEGRATIVA

-¿Hacia dónde va el mundo de la veterinaria? ¿Hacia lo integrativo?

-Hace ya algunos años que los humanos estamos pasando por lo que se denomina una "revolución verde" (no me refiero a la revolución que transformó la agricultura campesina en una agricultura química). Me refiero con esto a que buscamos lo más sano posible para todo. Desde alimentos orgánicos, productos de aseo personal sin químicos, etc. Creo que en esto estamos todos de acuerdo y llegamos a entender que somos un todo, no podemos separar el cuerpo de la mente. Si la mente está enferma se reflejará en el cuerpo y viceversa. Tanto los animales como los humanos debemos ser lo más integrales posibles. Esto aumentará nuestra resistencia y trabajará en la prevención.

-¿Qué tipo de gente visita Sana Animalia?

-Hay un público muy variado. Tenemos personas buscando ayuda porque sus animales están pasando por una enfermedad muy complicada o los veterinarios que no encuentran el camino y buscan en las terapias naturales el milagro. Pero, afortunadamente, también tenemos gente que elige los cuidados holísticos como primera opción para sus animales. En general conocen ya las terapias y descubren que pueden aplicarlas también en sus amigos del alma. Somos una web que además de brindar atención online en cualquier parte del mundo vía Skype o en persona, si estamos cerca, buscamos capacitar a nuestros lectores. Darles las herramientas para que puedan informarse y actuar en casos necesarios y con total seguridad y apoyo de veterinarios. Ofrecemos cursos y mucho material extra. Vale la pena darle una miradita.

Sara B. Peña

Foto: EcoArchivo

La doctora, con su amigo "paciente"...

OTROS PAÍSES...
ALEMANIA Y FRANCIA

-¿En qué países dirías que hay más "adelanto" con respecto a los tratamientos naturales en veterinaria?

-Indudablemente Alemania es un país muy avanzado en tratamientos holísticos. Del mismo tuvimos médicos como el Dr. Samuel Hahnemann, padre y creador de la homeopatía; el Dr. Hamer, creador de la medicina germánica, y muchos más. Francia también cuenta con una Asociación de Veterinarios sin Fronteras con especialistas en terapias naturales.

TOMA NOTA

Dra Lucila Marta Ferrini Mendez
www.sanaanimalia.es - lucilamferrini@gmail.com

EDUARDO PANIAGUA EN BIOCULTURA MADRID
Trovadores de las Tres Culturas

El gran Eduardo Paniagua estuvo en BioCultura Madrid. Músicas de trovadores de las tres tradiciones espirituales de Al Andalus. Aires andalusíes, piezas sefardíes, cántigas de Alfonso X El Sabio… Un espectáculo minimalista pero grande en emociones que nos retrotrajo al medioevo con canciones y melodías de aromas trovadorescos y que no olvidó a los grandes poetas del sufismo, cuyos poemas son amor en estado puro. Toda la erudición, la dirección, la maestría y el prestigio del gran Eduardo Paniagua. Todo el virtuosismo de Wafir S. Gibril. Todo el salvajismo y ese punto de vanguardia y transgresión de Pedro Burruezo, director The Ecologist. Un trío irrepetible…El trío vuelve al candelero el 24 de enero en Apolo (Barcelona. Ciclo Caprichos de Apolo), el 25 de enero en Casa Irla (St Feliu de Guíxols), el 15 de marzo en Zaragoza, el 23 de marzo en BioCultura Sevilla y el 20 julio en el Festival Castronuño 3 Culturas.

-Eduardo Paniagua en BioCultura… Un lujo… ¿Cómo definirías lo que haces con este trío?
-Un bello y sentido concierto de cantos sufíes históricos y de nueva creación inspirados en lo antiguo. Pero, como sabes, la música antigua no existe, es nueva, recién nacida… Cada vez que se canta en vivo la música antigua se transforma en concierto único.

LA BELLEZA

-¿Contribuir a la belleza del mundo es una forma de combatir la destrucción que vemos en lo medioambiental, por ejemplo?
-Sí, la belleza, el espíritu, la salud… Pero también... el desarme mundial, la necesidad de una mayor justicia social, la mejor distribución de los recursos, etc. No hace falta mentarlo, pero deseamos un mundo "super-humano", ya que, si sólo decimos humano (como dicen nuestros dirigentes poderosos o temerosos mundiales), vemos los resultados, vemos sus obras; un mundo destructor y ciego.

-¿Cuándo y por qué decidiste encaminar tus pasos artísticos hacia sendas tan poco transitadas?
-Es pura afición y estudio desde muy joven. Quise siempre encontrar y, si es posible, crear, recrear, la tradición musical oculta, abandonada… pero conservada y dormida.

LO MEJOR Y LO PEOR

-¿Qué ha sido lo mejor y lo peor de todo este tiempo de trayectoria artística?
-Lo mejor... ha sido cumplir una especie de vocación, una auto-misión de rescatar músicas pretéritas, sobre todo hispánicas. Lo peor: cuando en vez de armonía y sinfonía entre los colegas músicos suceden desencuentros, envidias y antagonismos,

Foto: EcoArchivo

Eduardo Paniagua dio un concierto en BioCultura Madrid dedicado a la música de los trovadores de las tres culturas del Libro

UN CONCIERTO PARA EL RECUERDO
PRECIOSAS JOYAS ANDALUSÍES

El trío de Eduardo Paniagua, junto a Wafir S. Gibril y Pedro Burruezo, pasó por BioCultura Madrid como un torbellino. La cola para la entrada daba la vuelta al vestíbulo de IFEMA. Aun dejando entrar a todo el aforo posible, un buen número de personas se quedó sin poder entrar en la sala. Música andalusí con un aire renovador, algunas cántigas de Alfonso X El Sabio, dos o tres piezas del repertorio sefardí y alguna obra original. El público despidió puesto en pie al trío tras un concierto intenso, preciosista y revolucionario (por la capacidad para mezclar tradición y transgresión). La dirección de BioCultura, tras el éxito obtenido, los llevará a BioCultura Sevilla. Música, desde la tradición, hacia el futuro, con alma, sabiduría y temple.

Eduardo Paniagua: salterio, percusión, flautas, dirección, cantos
Wafir S. Gibril: laúd árabe, percusión, ney, canto árabe
Pedro Burruezo: canto, mondol, percusión

J. B.

Un público entusiasmado siguió el concierto totalmente entregado...

más allá de la rivalidad estimulante. Hay una tristeza de fondo: el poco interés por el patrimonio musical de las instituciones culturales, que tienen eso como objetivo y razón de ser.

-¿Qué te parece que una feria como BioCultura apueste por la música en directo (y, en especial, por músicas poco convencionales)?

-Un atractivo más. Cuando se juntan varias motivaciones para hacer algo todo es más fácil y generoso. Así, es más fácil tener incentivos para asistir a la feria y se acercan otros públicos que acaban descubriendo lo interesante de tener una alimentación correcta y sana.

LA JOYA DE LA CORONA

-En todo este tiempo de trabajo, ¿cuál ha sido tu joya de la corona? ¿Qué destacarías?

-¿De mi trabajo musical? Destacaría el "loco" propósito de hacer la grabación integral de las Cantigas de Alfonso X El Sabio. Son 427 canciones. Desde hace 22 años llevo grabadas en el sello Pneuma unas 310 cántigas en 35 cds. Ahora estoy preparando un triple cd con cántigas de Andalucía (milagros de la Virgen María que suceden allí). Serán, al término de la antología, unos 60 cds, más de 70 horas de cantos medievales, la mayoría inéditos hasta el momento de hacerlo. Otro reto, no programado de origen, es la colección de cds sobre música andalusí, cortesana y sufí, más de 50 cds también en Pneuma, todos de repertorio absolutamente desconocido en Occidente. Un trabajo tenaz y continuo, que incluye otros repertorios: canto visigótico-mozárabe, gregoriano, medievo hispano, sefardí, renacimiento y pre-barroco.

Foto: Amanda Ortega

El trío dirigido por Eduardo Paniagua que actuó en BioCultura Madrid contó con el músico sudanés Wafir S. Gibril y con Pedro Burruezo, redactor jefe de The Ecologist

-¿Cuál ha sido la experiencia más bonita de tus conciertos-viajes por esos mundos de Dios?

-Imposible detallar. La experiencia buscada, y alguna vez atisbada, regalada, es la de comunión con el alto Espíritu del ser humano: puedes llamarlo Dios, algo que está cerca de nosotros.

Javier Bolufer

ESTABLECIMIENTOS

A CORUÑA

A CORUÑA HORTA+SÁ
hortaisabel@@yahoo.es / 981 285 021 / www.hortamaissa.es

A CORUÑA LA ALDEA BIOMARKET
info@laaldeabiomarket.com / 981 976 165 www.laaldeabiomarket.com

A CORUÑA SALUD SHOP
info@saludshop.eu / 981 298 944 / www.saludshop.eu

A CORUÑA TENDA ECOLOXICA EQUILIBRIO
equilibrio@tendaecoloxica.com / 881 898 788 www.tendaecoloxica.com

ÁLAVA

VITORIA TIERRA VIVA
tierravivanorte@gmail.com / 945 279 926 / www.tierra-viva.es

ALICANTE

ALICANTE VERUM NATURA (tienda física y online)
info@verumnatura.com / 637 616 904 / www.verumnatura.com

MUCHAMIEL PLANETA HUERTO
ayuda@planetahuerto.es / 966 371 130 www.planetahuerto.es

ALMERÍA

EL EJIDO COSMÉTICA NATURAL CASERA SHOP (online)
info@cremas-caseras.es / 950 576 162 / www.cremas-caseras.es

BARCELONA

BARCELONA AGUAPUR - H2OPOINT
info@aguapur.com / www.aguapur.com / 902 252 900

BARCELONA AMAPOLA BIOCOSMETICS (tienda física y online)
cosmetica@amapolabio.com / 935 131 292 / www.amapolabio.com

BARCELONA AMATUSALUD (tienda física y online) amatusalud@amatusalud.com / 933 322 189 / www.amatusalud.es

BARCELONA BIOCENTER RESTAURANTE
info@restaurantebiocenter.es 933 014 583 www.restaurantebiocenter.es

BARCELONA BIOSPACE
info@biospace.es / 934 531 573 / www.biospace.es

BARCELONA BLAU I VERD
blauiverd@hotmail.es / 934 207 396 www.facebookk.com/herbolariblauiverd

BARCELONA BODEVICI, GELATS I IOGURTS ECOLÒGICS
info@bodevici.es / www.bodevici.es

BARCELONA GATA COSMETICA ORGÁNICA
gatacosmeticaorganica@gmail.com / 931 483 220 / www.gatacosmeticaorganica.com

BARCELONA NATURA SIBERICA
naturasibericaes@gmail.com / 932 529 379 www.naturasiberica.ru

CALDES DE MONTBUÍ CICLE VITAL
infociclevital@gmail.com / 938 654 500 / www.ciclevital.com

CASTELLDEFELS PRODUCTOS ECOLÓGICOS ROLHALKA
roland@copameluna.com / 666 442 581 / www.copameluna.com

LA GARRIGA BOTIGA NANA
info@nana.cat / 937 322 601 / www.nana.cat

MANRESA CENTRE BIOLOGIC L'ARREL
arrelarrel@hotmail.com / 938 746 106

RUBÍ FONT DE VIDA (tienda física y online)
fontdevida@cevagraf.coop / 662 300 401 / www.fontdevida.com

SANTA MARIA PALAUTORDERA AGUA, TRATAMIENTO NATURAL
agua@aguanatural.com / 972 874 026 / www.aguanatural.com

SANT BOI DE LLOBREGAT GRANUM ORGANIC (online)
granum@granumorganic.com / 687 270 337 / www.granumorganic.com

SANT JUST DESVERN ECOALGRANO-LLÉNATE DE VIDA (online)
info@ecoalgrano.com / 640 582 676 / www.ecoalgrano.com

VIC BOTIGA NANA
info@nana.cat / 938 868 648 / www.nana.cat

VILANOVA I LA GELTRÚ TU HABITAT SALUDABLE
693 734 764 / www.carlessuria.com

CANTABRIA

CABEZÓN DE LA SAL LA SALUD I
lasaludcabezon@hotmail.com / 942 700 166

TORRELAVEGA LA SALUD II
lasaludtorrelavega@hotmail.com / 942 806 144

SANTANDER LA SALUD III
lasaludIII@hotmail.com / 942 052 253 / www.lasaludsantander.com

CÓRDOBA

PALMA DEL RÍO NARANJAS ECOLÓGICAS BIOVALLE (online)
naranjas@biovalle.es / 686 892 064 / htp://biovalle.es

GIRONA

BLANES FARMASALUT
info@farmasaut.cat / 972 359 171 / www.farmasalut.cat

FIGUERES BOTIGA NANA
info@nana.cat / www.nana.cat / 972 508 801

GERONA BOTIGA NANA
info@nana.cat / www.nana.cat / 972 426 405

OLOT BOTIGA NANA
info@nana.cat / www.nana.cat / 972 273 952

PALAMÓS BOTIGA NANA
info@nana.cat / www.nana.cat / 972 600 675

PLATJA D'ARO BOTIGA NANA
info@nana.cat / www.nana.cat / 972 825 085

SANTA CRISTINA D'ARO ORGANIC COTTON COLOURS
info@organiccottoncolours.com / 972 835 995 www.organiccottoncolours.com

GUIPÚZCOA

EIBAR NATURAL BIO-DENDA
naturalbiodenda@gmail.com / 943 567 159 www.naturalbiodenda.com

HONDARRIBIA TXUNTXUMELABIO
biotxuntxumela@gmail.com / 943 641 450 / www.txuntxumela.com

SAN SEBASTIÁN MISOHI COSMÉTICA (online)
info@misohi.com / 943 570 345 / www.misohicosmetica.com

ZARAUTZ BERISTAIN PRODUKTU EKOLOGIKOAK
amaia@beristain.es / 943 980 690 / www.beristain.es

HUELVA

JABUGO JAMONES ECOLÓGICOS DE JABUGO - DEHESA MALADUA (online)
info@dehesamaladua.bio / 617 499 676 / www.dehesamaladua.bio

JAÉN

ALCALÁ LA REAL CONASI, VIVE COCINA NATURAL (online)
info@conasi.eu / 953 102 560 / www.conasi.eu

LA RIOJA

LOGROÑO ARCO IRIS
info@arcoirisherbolario.com / 941 258 631 www.arcoirisherbolario.com

LOGROÑO EL ARBOLITO
clientes@arbolito.net / 941 209 214 / www.arbolito.net

Más información: www.vidasana.org

RECOMENDADOS

LEÓN

LEÓN BIO VÉRTICE-MERKABIO (online)
info@merkabio.com / 987 900 002 / www.merkabio.com

LEÓN LA CESTA BIOLÓGICA
pcshambhala@yahoo.es / 987 235 286 / www.pymesleon.com/cestabiologica

REQUEJO DEL PRADORREY LA CASA DEL ARZIPRESTE
lacasadelarzipreste@gmail.com / 687 564 043 wwwlacasadelarzipreste.com

MADRID

ALCALÁ DE HENARES ECONOMATO MACABEO
emacabeo@grupema.eu / 911 379 223 www.economatomacabeo.eu

ALCOBENDAS ESPACIO ORGÁNICO
info@espacioorganico.com / 916 572 515 www.espacioorganico.com

ARAVACA ECONOMATO MACABEO
emacabeo@grupema.eu / 913 070 799 www.economatomacabeo.eu

COLLADO VILLALBA ECONOMATO MACABEO
emacabeo@grupema.eu / 918 519 600 www.economatomacabeo.eu

CHINCHÓN LA RUTA NATURAL
676 918 607 / www.perihelio.com

GUADALIX DE LA SIERRA SELECCIÓN NATURAL (online)
seleccionatural@seleccionatural.es / 918 471 566 / www.seleccionatural.es

MADRID BIOFERTA - Cosmética Ecológica (online)
bioferta@gmail.com / www.bioferta.com

MADRID CUCUTOYS (online)
cucutoys@gmail.com / 911 412 314 / www.cucutoys.es

MADRID ECOCENTRO
eco@ecocentro.es / www.ecocentro.es / 915535502

MADRID ECOZAP -Zapatería (online)
raquel@ecozap.es / 918 458 085 / www.ecozap.es

MADRID EL BAOBAB VERDE
info@elbaobabverde.com / 918 652 416 / www.elbaobabverde.com

MADRID EL VERGEL DE LA VILLA
elvergel@el-vergel.com / 915 471 952 / www.el-vergel.com

MADRID ESCUELA ECONSENTIDOS
escuela@econsentidos.com / 911 129 187 / www.econsentidos.com

MADRID LA HERBORISTECA (tienda física y online)
www.laherboristeca.com / 910 646 815

MADRID NATURASI (Argüelles-Moncloa)
info@naturasi.es / 915 445 663 / www.naturasi.es

MADRID NATURASI (Dr. Fleming)
info@naturasi.es / www.naturasi.es / 914583254

MADRID VITAESENCIA (online)
www.vitaesencia.com / 660 267 975

MAJADAHONDA ECONOMATO MACABEO
emacabeo@grupema.eu / 916 340 407 / www.conomatomacabeo.eu

MORALZARZAL ECONOMATO MACABEO
emacabeo@grupema.eu / 918 578 625 / www.economatomacabeo.eu

MÓSTOLES TU HUERTO ECOLÓGICO "EL FRESNEDAL"
info@tuhuertoecologico.es / 916 164 578 / www.tuhuertoecologico.es

RIVAS-VACIAMADRID BESANA SOC.COOP.
besanacoop@gmail.com / 914 995 451 / www.cooperativabesana.blogspot.com

RIVAS-VACIAMADRID LA MIMATECA (online)
hola@lamimateca.es / 644 411 595 / www.lamimateca.es

MÁLAGA

FUENGIROLA BIONATURA FUENGIROLA
info@bionatura.es / 952660757 / www.bionatura.es

MÁLAGA NATURAL ALOE
correo@herboristeriaaloe.com / 952 254 960

MURCIA

ALCANTARILLA GREEN PLANET SHOP
j.marin@greenplanetshop.com / www.greenplanetshop.com / 673 535 191

MURCIA BIOSHOP
bioshop@coato.com / wwcoato.com / 968424621

NAVARRA

IRURZUN VEOBIO (online)
info@veobio.es / 948 500 772 / www.veobio.com

PAMPLONA EKODENDA EKIA
ekodendaekia@gmail.com / 948 173 150 / www.ekodendaekia.com

PONTEVEDRA

A ESTRADA SANOBIO (online)
tiendasanobio@gmail.com /www.sanobio.es / 676 819 842

VIGO ABC DE BIO
info@abcdebio.es / www.abcdebio.es / 986117303

VIGO VERDE BIOLETA VIGO (tienda física y online)
pedidos@verdebioleta.es / 986 493 617 / www.verdebioleta.es

SEGOVIA

SEGOVIA IMAGINA...T
info@imagina-t.es / 921 441 995 / imagina-t.es

SEVILLA

LOS PALACIOS Y VILLAFRANCA RITUALES CENTRO HOLÍSTICO
mercedesgomezrituales@hotmail.com / 660 371 084 / rituales-holisticos.com

SEVILLA ECOVIDASOLAR
tienda@ecovidasolar.es / 954 323 507 / www.ecovidasolar.es

TARRAGONA

REUS TUECOBOX (online)
info@tuecobox.com / 610 029 673 / http://tuecobox.com

REUS VIU L´ECOLOGIC
info@viulecologic.cat / 630 927 855 / www.viulecologic.cat

XERTA DAMA DE ELAIA (tienda física y online)
damadeelaia@damadeelaia.com / www.damadeelaia.com / 977 47 57 67

VALENCIA

CARCAIXENT NARANJASECOLOGICAS.COM (online)
jordi@naranjasecologicas.com / 962 460 929 / www.naranjasecologicas.com

VALENCIA PUNT DE SABOR
info@puntdesabor.com / 963 536 080 / www.puntdesabor.com

VALENCIA RESTAURANTE KIMPIRA
restaurante@kimpira.es / 963 923 422 / www.kimpira.es

VIZCAYA

BILBAO TIERRA VIVA
tierravivanorte@gmail.com / 944 248 441 / www.tierra-viva.es

ZARAGOZA

ZARAGOZA BIO BIO ZARAGOZA
info@biobiozaragoza.es / 979 901 738 / www.biobiozaragoza.es

ZARAGOZA LA NATURAL
info@la-natural.es / 976 359 283 / www.la-natural.es

PORTO-MUIÑOS
Algas "bio" en diversos formatos

En Porto-Muiños, nos dicen, "recolectamos algas, las verduras del mar, en la costa de Galicia… para que todo el mundo pueda disfrutarlas como un ingrediente más en la cocina cotidiana. Por su contenido en minerales, vitaminas, proteínas y antioxidantes, son una gran aportación para una dieta saludable. La gran variedad de especies (en Porto-Muiños puedes encontrar hasta 32) te permitirá descubrir una multitud de formas, colores, texturas, aromas y sabores". Esteban Zarauz charló con David Muiños, uno de sus cabezas visibles. Estuvieron en BioCultura A Coruña.

Foto: Amanda Ortega

David Muiños, uno de los directivos de Porto Muiños

"Desde las recetas más tradicionales a las más innovadoras, la versatilidad de las verduras del mar permite utilizarlas en todo tipo de platos junto a otros ingredientes. Gracias a esta facilidad de uso las preparamos en formatos muy variados: deshidratadas, en polvo, frescas en sal e incorporadas en productos muy fáciles de utilizar, como conservas de moluscos maridados con algas, pastas, infusiones, tartares y salsas", nos dice David.

-¿Cómo comenzó vuestra firma y por qué se dedica a lo que se dedica?

-Porto-Muiños nació en 1998 en una pequeña conservera con la idea de que las algas eran un recurso marino con gran potencial como alimento. Desde entonces, siempre tuvimos el objetivo de incorporar las verduras del mar como un ingrediente más en la dieta cotidiana.

BIOCULTURA A CORUÑA

-¿Por qué participasteis en BioCultura A Coruña y qué ofrecisteis allí?

-No podíamos faltar a la BioCultura que se celebra en la tierra que nos ha visto crecer. Durante el evento, ofrecimos las verduras del mar en todas sus presentaciones: desde deshidratadas, a frescas, frescas en sal, en polvo, e incluso combinadas en productos tan diversos como conservas, pastas, infusiones, tartares y salsas.

-¿Qué os parece que se haga BioCultura en Galicia?

-Nos parece una idea estupenda, especialmente porque ayuda a transmitir el mensaje de la importancia de la producción ecológica, ya que en Galicia continuamos aprendiendo y trabajando para orientar al consumidor a la hora de escoger productos ecológicos en lugar de convencionales.

> **"Creemos que el futuro de Galicia es ser un referente en producción ecológica en sectores y productos de agricultura y acuicultura, donde cada vez se incorpora más gente joven con inquietudes de mejora"**

SECTOR ECOLÓGICO GALLEGO

-¿Cómo veis el sector ecológico en Galicia y cuál es su futuro?

-Creemos que el futuro de Galicia es ser un referente en producción ecológica en sectores y productos de agricultura y acuicultura, donde cada vez se incorpora más gente joven con inquietudes de mejora. También cabe destacar la incorporación al mundo ecológico de la industria de la transformación. Todo ello creemos que

contribuirá a convertir a Galicia en una referencia en productos ecológicos a medio plazo.

-¿Las algas ya son conocidas por el gran público?
-Hoy en día ya no causa tanta sorpresa que las algas se puedan consumir en la mesa como cualquier otra verdura. Los grandes chefs y cocineros en general, el mundo de la restauración, los medios de comunicación, los bloggers, los investigadores científicos y la gente del mar… han contribuido enormemente a crear una cultura de las algas que poco a poco va creciendo. Pero seguimos aprendiendo y aún queda mucho camino por andar.

FRESCAS Y EN SAL

-¿Alguna novedad para BioCultura?
-Presentamos una amplia variedad de algas frescas y en sal, además de algas en polvo, que son muy fáciles de utilizar como condimento para aromatizar todo tipo de comidas o como ingrediente en todo tipo de recetas.

Esteban Zarauz

TOMA NOTA
MÁS INFO

PORTO-MUIÑOS
Pol. Ind. O Acevedo, Parcela 14, 15185, Cerceda, A Coruña
http://www.portomuinos.com
info@portomuinos.com - Tel. 981 68 80 30
Facebook: Aula de Cocina Porto-Muiños
Instagram: @portomuinos

Las algas, las verduras del mar, están cada vez en más hogares

Algunos productos de la empresa...

Foto: EcoArchivo

HAZTE AHORA SOCIO O SOCIA DE LA REVISTA **BALLENA BLANCA** Y CONSIGUE UN **25%** DE DESCUENTO.

MANDA EL CÓDIGO **ECOLOGIST19** A SUSCRIPCION@BALLENABLANCA.ES Y RECIBIRÁS LAS 4 REVISTAS DE 2019 POR 15€

BALLENABLANCA

PROMOCIÓN VÁLIDA HASTA EL 10 DE ENERO DE 2019

NAYADEL
Agua con consciencia

Juan Lozano es cofundador de Nayadel Desarrollos Tecnológicos, S.L. (año 2005) y actual director de la empresa. Su especial relación con el agua empieza en el año 1996 como directivo y socio de Lozano Domenech Hnos, S.L., empresa que representó en exclusiva en España a una ingeniería americana de tratamiento de agua (descalcificación, ósmosis, etc.). Nayadel es una empresa que se dedica al diseño, fabricación y comercialización de tecnologías para la activación/dinamización del agua y la armonización del campo energético y el espacio. Estuvieron en BioCultura BCN y allí P. Bolaño charló con Juan.

Foto: EcoArchivo

Juan Lozano es cofundador de Nayadel Desarrollos Tecnológicos, S.L.

-¿Nos puedes explicar qué es Nayadel?

-Nayadel es un proyecto nacido de la visión compartida de cinco personas que coinciden en considerar al agua como vehículo de conciencia. A partir de esta actitud se desarrollan unas tecnologías que buscan devolverle al agua su naturaleza y vitalidad original. Nace de la voluntad de compatibilizar una visión holística del mundo y las tecnologías. Se desarrolla en ese nuevo escenario donde ciencia, conciencia y creencia trabajan juntas. A las tecnologías que surgen de esta visión las llamamos: "Tecnologías Vivas". Nayadel se constituye en empresa para poner a disposición de las personas estas tecnologías. Nuestra misión es facilitar una relación consciente con el agua y nuestro entorno.

-¿Qué entendéis por Tecnologías Vivas?

-Son aquellas tecnologías que se basan fundamentalmente en los siguientes principios:

. El recorrido y la naturaleza de la energía junto con la proyección de la conciencia conforman nuestra realidad

. Lo que llamamos geometría y dinámica sagradas son las proporciones, formas y flujos que la Naturaleza utiliza para crear

. La realidad manifestada es un intercambio permanente de información entre sistemas y conciencias.

MASARU EMOTO

-¿Los trabajos del Doctor Masaru Emoto han influido en vuestro proyecto?

Foto: EcoArchivo

Productos de la empresa en el estand de la firma en BioCultura

-Sin duda. En el año 2002 llegó a nuestras manos su primer libro con las ahora tan conocidas fotos de los cristales de agua. Su concepto de "memoria del agua" ayuda a entender intuitivamente cómo el agua vertebra la vida. Emoto nos dejó claro que el agua puede estar químicamente pura y energéticamente vacía.

-¿En BioCultura encontráis un público que puede entender lo que vosotros transmitís?
-BioCultura representa para nosotros un escenario natural. El interés por el medio natural y social, la vida sana y los hábitos sostenibles que BioCultura promueve atraen a un público que sintoniza con facilidad con los productos que Nayadel ofrece.

CLIENTES Y EMPRESAS

-¿Quiénes son vuestros clientes? ¿Cada vez más empresas?
-Todas las personas con inquietudes en temas de salud y conciencia y que entienden que la armonización con su entorno pasa por la calidad energética y físico-química del agua… son potenciales usuarios de los productos de Nayadel. En la misma lógica, las empresas con producción eco-biológica, especialmente las que tienen que ver con la alimentación, entienden y utilizan cada vez más nuestros dispositivos que aportan un agua viva y polarizada que completa la calidad energética de sus productos.

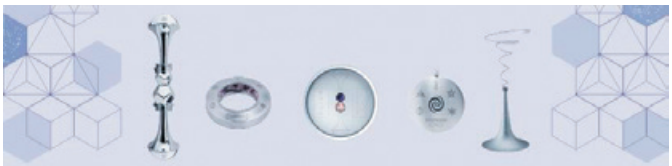
-¿Hacia dónde va el mundo del agua y de empresas como la vuestra?
-El agua y el despertar de la conciencia están íntimamente unidos. Nosotros somos muy optimistas respecto a esta evolución y en este camino el agua es protagonista. En los últimos años hemos asistido a un incremento en el interés y comprensión del agua que antes no existía. Existen nuevas y diversas soluciones para tratar el agua y que antes se circunscribían solamente a la limpieza física y desinfección. La simbiosis entre los renovados tratamientos físico-químicos del agua y las aplicaciones energéticas como las de Nayadel están dando lugar a tratamientos que entienden y recuperan las innumerables funciones de un Agua Viva.

EL FUTURO

-¿Cómo ves el futuro de vuestra empresa?
-Llevamos doce años ofreciendo nuestros productos y seguimos trabajando en nuevos modelos y nuevas aplicaciones. Somos optimistas. No todo es mercadotecnia, ni la única ley del mercado es la competencia. La fe en lo que haces y la determinación de asentar un proyecto basado en ideas y tecnologías innovadoras son factores que también marcan la diferencia. Además formamos parte de un proceso ascendente e imparable donde estamos todos los que creemos que un futuro armónico y en conciencia es posible.

Pablo Bolaño

Foto: EcoArchivo



Todo para tener un agua viva en casa o en la empresa

EL FUTURO "BIO" "NO ES UNA MODA"

-¿Y el futuro del sector "bio"?
-No es una moda. Tomar conciencia de que estar integrados con nuestro entorno natural es una necesidad biológica, emocional y transcendente es un requerimiento innegable. Veremos cómo los circuitos comerciales más conservadores se van acercando a la demanda "bio" y eso es una buena noticia. Añadir conciencia a lo "bio" es el auténtico reto.

MÁS INFO. TOMA NOTA
www.nayadel.com

Las tiendas de alimentación ecológica son una **opción para un consumidor preocupado por lo que compra, por lo que come, por a quién soporta con el pago de lo que compra...** Con este curso queremos recuperar la compra local, sostenible y racional, además sana, ecológica y equilibrada, de manos de personas **que saben lo que venden.**

Objetivos:
Con este curso se pretende proporcionar algunos de los **contenidos, herramientas, procedimientos y valores** necesarios para poner en marcha una tienda "bio" y gestionarla adecuadamente. La meta final será que los nuevos modelos agroecológicos de venta estén bien sustentados y sean perdurables en el tiempo.

Programa:
- Visión de la agricultura ecológica.
- Puesta en marcha, gestión y marketing de una tienda
- Los clientes y su fidelización
- El conocimiento de los productos y sus beneficios
- Normativas de certificación y temas burocráticos.

Competencias
El alumno será capaz de poner en marcha un establecimiento "bio" con los medios disponibles. Estará preparado para **desarrollar proyectos que sean algo más que tiendas**, trabajando espacios multiárea en los que la compra sea un acto de decisión y de cambio y se puedan conjugar con otras actividades de sensibilización.

Matrícula abierta
Empieza cuando quieras...
Precio: 100 €

www.cultivabio.org

cultivabio
ASOCIACIÓN VIDASANA

AYURVEDA AUTÉNTICO
Una cultura milenaria

Eric Lisembert es el gerente de Ayurveda Auténtico SL, una empresa que pone en el mercado productos elaborados en base a la tradición médica ayurvédica. Estuvieron en BioCultura Madrid, como siempre están presentes en las demás ediciones de la feria. Este año, cumplen 25 años poniendo a disposición de los consumidores productos sanos y decorosos para el cuidado de la salud y el bienestar. Y quieren seguir estando 25 años más entre nosotros. Felicidades.

Foto: La Morocha

Eric Lisembert es el gerente de Ayurveda Auténtico SL

-¿Cómo vais a celebrar los 25 años de Ayurveda Auténtico?
-Por supuesto, soplando 25 velas en un buen pastel. Eso sí… ¡hecho con ingredientes "bio"! La mejor celebración es la satisfacción de haber llegado hasta aquí tras todo este tiempo de intensa dedicación, esfuerzo y entusiasmo.

EL BALANCE

-¿Cuál es el balance de todos estos años de trabajo?
-El balance es muy positivo. Después de tantos años de trabajo lento y laborioso, a la vez que estimulante, el público reconoce la calidad de nuestra marca Ayurveda Auténtico.

-¿En qué consiste vuestro trabajo, qué son vuestros productos?
-Nuestro trabajo consiste en poner a disposición de las personas el saber de la ciencia del ayurveda para el bienestar y cuidado de la salud. Ofrecemos productos de gran calidad para uso culinario, para masaje, higiene bucal y también plantas medicinales... Intentamos que sean de uso cotidiano, de origen biológico y hacerlos llegar al público con la mejor relación calidad-precio posible.

BIOCULTURA

-¿Qué ha significado BioCultura para vosotros en todos estos años?
-BioCultura para nosotros ha sido la plataforma indispensable para acercar a las personas a la cultura de lo sano, lo natural, lo "bio". Ha sido y es de gran ayuda ya que colabora de forma decisiva en el despertar de la conciencia acerca de la importancia del cuidado de la salud, tanto a través de la alimentación como de unos hábitos de vida adecuados.

-¿Cómo veis el sector "bio" en España?
-El sector "bio" en España está en pleno auge; cada vez más personas son conscientes de la importancia de no introducir en su organismo sustancias nocivas para la salud. Tenemos ya mucho cuidado con lo que comemos, con lo que aplicamos en nuestra piel, con lo que vestimos...

-¿Qué ha cambiado desde que empezasteis?
-Lo que vemos que ha cambiado es justamente lo que acabamos de comentar, la conciencia del consumidor ha aumentado, lo cual es muy gratificante y esperanzador para el sector.

Foto: La Morocha

ENJUAGUE BUCAL AYURVÉDICO
NOVEDAD EN MADRID

-¿Qué novedades habéis presentado en BioCultura Madrid?
-Varias. Entre ellas, un enjuague bucal ayurvédico que va fenomenal para tener siempre la boca limpia. Tener la boca limpia es tener todo el cuerpo limpio. También presentamos un aparato que sirve para limpiar la lengua. El enjuague mantiene limpios los dientes, es bactericida, reduce la formación de sarro y previene la caries…

Novedades en BioCultura Madrid de la empresa

Foto: La Morocha

También cosmética certificada de la firma

LA DISTRIBUCIÓN

-¿Quién compra vuestros productos y dónde los distribuís?

-El perfil medio del consumidor habitual es una mujer de entre 30 y 50 años preocupada por su salud y la de su familia aunque, afortunadamente, cada vez más, encontramos a todo tipo de personas interesadas en el consumo de lo "bio", así como en productos provenientes de otras culturas de gran tradición, como la cultura ayurvédica, con milenios de eficacia y bienestar a sus espaldas. Nuestro principal canal de distribución son los establecimientos especializados en este sector, es decir, centros de dietética y herbolarios.

-¿Conoce la ciencia ayurvédica el público español?

-Después de tantos años de trabajo son cada vez más las personas que reconocen la ciencia ayurvédica como una ayuda excepcional para el cuidado de la salud y la mejoría de la calidad de vida.

EL FUTURO

-¿25 años más en el sector "bio"? ¿Cómo veis el futuro?

-Los comienzos fueron difíciles pero nuestro entusiasmo y nuestro conocimiento de los beneficios del ayurveda fueron la principal motivación para seguir adelante y llegar hasta aquí. Nuestra intención es continuar con esta labor con el mismo esfuerzo y ánimo. Esperamos estar aquí otros 25 años y muchos más. Por supuesto, estamos muy agradecidos a todas las personas que nos han apoyado a lo largo de todo este tiempo, especialmente a los herbolarios que han ofrecido nuestros productos a su público y, cómo no, también a nuestros distribuidores.

Pablo Bolaño

Nuevo libro

Transgénicos, ¿de verdad son seguros y necesarios?

Evidencias científicas que llaman al principio de precaución

José Ramón Olarieta Alberdi

160 pgs • 16 x 22,5 cm • rústica

PVP: 15 €

Existen muchas dudas sobre la necesidad y la seguridad de los cultivos transgénicos. El autor, con una amplia preparación en temas agrarios, maneja la suficiente información y experiencia para mostrar de **forma amena temas complejos**. De sus afirmaciones y razones, apoyadas por **más de 500 referencias** a estudios e informes, se concluye que existen **bases científicas** que llaman a adoptar el principio de precaución, como ya está sucediendo en muchos países.

La Fertilidad de la Tierra Ediciones

www.lafertilidaddelatierra.com • info@lafertilidaddelatierra.com • Tel. 948 53 92 16

URBERRI SOLUCIONES INFORMÁTICAS SC
Tecnología con alma

José Luis López de Ciordia Serrano es co-propietario de la empresa UrBerri Soluciones Informáticas SC. Es emprendedor y buscador, además de padre de familia. Convencido de que es posible trabajar por un mundo mejor, más justo, humano y sostenible, se apoya en la tecnología para ello, haciendo un uso racional de la misma. Le entrevistamos recientemente y en la entrevista surgieron temas como obsolescencia programada, sistemas operativos libres, etc.

UrBerri Soluciones Informáticas SC es una pequeña empresa familiar, que cuenta a su vez con colaboradores externos, que ofrece servicios informáticos para PYMEs, microempresas, asociaciones y particulares. Los servicios que ofrece, además de las herramientas que emplea, son esencialmente aplicaciones libres y de código abierto, elaboradas con la filosofía de compartir el conocimiento. Pero no por eso dejan de ser servicios habituales: sitios web, aplicaciones de gestión, servicios en la nube… y servicios relativos a sistemas operativos libres.

-¿Por qué decís que vuestro trabajo es ecológico?

-Nuestro trabajo es ecológico desde el momento en que, especialmente a través de los sistemas operativos libres, conseguimos prolongar la vida útil de los ordenadores. Con ello se logra ralentizar el ciclo de creación de basura electrónica. Nosotros y algunos de nuestros clientes tenemos ordenadores de 8-10 años que, si no tienen problemas mecánicos, son perfectamente usables para trabajar. Por ejemplo, a mí me facilita mucho la movilidad en mi trabajo el uso de un netbook de 2010, con el que trabajo con total normalidad. Le he puesto un disco duro nuevo y nada más.

Foto: EcoArchivo

José Luis López de Ciordia Serrano, co-propietario de la empresa UrBerri Soluciones Informáticas SC, con una miembro de su equipo

SISTEMAS OPERATIVOS LIBRES

-¿Cómo conseguís prolongar la vida de los equipos informáticos?

-A través del uso de los sistemas operativos libres. Los sistemas libres o también conocidos como opensource se construyen en realidad a través de la interrelación de muchos proyectos interdependientes entre sí. Proyectos que elaboran el núcleo del sistema, proyectos que elaboran herramientas ofimáticas, etc. Y, entre ellos, proyectos que elaboran entornos visuales para nuestra pantalla. Hablamos de todo lo que nos muestran los menús, administra visualmente las carpetas, las ventanas, etc. Uno de los elementos en un sistema operativo moderno que marcan considerablemente el consumo de recursos (especialmente memoria y procesador) es precisamente el entorno gráfico. De tal forma que, mientras en Windows no hay elección, y el entorno visual es el que es, en los sistemas Linux hay diversos entornos gráficos entre los que podemos elegir. Y algunos de ellos necesitan realmente poca potencia de máquina para poder funcionar fluidamente. Si nosotros elegimos uno de esos "entornos ligeros", nos encontraremos que podemos hacer funcionar máquinas de muy poca potencia, si lo comparamos con los requerimientos que exige un sistema Windows. Y esto incide directamente, además, en un menor consumo energético. Por ejemplo, la versión 9.0 del Sistema Operativo Debian GNU/Linux, en su edición de escritorio ligero "LXDE" para máquinas de 64 bits (para las de 32 sería algo más de la mitad), emplea únicamente 270 MB de memoria RAM tras arrancar (615 MB con un documento Libreoffice, una ventana de navegador web Firefox, otra ventana de carpetas, y el administrador de tareas); y puede funcionar sin problemas en un equipo con 1 GB de RAM para realizar tareas ofimáticas y/o Internet. Hoy en día se considera que un equipo nuevo para usarse con Windows ha de tener como mínimo 4 GB de RAM para funcionar adecuadamente. De modo que preparamos sistemas operativos de forma más "consciente", eligiendo expresamente utilidades clave como los programas que proporcionan el entorno visual de nuestro ordenador. Siempre teniendo en cuenta las necesidades del usuario, y las posibilidades del ordenador.

OBSOLESCENCIA PROGRAMADA

-¿En qué medida la obsolescencia programada es perjudicial para el medio y la economía?

-Es perjudicial ya desde el momento en que está pensada con criterios exclusivamente productivistas a corto plazo: "¿Por qué hacer que las cosas duren mucho? Si puedo hacer que duren menos, antes tendrán que volver a comprarme otra vez. Voy a ponerme de acuerdo con la competencia para que hagamos todos lo mismo". Producir más y más indefinidamente en un entorno de recursos finitos lleva inevitablemente a un colapso en el medio pero también en el propio sistema de producción. Pero, en el caso de la tecnología, no solo supone una tendencia hacia el agotamiento de los recursos naturales. Supone también una creciente generación de residuos cuya gestión es realmente compleja. Efectivamente, la basura electrónica contiene habitualmente elementos de alta toxicidad, como plomo, óxido de plomo, cadmio, antimonio y mercurio. Además, crece en proporciones muy superiores al resto de residuos sólidos urbanos, y está acercándose ya al nivel de los envases de plástico.

-¿Por qué trabajáis con Linux? ¿En qué consisten esos sistemas?

-Los sistemas operativos basados en Linux son los sistemas libres más conocidos

y más extendidos, aunque hay otros. Son sistemas operativos de ordenador pensados en principio para grandes infraestructuras, pero tienen también su propuesta para los ordenadores personales, y hoy día ya hay para todos los ámbitos. Estos sistemas se encuentran, sin que lo sepamos, en todas partes: en los routers, en los servidores web (esos macro-ordenadores que almacenan las páginas web y el contenido de internet)... incluso en los dispositivos móviles: Android es también un sistema Linux. Y los Mac de Apple no son directamente Linux, pero sí que son "de la familia". Son sistemas que son conocidos y destacan especialmente por su solidez y seguridad. Además de tener esas características técnicas, tienen otra especialmente importante: son desarrollados de forma colaborativa. Todo el mundo (que sepa) puede aportar código para el desarrollo de dichos sistemas. Se puede libremente descargar su código y modificarlo y adaptarlo, también libremente. Incluso se puede licenciar posteriormente la modificación que alguien haya hecho. Tampoco se trata de un proyecto monolítico, propiedad de una compañía. Existe la Fundación Linux; pero sólo desarrolla la parte del núcleo del sistema, lo que es propiamente Linux. El resto del sistema operativo lo ensamblan otros proyectos, organizaciones o incluso empresas, recopilando a su vez el trabajo de otros muchos proyectos que trabajan de la misma forma, y que desarrollan diferentes componentes para el sistema: entornos gráficos, aplicaciones de ofimática, navegadores web… De hecho, cuando tenemos un sistema operativo Linux en nuestro ordenador, tenemos habitualmente, como ocurre también en los móviles, una especie de "centro de software" desde el que podemos elegir las aplicaciones que queremos utilizar. Un ejemplo: si tú y yo quisiéramos y tuviéramos suficientes conocimientos para ello, podríamos, sin ningún problema legal, crear nuestro propio sistema operativo Linux, recopilando el núcleo de la Linux Foundation, y el resto de las utilidades necesarias tomándolas de cada uno de los respectivos proyectos que las elaboran: recuerda que todos permiten el libre uso y acceso al código de sus trabajos. Es por ello que existen ahora mismo infinidad de sistemas operativos Linux, cada uno de ellos enfocados en un tipo de usuario o de necesidad de uso. Actualmente, el más conocido para ordenadores sea posiblemente Ubuntu. ¿Por qué los usamos? Pues, principalmente, por lo que hemos mencionado: por sus posibilidades técnicas, y por apoyar además esa filosofía de desarrollo descentralizado y colaborativo frente a un modelo restrictivo y exclusivista de "todo en una compañía". Entre las posibilidades técnicas podemos destacar:

- Mayor seguridad. Nos olvidamos de los antivirus (aunque siempre son necesarias buenas costumbres en cuanto a seguridad informática)
- Mejores costes. Habitualmente esos sistemas pueden conseguirse de forma gratuita
- Mejores posibilidades de adaptación a las necesidades de cada usuario. Esto implica la posibilidad de trabajar con ordenadores antiguos, la opción de buscar un bajo consumo energético, y que todo ello redunde en una más larga vida de nuestros equipos

-¿Es una forma de economía colaborativa?

-Definitivamente, sí; como hemos explicado antes, desde el momento que implica un modelo de trabajo y desarrollo descentralizado y colaborativo, en el que múltiples proyectos son interdependientes entre sí, y, también, por estar abiertos a colaboraciones exteriores.

LAS VENTAJAS

-¿Qué otras ventajas tiene?

-Además de las que ya hemos mencionado, que son bastantes, se me ocurre alguna más: conoces gente, ya que hay colectivos (foros y asociaciones) para ayudarse entre sí respecto al uso de los sistemas y de las aplicaciones, para divulgarlo, etc. Te permite aprender informática. Si así lo quieres, el uso de estos sistemas te permite investigar y llegar a los entresijos internos de un sistema operativo.

-¿Por qué os habéis decantado por esta opción?

-Siempre nos interesaron las cuestiones sobre la sostenibilidad y contribuir a una mejor sociedad. Y por otro lado, estudié informática en su día. Cuando descubrí que ambos mundos se podrían encontrar ahí, tuve claro que, si podía trabajar en cuestiones informáticas, ese enfoque tendría que estar presente. ¡Para trabajar en algo que no tenga nada que ver conmigo como persona y con mis valores… para eso mejor no me molesto en emprender! Además, también es un factor diferenciador respecto a la mayoría de proveedores de servicios informáticos.

P. Bolaño

Foto: EcoArchivo

La empresa aborda soluciones sostenibles en el mundo tecnológico

MÁS INFO
TOMA NOTA

-¿Cómo ves el futuro?

-Todo el mundo sabe que, si siempre fue complicado emprender un negocio, hoy en día lo es más si cabe. Pero el tiempo dirá. Este negocio todavía es modesto y de ámbito familiar; pero sí que vamos tejiendo algunas conexiones colaborativas con otras empresas también pequeñas. Además de ofrecer un buen servicio y ser reconocidos como empresa de confianza, esas redes colaborativas son esenciales para sobrevivir hoy en día. Y también la diversidad: como ya dijimos al principio de la entrevista, ofrecemos servicios muy variados; desde diseño, publicación y mantenimiento web, hasta aplicaciones de gestión en la nube. ¡La mayoría de esos servicios podemos prestarlos empleando igualmente herramientas libres! Nextcloud, Libreoffice, WordPress, Dolibarr… son ejemplos de cómo se ha entendido el concepto colaborativo en amplios sectores del mundo del desarrollo informático.

UrBerri Soluciones Informáticas SC
Tel: 675 053 748
e-mail: jluis@urberri.com
www.urberri.com

JOSEP VIVER
"En el hogar estamos expuestos a contaminación electromagnética"

Josep Viver Montsant siempre ha sido una persona amante de la naturaleza con actividades afines: fotografía, montaña, espeleología, navegación. Con el accidente de Chernóbil dejó la informática y por su afición a la electrónica fabricó un pequeño contador Geiger para medir la radioactividad. En 1989 creo la empresa Elektron para intentar popularizar las energías renovables y las mediciones ambientales. Desde entonces se ha dedicado al asesoramiento sobre estos temas. Le vimos en BioCultura BCN y charlamos con él.

Foto: EcoArchivo

Josep Viver es experto en mediciones ambientales y amante de la Naturaleza

-¿La contaminación electromagnética nos acecha por todas partes?
-Está presente en todas partes donde hay tecnología eléctrica, electrónica o inalámbrica. En el hogar estamos expuestos a contaminación electromagnética y tenemos innumerables ejemplos; por suerte la mayoría de aparatos solo afectan a corta distancia.

OPINIÓN PÚBLICA

-¿Es consciente la opinión pública de algunos de los peligros de este "progreso"?
-Cada vez más, pero con poco conocimiento técnico y por tanto con muchas leyendas urbanas.

-¿Son riesgos que se podrían evitar sin necesidad de rechazar estos adelantos tecnológicos?
-La mayor parte, sí; usando la tecnología con precaución, sin abusar y con algunas protecciones (atención a las falsas protecciones).

ESPAÑA ES DIFERENTE

-¿En qué países la legislación es más favorable a la prevención y en qué países se obvia totalmente la salud de los ciudadanos?
-Suecia, Suiza y Alemania son de los más avanzados en estos temas; por el contrario, los países mediterráneos están menos concienciados.

-¿Qué enfermedades hay detrás, o puede haber, de exposiciones a contaminación electromagnética?
-Al exponernos a estas radiaciones, sobre todo al dormir cerca de aparatos que las producen, se reduce la generación de melatonina con lo que se genera un desequilibrio que baja las defensas y puede generar diferentes enfermedades.

LO PEOR ESTÁ POR VENIR

-¿Lo peor, en cuanto a las consecuencias de esta exposición, está por venir?
-Sí, porque cada vez hay más informes de los diferentes efectos y salen a la luz nuevos conocimientos, como son efectos a largo plazo de estas exposiciones de los usuarios y son tecnologías relativamente nuevas...

-¿Cómo protegernos en casa?
-Sobre todo, en el dormitorio tenemos que asegurarnos de no tener campo eléctrico alguno cerca de la cama, lámparas y otros aparatos enchufados a la red eléctrica en la mesita de noche. Desconectar el wifi cuando no lo usamos. Quitar la conexión a Internet al móvil para dormir. No usar microondas o vitroceramica (o mantenernos a más de un metro cuando funciona). La conexión a Internet es mejor por cable en lugar de wifi.

LOS MÁS VULNERABLES

-¿Quiénes son los más vulnerables, los niños? ¿Por qué?
-Sí, porque, al estar en crecimiento, son más sensibles a las radiaciones: hay que evitar que usen tecnologías inalámbricas (móviles, tablet, portátiles con wifi).

AHORRANDO ENERGÍA
RECORDEMOS LO BÁSICO

-¿Cómo podemos ahorrar energía de forma sencilla? ¿Nos puedes recordar aquello que siempre se nos olvida y que resulta básico en este aspecto?
-Las TV's, equipos de música y otros que tenemos en stanbay son grandes consumidores de energía; una regleta con interruptores individuales permite un gran ahorro anual. Es preciso cambiar las bombillas por LED (usar las de menos de 4000K, luz cálida), sobre todo las halógenas, porque son un despilfarro. La ventilación inteligente: abrir o cerrar ventanas y persianas en función de la temperatura exterior permite ahorrar muchísimo en calefacción o aire acondicionado.

-¿Por qué no se informa más sobre todos estos asuntos? ¿A quién beneficia el silencio, a las grandes empresas?
-La prensa convencional y las TV se nutren de publicidad, sobre todo de las empresas de telecomunicaciones, fabricantes de móviles, compañías eléctricas… que consiguen que no se hable del tema y se legisle a su conveniencia los niveles de radiación.

-¿Algunas asociaciones hacen lobby para poder contrarrestar el *lobby* de las grandes empresas a favor de legislaciones muy laxas? ¿Es una lucha de David contra Goliath?
-Evidentemente hay un abismo de poder, pero no hay otro camino que ir concienciando a la gente y frenando los grandes intereses.

EL FUTURO

-¿Cómo ve el futuro en todos estos asuntos un experto como tú?
-Soy moderadamente optimista. El PODER lo tiene la gente. El consumidor es quien decide qué compra y cómo lo utiliza (aunque dirigido por la publicidad). Solo con la correcta información se puede cambiar de compañía eléctrica, tecnología sostenible, etc.

-¿Hay margen para la protección individual en una sociedad tan expuesta?
-Hay pequeños gestos para protegerse, desde fundas y auriculares para móviles, tomas de tierra, bombillas LED de tipo cálido, pinturas y telas si hay repetidores muy cerca... Lo mejor es comprobar si nos puede afectar para hacerle frente.

LOS CONTADORES DIGITALES

-¿Por qué hay tanta polémica en torno a los contadores digitales que las empresas eléctricas están implantando en nuestros hogares? ¿Son peligrosos?

Foto: EcoArchivo

Para Viver, hay pequeños gestos para protegerse de la exposición a contaminación electromagnética que son muy importantes…

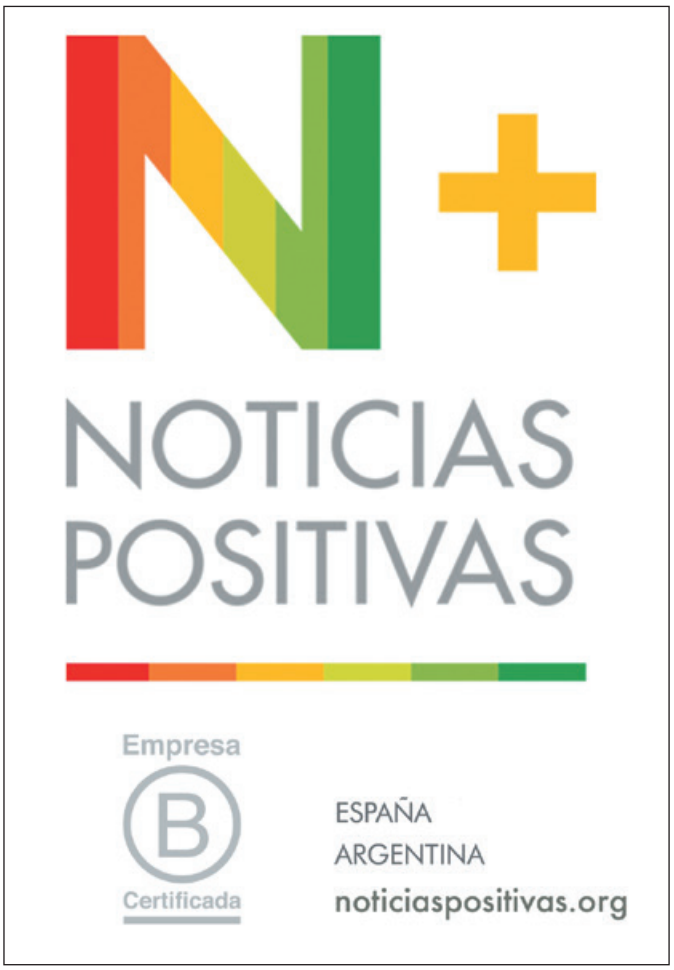
-Se han publicado muchos artículos traducidos del inglés desde USA por parte de personas sin conocimientos técnicos y creyendo que son de la misma tecnología. Los que se instalan aquí no emiten radiación.

-Pero en USA se instalaron unos parecidos, iban por wifi, y que sí eran peligrosos. ¿Dónde estriba la diferencia?
-En lugar de wifi la tecnología usada en Europa envía los datos acumulados en su memoria interna por el sistema PLC a través de los propios cables eléctricos hacia la compañía. Lo hace una vez cada hora durante unos milisegundos.

Pablo Bolaño

MÁS INFO. TOMA NOTA

Josep Viver Montsant
Midiendo el medio ambiente desde 1987
www.mesures.cat - servei@mesures.cat
Whatsapp/Telegram 693 81 04 04



MÓSTOLES TRANSITA 2030 Combatiendo el cambio climático con consenso ciudadano

Miguel Ángel Ortega es el regidor de la Concejalía de Medio Ambiente de Móstoles (Madrid). Es, también, junto a otros corresponsables, una de las cabezas visibles de "Móstoles Transita 2030", una iniciativa que pretende redirigir la ciudad hacia modelos más sostenibles, ecológicos y armónicos con el mundo natural. Le entrevistamos recientemente, a nuestro paso por BioCultura Madrid.

"Móstoles Transita 2030" es un plan estratégico para la ciudad de Móstoles que busca la implementación local de los Objetivos de Desarrollo Sostenible en sus aspectos ecosociales. A The Ecologist le interesan mucho este tipo de iniciativas… y por ello le hemos pedido a Ortega que nos la explique en profundidad.

-¿Qué está pasando en Móstoles?
-En Móstoles hemos iniciado una tarea que consideramos inaplazable para una gran ciudad como la nuestra: tomar medidas para mitigar los efectos del cambio climático, que ya es una realidad, y conseguir una mayor resilencia del ecosistema urbano. No se puede postergar ni un minuto más afrontar la que, sin duda, es la mayor amenaza para las sociedades humanas tal y como las conocemos hoy día. Por ello, aprovechando el marco de los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS) que propone Naciones Unidas para el año 2030, hemos lanzado un amplio debate ciudadano en torno a lo que pretendemos sea la hoja de ruta ecosocial de la ciudad en los próximos doce años.

LA INICIATIVA

-¿Nos podéis hablar de la iniciativa?
-"Móstoles Transita 2030" es una parte importante de lo que será el Plan Estratégico de Móstoles en torno a los ODS. Pese a que no agota su totalidad, supone una parte fundamental de su implantación en nuestra ciudad, aportando, además, una visión ecosocial sobre aspectos que trascienden lo ambiental. Así, por ejemplo, presentamos sugerencias a debatir sobre el modelo productivo, planeamiento urbanístico o igualdad de género. "Móstoles Transita 2030" propone 130 objetivos, materializados en 178 medidas concretas, de un modo abierto al debate y a la enmienda ciudadana, ya que parte del convencimiento de que el diseño del futuro de las ciudades es un proceso vivo, en constante evolución y sometido a una participación activa de las personas que las habitan, sin la cual, sencillamente, se convierten en programas rígidos sin garantías de pervivir ante los cambios políticos.

Foto: EcoArchivo

Miguel Ángel Ortega respondió a las preguntas de The Ecologist

-¿Hacia dónde queréis llevar la ciudad?
-En primer lugar, hacia una toma de conciencia de la gravedad de la situación que enfrentamos y de que las soluciones no nos van a venir dadas. Somos las ciudadanas y ciudadanos los que tenemos que articularlas y para ello es preciso, previamente, tener conciencia del desafío e información para poder tomar decisiones responsables. Esta es, quizás, la parte más importante y por ello muchas de las medidas de "Móstoles Transita 2030" son el desarrollo de iniciativas ya puestas en marcha, conocidas por la ciudadanía, que aún no han desplegado todo su potencial. Partimos de experiencias concretas, en fase piloto muchas de ellas, que permiten visualizar la propuesta de ciudad: una ciudad más sostenible, solidaria, feminista, que apuesta por la reducción de consumo, por energías renovables frente a energías fósiles, por parques adaptados a nuestra realidad climática, por una gestión de residuos responsable y de cercanía, con circuitos de comercialización y producción cortos, por una movilidad urbana no supeditada al vehículo privado o con un modelo urbanístico sostenible que deje atrás definitivamente la burbuja inmobiliaria y sus desastrosos efectos económicos y de depredación de suelo.

¿POR QUÉ?

-¿Por qué?
-Ya nadie pone en duda dos certezas científicamente avaladas: el cambio climático es una realidad y supone un reto civilizatorio de primera magnitud y el hecho de que nuestro modelo energético, sustentado en el consumo de combustibles fósiles baratos, se acerca a su fin. Afrontar estos dos retos es de una urgencia extrema y las ciudades tenemos un papel protagonista en ello. Por ejemplo, es una extravagancia de resultados fatales que sigamos consumiendo gas, gasóleo o carbón para calentar nuestras viviendas cuando podemos apostar por siste-

Foto: EcoArchivo

Móstoles se mueve por la sostenibilidad y busca el consenso ciudadano

mas centralizados de producción de calor aprovechando energías renovables como la solar y la biomasa. La tecnología existe desde hace mucho tiempo, aunque lo que no ha existido es voluntad política de transformar modelos caducos insostenibles ya que primaban más los intereses de grandes corporaciones que los intereses generales.

-¿Qué pasa si las ciudades no van hacia ese camino?

-Como decía, las ciudades somos la voz más importante en todo este proceso de transformación. Si no lo lideramos e impulsamos con decisión el desastre está garantizado para la mayoría de la población si se produce un colapso de unas sociedades totalmente dependientes de un petróleo y gas barato y frágiles ante las consecuencias del calentamiento global. Tan sólo hay que ver como los fenómenos climatológicos extremos, que se prevén cada vez más frecuentes, llevan el desastre a las poblaciones que los padecen… y no podemos olvidar que España es sumamente vulnerable ante las variaciones climáticas y por su casi total dependencia energética.

LA CIUDADANÍA

-¿De qué manera la ciudadanía se está implicando en el asunto?

-Es lo más preocupante. A mi modo de ver aún no hemos tomado plena conciencia de lo que se avecina y del daño que ya estamos sufriendo. Encendidos debates como, por ejemplo, el de máxima actualidad sobre la "libertad" de desplazarnos en nuestro coche privado hasta el centro de Madrid… no hacen sino venir a corroborar esta falta de toma de conciencia de que lo que nos estamos jugando va mucho más allá de la comodidad de usar nuestros vehículos. Por ello es sumamente importante demostrar con ejemplo prácticos que otro modo de hacer las cosas, otro modo de vivir las ciudades… no sólo es posible, sino que supone una vida mejor, una vida buena como definimos en "Móstoles Transita 2030", para todos.

Foto: EcoArchivo

Móstoles ha implementado tres áreas de compostaje comunitario para descentralizar la gestión de la materia orgánica. Mensualmente organizan talleres de compostaje para sensibilizar a la ciudadanía

-¿Cómo imagináis las ciudades del futuro? ¿Con la Naturaleza más presente…?

-Indudablemente. Imaginamos Móstoles con amplias reservas de suelo para cultivos de cercanía; con parques que consuman un mínimo de agua; con amplias zonas reservadas para peatones; consumiendo productos de cercanía; con una oferta cultural y deportiva que haga innecesario desplazarse fuera del municipio.

P. B.

UN PLAN ESTRATÉGICO POR LA SOSTENIBILIDAD
BUSCANDO EL CONSENSO CON LOS CIUDADANOS

Móstoles Transita 2030 es un plan estratégico para la ciudad de Móstoles que busca la implementación local de los Objetivos de Desarrollo Sostenible en sus aspectos ecosociales. Al documento borrador, que contempla 130 objetivos y 178 medidas concretas, se suma el respaldo de toda una serie de proyectos ya en marcha: una apuesta fuerte por la transición energética a través de la calefacción de distrito, el desarrollo de nodos vecinales de compostaje comunitario, la creación de una red de huertos urbanos con vocación de profesionalizar la actividad agroecológica en la ciudad, el fomento del comercio local vinculado a sistemas de depósito y retorno en la gestión de los envases o un importante esfuerzo para adaptar nuestras zonas verdes al cambio climático, mediante técnicas de xerojardinería e inversiones que facilitan el ahorro de agua. Toda la propuesta será evaluada, mejorada y validada por la ciudadanía en un proceso participativo durante los próximos meses. Este aterrizará la planificación al detalle, añadirá toda la riqueza de enfoques de la que es capaz la inteligencia colectiva, ordenará las futuras intervenciones en función de las prioridades ciudadanas y creará ese consenso político que solo poseen las iniciativas que dejan de ser de partido y comienzan a ser seña de identidad de una ciudad. Brindamos por esta lustrosa iniciativa. Otros municipios podrían apostar por lo mismo por lo que está apostando Móstoles: sostenibilidad ecosocial…

MÁS INFO. TOMA NOTA

www.mostolestransita2030.es y #MóstolesTransita2030

ecoticias.com
el periódico verde

6.000.000 Visitas - Año.

50.000 Suscriptores al Boletín (diario).

125.000 Seguidores en las Redes Sociales.

150.000 Noticias Editadas.

¿HABLAMOS?

VEGANISMO EN ALEMANIA
El salto hacia la normalidad

Después de un tiempo de estancación y reorganización, la demanda de productos veganos está creciendo otra vez en Alemania. Ingrid Wenzl, desde allí mismo, nos lo cuenta.

Foto: NürnbergMesse

Apartado de productos veganos en Biofach: Erlebniswelt Vegan"

El gran auge del veganismo en Alemania en los últimos años ha dejado huella... En Berlín podemos encontrar restaurantes, charcuterías, heladerías... sin productos de origen animal. Y hasta tres supermercados donde se ofrecen exclusivamente productos vegetales. En la misma ciudad se encuentra la primera coctelería vegana en toda Europa (o quizás en el mundo). Además se ha celebrado allí este año por undécima vez la Fiesta del Verano vegana donde asistieron unos 65.000 visitantes. No es de extrañar. Al fin y al cabo, en la capital alemana se concentran, según la asociación lobista de los veganos Proveg España, tantos veganos como en toda España.

CIFRAS

Según una encuesta del instituto del mercado Skopos, en Alemania ya existen unos 1,3 millones de personas que llevan este estilo de vida. Por lo tanto también en otras ciudades alemanas han aumentado las ofertas para ellas. Han surgido ferias como la VeggieWorld y simposios como el congreso medicinal VegMed organizado por la Charité Universitätsmedizin Berlin, el Immanuel Krankenhaus y ProVeg. De esta manera Alemania es en esta materia uno de los países precursores del mundo.

A la vez, han aparecido muchos nuevos productos para veganos en el mercado... En los años 90 los veganos solían reemplazar su filete o salchicha animal por productos equivalentes de soja, pero hoy en día pueden eligir además entre productos de seitán, altramuz, avena o jackfruit. La gama de leches vegetales no deja de crecer, y, por si esto fuera poco, con los anacardos se ha encontrado una nueva alternativa vegana rica para sustituir al queso.

¿DECLIVE O ESTANCACIÓN?

Algunos medios de comunicación constataron en Alemania a partir de finales de 2016 una cierta saturación o incluso un declive del desarrollo de este mercado. Según el magazin extratipp.com, los cinco locales dedicados exclusivamente a una clientela vegana abiertos en Francfort en el 2013 habían cerrado. También el diario conservador "Die Welt" publicaba entonces: "El veggie-boom ha pasado su apogeo.

Foto: EcoArchivo

Björn Fehl Veganes Sommerfest 2017

Muchos consumidores sólo querían probarlo y lo han dejado con este intento". El rotativo citaba a Helmut Hübsch, autor de un estudio de mercado de la Sociedad de Nuremberg de Consumo.
También el cierre de la gran mayoría de los supermercados Veganz abiertos en el 2011 encajaba con esta tesis. Su pérdida de ventas, sin embargo, coincidió, a la vez, con la ampliación de los surtidos de los supermercados convencionales, lo que llevó a su propietario, Jan Bredack, a cambiar el modelo de negocio. Así, distribuye ahora con éxito más de 170 productos veganos propios a diferentes cadenas de supermercados y establecimientos alemanes. De esta manera se dirige más a clientes que no prescinden totalmente de productos animales pero que quieren reducir su consumo.

"Los productos vegetarianos y veganos siempre han sido proporcionalmente sobrerepresentados en las tiendas y superficies orgánicos. Según la gran cadena de supermercados 'bio' alemanes Alnatura, dos tercios de sus 1.300 productos son veganos, 470 de ellos llevan el sello"

LA REORDENACIÓN

Tanto ProVeg Alemania como la empresa orgánica del sur de Alemania Taifun-Tofu observan una reordenación del mercado después de la gran ola porque, con la creciente demanda, se sumaron también nuevos productores: "Grandes carnicerías ofrecen alternativas vegetarianas y vegetales y todos los supermercados y tiendas de descuento tienen hoy en día patés y leches vegetales en sus estanterías", afirma el gerente de ProVeg, Sebastian Joy. También los restaurantes han ampliado sus cartas para dar cobertura a esta clientela... Si ya hace años prácticamente en todos los comedores de Alemania se ofrece al menos un plato vegetariano, ahora hay cada vez más ofertas para veganos en comedores, restaurantes, etc. Siguen siendo una pequeña minoría comparada con el grueso total de la población, pero se los ve cada vez menos raros. Todo el mundo conoce esta opción y ya no se ve como algo marciano. Mientras tanto el volumen de ventas de productos vegetarianos y vegetales está creciendo otra vez.

ECOLÓGICO Y VEGANO

Durante años alimentarse sin productos de origen animal no significaba automáticamente comprar productos ecológicos. El nuevo movimiento vegano surgió en los años 90 del movimiento de liberación animal. Daba más bien la sensación de que sus seguidores valoraban el bienestar de los animales más que el de los humanos o del medio ambiente. Hoy en día muchos encuestados nombran, según diferentes estudios de mercado, sin embargo, además motivos como su salud o el cambio climático... a la hora de adquirir alimentos veganos. Y muestran gran interés en que también sean ecológicos.
Los productos vegetarianos y veganos siempre han sido proporcionalmente sobrerepresentados en las tiendas y superficies orgánicos. Según la gran cadena de supermercados orgánicos alemanes Alnatura, dos tercios de sus 1.300 productos son veganos, 470 de ellos llevan el sello. A la vez, cada vez más tiendas piensan vegano y ecológico en simbiosis. La carnicería vegana Vetzgerei, en el barrio de clase media verde berlinés Prenzlauer Berg, es uno de esos establecimientos que apuesta por lo ecológico y lo vegano. Todas sus salchichas, hamburguesas, embutidos y ensaladas veganos son de calidad ecológica y las ensaladas se venden en envases de retorno. "Elegimos este barrio porque no queríamos ser simplemente una tienda de productos veganos", explica Sarah Pollinger, que ha montado la tienda con su marido. "Pero ofrecer productos ecológicos requiere también un precio más alto. Esperamos que aquí la gente esté dispuesta a pagarlo". La tienda –fundada sólo hace un año– prospera. Cada vez hay más clientela. "Saben muy bien los sustitutos de carne de Taifun que se pueden comprar en los supermercados ecológicos pero faltaba una tienda donde se conoce a la gente que la lleva y con más variedad y otros sabores", nos explica Pollinger.

Foto: EcoArchivo

No es lo que parece. Productos totalmente veganos...

AGRICULTURA VEGANA SIN ESTIÉRCOL

Pensando en la idea de un veganismo radical y hasta las últimas consecuencias, algunos creen que se debería partir de una agricultura que renuncie a todos los productos animales. "También en la agricultura ecológica se suele usar estiércol, harina de sangre o harina de cuernos", explica Jochen Bauer, que forma parte de un grupo en Francfort que quiere fundar un proyecto de CSA vegana. "Nosotros optamos por una agricultura vegana basada en la rotación de cultivos, abono verde y cultivos entresembrados con hierba. Optando por una CSA queremos además crear una alternativa ecológica, regional, estacional y social. Tampoco queremos tomates orgánicos cultivados por personas a las que no se les permite tener papeles en regla".

En la finca que tienen, por el momento se basan en el cultivo biocíclico vegano. Este tiene sus orígenes en la "Agricultura natural" que formaba parte del movimiento "Reforma de la Vida", un movimiento que se formó en los años 1920 y 1930 en Alemania y Suiza como respuesta a la industrialización y la urbanización. Se sostienen, también, además, en los conocimientos sobre la fertilidad del suelo y cultivos mixtos del eco-pionero Adolf Hoops, a los que suman los resultados de las investigaciones de la organización internacional Vegan Organic Network (VON). Por el momento ya existen dos empresas agrícolas certificadas como "biocíclico vegano" en Alemania y otras ya están en formación.

Foto: EcoArchivo

Una niña come un helado vegano en Ice date, de Múnich

HELADOS

También la heladería Ice Date en Munich piensa más holísticamente. Sus productos son veganos y ecológicos a la vez e incluso prescinden del azúcar. Los helados están hechos a base de anarcardo – que los hace bien cremosos– y los endulzan con dátiles. Por su parte, la pequeña empresa ecológica alemana Purvegan GmbH ha recortado con sus productos de soja y de altramuz dulce los caminos del campo a la fábrica a un mínimo. "Las materias primas principales de nuestros productos provienen todos de la región: los altramuces crecen sólo a una distancia de diez kilómetros del lugar de su procesamiento", explica Karl Selg-Mann, que lleva el control de calidad de la empresa. También el cultivo de soja funciona bien en esta región con un clima más bien templado.

Foto: NürnbergMesse

El interés por los productos bio-veganos sigue creciendo...

Ya los antiguos griegos y romanos conocían y cultivaban el altramuz dulce en el Mediterráneo. Hoy en día, sin embargo, la clientela española tacha al altramuz dulce como comida de pobres mientras que en Alemania gozan de una creciente demanda. Tienen el contenido de proteínas igual de alto que la soja y, si se emplean todas las semillas -como es el caso de los productos de Purvegan-, contienen además muchas fibras vegetales. "Tenemos agricultores muy abiertos a experimentar", cuenta Selg-Mann. Y cierra: "Queremos probar también a elaborar productos de habas o garbanzos".

INVESTIGACIÓN AMPLIA

El Fraunhofer Institut en Freising ya investiga desde mediados de los años noventa en cultivo de altramuces. Al principio con variedades amargas; a partir de los años 2000 con variedades dulces. También se sigue investigando sobre el cultivo de la soja en Alemania. Este año la Universidad de Hohenheim y Taifun-Tofu llevan a cabo la segunda ronda del experimento "1000 Gärten" (en castellano: 1000 huertos) donde prueban 12 cruces diferentes de soja adaptadas cada una a la zona climática en cuestión y sembradas en superficies de seis metros cuadrados cada una. "El propósito del experimento es poder cultivar la soja en toda Alemania", explica Lina Cuypers de Taifun-Tofu. "Por el momento eso es sólo posible en el sur y algunas regiones del este del país porque la soja necesita mucho calor". Para el cultivo en el norte de Alemania, con sus veranos más cortos y periodos con pocas horas de luz, aún hay que encontrar y desarrollar nuevas variedades. De esta manera consideran el clamor de muchas voces en el país por productos regionales y una producción más sostenible.

Inge Wenzl

OPINIÓN

CHÚPATE ESA

Antidepresivos y sexo

No me extraña que la gente que padece depresión se hunda… Los fármacos que les recetan a cascoporro no ayudan mucho. Sus efectos secundarios son notorios y, por si fuera poco, varios de ellos inciden en el ámbito de la libido y de las relaciones sexuales. O sea: que, en vez de curarte, te condenan al ostracismo sexual. Pues vaya médicos… Y luego hablan de la homeopatía…

Algunos creen que, tomando esos antidepresivos, te sumirás en una felicidad ingenua que te hará convertirte en un "happy flower" total. Vaya cuento. La verdad del asunto es que algunos fármacos antidepresivos pueden desinhibir tanto que, según algunos expertos, esa desinhibición es la responsable del aumento del número de suicidios. Por otro lado, te dejan la libido hecha unos zorros. Si sin tener ningún impedimento "mecánico" que nos impida hace el amor con normalidad, entonces… ¿qué nos queda? ¿Por qué no inventan un antidepresivo que, en vez de sacrificar la sexualidad, inhiba al usuario de sus ganas de fumar, de beber alcohol o de cualquier otro asunto nocivo, en vez de poner en peligro una de las mejores cosas (y gratis) que Dios nos ha dado para disfrutar con nuestra pareja?

Los datos son aplastantes. El 73% de los hombres que consumen fármacos antidepresivos presentan problemas de disfunción eréctil. Así lo resalta un estudio realizado por médicos independientes especializados en disfunciones sexuales. Boston Medical Group, alianza mundial de clínicas médicas especializadas en el tratamiento de disfunciones sexuales masculinas, recomienda a los pacientes que consumen antidepresivos, y experimentan disfunción eréctil, acudir al especialista para buscar tratamientos compatibles con los que solucionar el problema. Los tratamientos para la depresión pueden afectar la función sexual porque estos fármacos afectan directamente a los niveles de la hormona serotonina (una monoamina neurotransmisora sintetizada en las neuronas del Sistema Nervioso Central, SNC), que es esencial para conseguir relaciones sexuales satisfactorias, y es también conocida como la hormona del humor y del placer, según bostonmedicalgroup.com. ¿Y no podrían jodernos cualquier otra área en vez de la hormonal sexual y la del buen humor? ¿No será que los creadores y fabricantes de antidepresivos están conchabados con los Il.luminati y ayudan así a controlar la demografía mundial y, de paso, nos joden la vida y nos hacen esclavos de sus sucedáneos consumibles? Ahora en serio. Si usted padece la patología depresiva, no tome lo primero que le receten, escuche otras opiniones, visite a varios especialistas… Su libido se lo agradecerá…

El barón rampante