

THE Ecologist

ABRIL-MAYO-JUNIO 2007

para España y Latinoamérica Nº 29 3'5 €

INFORME ASPARTAMO UN EDULCORANTE MUY PELIGROSO



**ESPECIAL
MUNDO INFANTIL II**

**¿Fármacos para niños?
Futuras drogodependencias**

BOLETÍN VIDA SANA

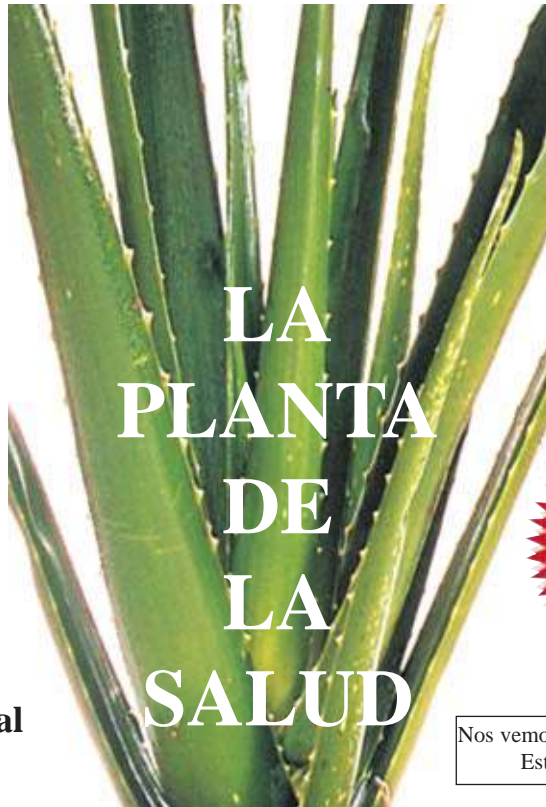


LOS PROBLEMAS FÍSICOS QUE CREA LA LECHE ARTIFICIAL/ LAS VIRTUDES DE LA LACTANCIA MATERNA.
CRECE LA DISPENSACIÓN DE FÁRMACOS A NIÑOS POR CARENCIAS DE SALUD INEXISTENTES.
¿PROBLEMAS DE VIOLENCIA INTERGENERACIONAL CAUSADOS POR LA VIOLENTA
TECNOINTERVENCIÓN EN EL PARTO? OTRAS FORMAS DE EDUCAR...

ENTREVISTA A BIGAS LUNA



UN MILAGRO DE LA NATURALEZA



ALOE VERAPURO
MARCA REGISTRADA
GARANTÍA SEGURA
CULTIVO BIOLÓGICO
C.B.P.A.E. Nº 206 / E
ECOCERT ANC21 / 02-RF

Productos:

- *Zumo y pulpa pura 100%
- *Gel dentrífico
- *Crema hidratante
- *Desodorante
- *Champú de aloe más aceite de jojoba y hierbas silvestres
- *Gel ducha y baño
- *Crema multiusos corporofacial
- *Mermeladas con aloe vera

LA
PLANTA
DE
LA
SALUD



Nos vemos en BioCultura Barcelona
Estand 83 - Pabellón 1

TDVI SL. Laboratorios. Capitán Salom, 12. 1º A. 07004-Palma de Mallorca. Tel. 971 91 00 95. Fax 971 91 00 96


elTinter

ARTES GRÁFICAS
DISEÑO GRÁFICO
AUDIOVISUALES

La Plana, 8- 08032 Barcelona
Tel. 93 357 00 50 - 93 357 06 04
Fax 93 357 02 66
eltinter@eltinter.net
www.eltinter.com

PREMIO ACCIÓ 21 2004

elTinter +D'1
ecodiseño

mucho más



LA FAMILIA... CONTRA EL CLUB BILDERBERG

DURANTE DÉCADAS, LA IZQUIERDA CONVENCIONAL HA DEMONIZADO A LA FAMILIA. A LA DERECHA ULTRALIBERAL TAMPOCO LE INTERESAN GRUPOS SOCIALES SÓLIDOS Y UNIDOS. EL RESULTADO ES UNA SOCIEDAD EN FRANCA DECADENCIA...

Hace un tiempo, el fundador de esta revista, Edward Goldsmith, tuvo que soportar que algunos grupúsculos *marxistoides* y afines le tildaran de "facha". ¿Por qué? Porque desde hace muchos años el bueno de Goldsmith intuyó que el problema medioambiental tenía su origen en un problema espiritual y social. Y, de la misma manera que la sociedad dualista y tecnócrata había ido descomponiendo el planeta y las sociedades humanas, había que volver a allí de donde habíamos venido. Y para ello era necesario recomponer la sociedad, claro. Y, obviamente, la sociedad humana está basada en grupos familiares. Esto, que es algo que saben todos los antropólogos, biólogos, sociólogos... no lo sabían las gentes de izquierda y los seudohippies de los sesenta y setenta. ¿Cómo volver a una sociedad local, pequeña, poco tecnificada, sostenible... sin familias?

Por otro lado, la familia es lo más ecológico y lo más emocionalmente sano para todos. Ha habido diversas formas de familia desde que el hombre es hombre, pero siempre ha habido unas características intrínsecas, fuera el grupo familiar polígamo, poliándrico o monógamo. ¿Hasta cuándo tendremos que escuchar a esos bocazas ignorantes de coletilla y ojos vidriosos que todavía dicen que la familia es un invento burgués? La familia existe desde que el hombre es hombre, le pese a quien le pese. Goldsmith siempre ha sido un valiente. Hace tiempo, y también ahora, reivindicar la familia no es políticamente correcto. Imagínense en los tiempos en que sólo se podía ligar en España blandiendo el carné de algún partido político clandestino (aunque el carné fuera falso)...

IMITACIÓN HORIZONTAL

"Los niños y niñas crecen con unas pautas de conducta que imitan los modelos agresivos de sus padres; además, estos niños pasan muchas horas en la calle y los padres, que deberían ser los principales modelos a imitar, son modelos secundarios que prácticamente no intervienen en el proceso educativo de sus hijos e hijas". Es lo que se dice en la *Revista de Educación Social* acerca del trabajo de la Fundació Casal L' ACIC, en Tarragona. La entidad lleva a cabo desde hace años un proyecto de cohesión social en el barrio de Campclar de Tarragona. Los niños, cuando tienen a sus padres, imitan sus modelos agresivos y desestructurados. Pero la verdad es que en la mayoría del tiempo no tienen a sus progenitores, ni una estructura familiar clara. Ello conlleva que la educación se da de forma horizontal: los chavales se imitan los unos a los otros reiterando comportamientos y conductas. En las familias más acomodadas, el problema también existe. Los padres no pasan el tiempo debido con sus hijos. Cuando llegan a la adolescencia, los problemas se multiplican y el hogar se



Foto: EcoArchivo

convierte en un campo de batalla. Mientras la prioridad de nuestra sociedad esté en satisfacer las necesidades de las empresas y del Estado, más que las propias del ser humano, la familia seguirá descomponiéndose hasta prácticamente desaparecer.

DESASTRE INFANTIL/ADOLESCENTE

Ello conlleva un verdadero desastre para el mundo infantil y para el mundo adolescente. El caos y la desorientación campan a sus anchas. La falta de referentes sólidos, claros, impera por doquier. En la infancia falta el contacto, también físico, con los padres, la lactancia materna, el estar en brazos (como durante millones de años hicieron nuestros ancestros) y no en patéticos carritos de marca. La familia se limita cada vez más, cada vez es más pequeña, más cerrada. Las claves espirituales y las referencias al plano de lo sutil brillan por su ausencia. El desastre medioambiental dibuja el más espantoso panorama del punk: *non future*. La alimentación es basura, impersonal, se come individualmente, frente al televisor, en centros de cultura basura... Si perdemos la delicadeza, la ternura y la inocencia, el mundo perderá toda razón de ser. Desde *The Ecologist* hacemos una llamada desesperada: cada familia que sucumbe... es una victoria del neoliberalismo, de la globalización y del demoníaco Club Bilderberg. Mantener unidas nuestras familias y volver a la cohesión social es la revolución pendiente del siglo XXI, una revolución ajena a cualquier idea política convencional y más entroncada con el universo ecológico y espiritual del que procedemos, bastante más lógico, sólido, seguro, sostenible y emocionalmente sano que lo que nos espera.

EcoActivistas

THE Ecologist **sumario**

para España y Latinoamérica

Nº 29. AÑO VIII. ABRIL-MAYO-JUNIO - 2007

THE ECOLOGIST en español

Fundador Edward Goldsmith

Dirección EcoActivistas

Jefe de redacción Pedro Burruezo

Diseño gráfico y maquetación
dos más dos ediciones, S.L.

Ilustraciones Pablo Mendoza

Humor K. Evans

Traducciones Sara Aguado, Begoña Quintanilla,
Mónica Fuertes

Colaboran en este número

David Nicholson-Lord, Teresa López-Lago Viniegra,
Ángeles Parra, Carlos Fresneda, Thapa S, Short RV,
Potes M, Guillermo Caba, Mark Gold,
Robert Pimenta, Catherine Ardin, Corinne Smith,
Pat Thomas, Montse Escutia, Dolores Rubio,
Carles Núñez, Dr Eduardo Mateos, Toni Oller,
Iara Houghton, María Bienvenida de Vargas,
Azucena Caballero...

Portada: Foto de Pablo Mendoza

Imprenta y encuadernación El Tinter, S.A.L.
(Empresa certificada ISO 14001)
Fotomecánica TUMAR, S.A.

Distribución para España y Latinoamérica
Coedis, S.L., Avda. de Barcelona, 225
08750-Molins de Rei - Tel. 93 680 03 60

**Distribución para tiendas de productos
naturales y biológicos**
Trevol Publicaciones, SL
c/ Lugo, 9 - 08032 BARCELONA
Tel: 934297051 - Fax: 93 4071107
e-mail: trevolpublica@infonegocio.com

Edita As. Vida Sana
Declarada de Utilidad Pública (2005)

**Redacción, administración, publicidad y
suscripciones:** Ángel Guimerà, 1, 1º 2ª,
08172 Sant Cugat (Barcelona)
Tel.: 935 800 818 - Fax: 935 801 120
CIF: G-08890923
e-mail: theecologist@theecologist.net
suscripciones@theecologist.net
publicidad@theecologist.net
www.theecologist.net

ISSN 1578-2964
DL: B-20204-2000
Printed in Spain

Editorial office: Unit, 18, Chelsea Wharf, 15
Lots Road, LONDON SW10 0OJ, UK.
Tel: 00 44 20 7351 3578 Fax: 00 44 20 7351 36 17
email: ecologist@gn.apc.org www.theecologist.org

**Impreso en papel ecológico, blanqueado
sin cloro ni compuestos sulfurados**

6 OPINIÓN

Firmas: **David Nicholson-Lord**
(¿Somos demasiados?), **Teresa
López-Lago Viniegra**
(¿Matanzas didácticas?), **Ángeles
Parra** (El ogro acecha por todas
partes), **Carlos Fresneda** (Las
raíces afectivas de la inteligencia)...

ESPECIAL MUNDO INFANTIL II

12 **Neonatos.** La leche de fórmula
presenta riesgos. Dejad que los
lactantes sean amamantados.
Por Thapa S, Short RV, Potes M

17 **Escuela.**
El lazo invisible que une la
educación indígena y la no indígena.
Por Guillermo Caba

20 **Recetas de antidepresivos
a niños.** Fármacos y tendencias
suicidas. Por Joaquín Albaicín

23 **El negocio sucio de Novartis.**
Un poco de Ritaline en el biberón...
Por Robert Pimenta y Catherine
Ardin



Foto: Eufelia Villalobos



Foto: EcoArchivo

27 **INFORME ASPARTAMO.**
Un edulcorante muy agrio.
Por Pat Thomas
Conclusiones del "Informe
Barcelona". Traducción de Begoña
Quintanilla
Malas noticias. Por Mark Gold.
Entrevista a Betty Martín, fundadora
de Misión Posible: "El aspartamo
es un veneno muy peligroso"

Boletín de la As. Vida Sana

39 **Noticias**
Los pañales y el IVA.
Por The Ecologist

40 **Mundo**
Comentarios sobre cuestiones
ecológicas de la prensa
internacional

42 **Neonatos y bebés**
Huella ecológica y toxicidad.
Pañales convencionales y su
alternativa. Por Corinne Smith

44 **Alimentación**
Danone - Actimel.
¿Qué hay detrás de la etiqueta?
Por Pat Thomas.
Traducción: Mónica Fuertes

46 **Poesía**
Jesús Lizano: El retorno a la
inocencia. Por Pedro Burruezo.

48 **Medios de "desinformación"**
¿Educar o confundiendo
a los niños?
Por Montse Escutia

ASOCIADOS

Agnes Bertrand, Institute for the Relocation of the Economy, France; Marcus Colchester, World Rainforest Movement, UK; Samuel S. Epstein, University of Illinois; Sally Fallon, President, The Weston A. Price Foundation, USA; Mae-Wan Ho, Open University, UK; Mohammed Idris, Consumer's Association of Penang, Malaysia; Martin Khor Kok Peng, Director, Third World Network, Malaysia; Sigmund Kvaloy, Ecopolitical Ring of Cooperation, Norway; Kalle Lasn, Adbusters Media Foundation, Canada; Jerry Mander, International Forum on Globalization, USA; Patrick McCully, International Rivers Network, USA; Robin Page, Countryside Restoration Trust, UK; John Papworth, Fourth World Review, UK; Jakub Patocka, Literarni Noviny, Czech Republic; Jeremy Rifkin, Foundation on Economic Trends, USA; Charles Secrett, Friends of the Earth, UK; Vandana Shiva, Research Centre for Science and Ecology, India; David Suzuki, David Suzuki Foundation, Canada; Richard Wilson, The Times, UK; Tracy Worcester, ISEC, UK.

50 Salud

Niños sanos, niños vivos.
Por Dolores Rubio

52 Educación

Un ejemplo: La Figuera de Samalús.
Aprender de la forma más natural.
Por Guillermo Caba

54 Escuela

Productos tóxicos en las aulas. Otras soluciones a las plagas. Por Carles Núñez,
Dr. Eduardo Mateos, Toni Oller

56 Marcas / Transnacionales

Marketing, publicidad y Coca-cola.
VV.AA.

59 Nacimiento

Partos violentos y conductas violentas. El vínculo es la clave.
Por Iara Houghton

62 El libro recomendado

¿Qué es la agricultura ecológica?
De Ester Sánchez
Por María Bienvenida de Vargas

64 Libros

65 Audiovisuales

La historia del camello que llora.
Por María Bienvenida de Vargas

67 Citas

Dejad que los niños se acerquen a mí. VV. AA.

69 Entrevista a Bigas Luna

La Juani y cientos de miles de jóvenes sólo tienen modelos y referencias que son una auténtica porquería, por eso... "Ellas son supervivientes"
Por Pedro Burruezo

73 Entrada gratuita BioCultura

74 Educación en casa

Educación, crianza, alternativas...
Por Azucena Caballero

APOYANDO EL ARTICULO "EL MITO DEL CO₂"

He leído con suma atención el artículo del pasado número titulado *La agricultura mundial, en peligro. El mito del CO₂ y el efecto invernadero*, escrito por el Doctor Cleas Linden. Me uno a su llamamiento, en cuanto al *Mito del CO₂*. Una persona que medianamente quiera interesarse por el tema... lo puede comprobar perfectamente al buscar los datos oficiales del aumento del CO₂ en los últimos años en pm (partes por millón) y pasarlos al tanto por ciento. Comprobarán que el CO₂ no es el causante inmediato del cambio climático ni ha aumentado en un porcentaje exagerado. Pueden si lo desean ver las tablas oficiales en <http://cdiac.ornl.gov/ftp/trends/co2/maunaloa.co2> y hacer los cálculos matemáticos. Para este gas, por el momento, tenemos sumideros importantes. El problema radica que nos estamos cargando esos sumideros que son los que controlan este gas. Pero... ¿quién habla de los otros gases de efecto invernadero como el ácido nítrico, ozono, dióxido de nitrógeno, halocarbonos, etc.? Claro, estos gases no se pueden vender y el CO₂ está en venta, el derecho de emisión. Negocio redondo. Hace unas semanas, la UE se alinea con China contra las emisiones de CO₂ (¿y el resto de los gases?) y ésta a cambio pide que se levante el embargo de armas. ¿Esto qué es? ¿Un juego de payasos irresponsables? Están jugando con la vida de millones de personas y creen que nos pueden engañar. Ya lo dijo el secretario de la última reunión en Nairobi sobre el cambio climático: "Los gobernantes del mundo no están a la altura de poder enfrentarse seriamente al cambio climático". Entonces podrán decir... ¿Si no es el CO₂, qué o quién está perjudicando a la Tierra hasta el límite de ponerla en peligro de una forma precipitada? El Doctor Linden tiene razón. Considero que el cambio climático al que nos estamos enfrentando es debido, además de otros factores que también influyen, a la destrucción de las selvas tropicales, por varias causas de capital importancia. En primer lugar, porque fijan el CO₂ y su desaparición elimina la absorción de este gas. Por otro lado, al ser captadores y quemarse, lo liberan a la atmósfera, aumentando el problema. A más destrucción de bosques, menos fijación de CO₂ y más CO₂ liberado. Pero el problema no sólo radica en la liberación de este gas que "tanto preocupa", sino que, además, las selvas tropicales funcionan como un regulador de temperatura,

como un micro clima que regula a su vez a otros. La diferencia de temperaturas entre las regiones ecuatoriales y polares, junto con el movimiento de rotación de la Tierra, configuran un esquema de vientos a escala planetaria, conocido como circulación general, al que se superponen las inevitables perturbaciones causadas por efectos locales. Al destruir las selvas, estamos originando un cambio en esos microclimas, en esos vientos ecuatoriales que, como efecto mariposa, terminan afectando al clima mundial. A pesar de estos graves problemas que están asociados a la destrucción de las selvas tropicales, no se está poniendo ninguna medida para evitar que continúe esta devastación irreversible y las comisiones del seguimiento y trabajo del cambio climático... han dejado a un lado este principal problema de la deforestación y se han centrado principalmente en las emisiones de CO₂. Esto es un grave error, ya que, si queremos conseguir un efecto positivo contra el cambio climático, debemos atajar los problemas que lo originan en igual medida y con la misma contundencia. En relación a los bosques mundiales, siguen abandonados, siguen siendo quemados, talados, destruidos. Estamos contribuyendo en gran medida a hipotecar nuestro futuro, a que la lucha contra el cambio climático fracase. Todo ello nos debe hacer reflexionar sobre éstas y muchas otras causas que desencadenan la destrucción de nuestras selvas, verdaderos seguros de vida. Comparto plenamente el sentir del Doctor Linden. El CO₂ es un mito, una leyenda "científica". La sencillez matemática derriba al mítico Goliath, al "culpable" del efecto invernadero y deja al descubierto la verdadera realidad que quieren ocultar. Mientras que unos países negocian con otros y compran emisiones de CO₂ a los que no pueden contaminar para así ellos hacerlo con mayor impunidad, las selvas en silencio siguen destruyéndose por los mismos que discuten cómo parar el cambio climático. La franja ecuatorial, rica en bosques primarios y reguladora de vientos, está siendo destruida y con esa destrucción está asegurado el cambio en el clima mundial.

Pedro Pozas Terrados, director ejecutivo y coordinador del Proyecto Gran Simio en España. También es director y realizador del espacio de Radio Bitácora Verde que se emite todas las semanas dentro del Programa *Reloj de Arena*.

Podéis enviar vuestras misivas a The Ecologist. Sección "Vox populi". Adjuntad fotocopia del DNI.

En la revista electrónica de The Ecologist, www.theecologist.net, hay una sección dedicada a foros. Todos estáis invitados a participar.

Dirección: Àngel Guimerà, 1, 1º 2º. 08172 Sant Cugat. Barcelona. España

Tel: 935 800 818 • Fax: 935 801 120

Correo electrónico: theecologist@theecologist.net – Página Web: www.theecologist.net – Ver Foros



Foto: EcoArchiivo

¿SOMOS DEMASIADOS?

LA CUESTIÓN DE SABER SI SOMOS DEMASIADOS O NO EN EL PLANETA ES TABÚ, AUNQUE TIENE UNA RESPUESTA: UNA PEQUEÑA MINORÍA VIVE CONFORTABLEMENTE SIN PREOCUPARSE DE LA MISERIA DE LA MAYORÍA. EL NÚMERO IMPORTA PARA UN REPARTO JUSTO...

NO HACE DEMASIADO tiempo, pasé varios días en el subcontinente indio. Uno de los recuerdos destacados que guardo es el contraste entre el *grosor* de la población de la ciudad nepalí de Jumla y los pasajeros mayoritariamente occidentales y americanos de la sala de embarque del aeropuerto de Delhi. Me pareció, viendo a las personas del aeropuerto, que la especie humana aumentaba fuertemente de volumen con respecto a los nepalíes. Lo vi como una metáfora de los informes económicos entre el Norte y el Sur –una parte del planeta engordando a costa de los recursos de la otra–, pero después entendí que las metáforas tienen numerosas interpretaciones posibles.

MÁS GORDOS QUE FLACOS...

Por primera vez en la Historia, hay en el mundo más personas que sufren de un exceso de peso (más de mil millones) que individuos desnutridos (800 millones). En Francia, en 2006, la obesidad siguió en constante aumento y la padece en la actualidad el 12'4% de la población francesa, es decir 5'9 millones de personas; en 1997 se situaba en el 8'2%.¹ A nivel global, las diferencias de cifras entre "gordos y flacos" llaman más la atención. En agosto, la oficina británica de estadística reveló que el Reino Unido había superado los 60 millones de habitantes en 2005 mientras que los EE.UU. esperaban los 300 millones en octubre de 2006.

Hay 70 millones de personas de más en nuestro planeta cada año, con una proyección de aumento de la población mundial del 40% de aquí al 2050: ésta pasará de 6.500 millones de habitantes a 9.100 millones, de los que 2.600 millones estarán de más. ¿Este excedente estará formado por gente bien nutrida o no? ¿Esto importa? Yo creo que sí.

UN GRAN TABÚ

Intentar debatir sobre el crecimiento de la población humana hoy en día resulta un ejercicio peligroso. La derecha os acusará de autoritarismo; y la izquierda, de racismo, de fascismo o de neomalthusianismo. La reciente aceleración de las migraciones como un factor clave del aumento de la población de los países desarrollados añade un ingrediente explosivo al debate. Las asociaciones ecologistas, con eterno descrédito, asustados por una mezcla de factores tan demoledora, han dejado desierto el campo de batalla y han camuflado su retirada del tema en una nube vaga y confusa de humo argumentativo. Pero según las confidencias de un responsable de una organización ecologista, la población es el tema que suscita hoy el mayor número de preguntas en las conferencias y debates. A la gente le interesa el tema, aunque los ecologistas, los políticos y la Administración escurran el bulto.

¿Por qué este abismo en el debate? A causa de la dictadura de lo políticamente correcto. Lo políticamente correcto resulta

práctico para la sustitución deliberada de un tema de campaña –la salud reproductiva– a otro, las cifras respecto a la población. Lo políticamente correcto ha ganado en importancia después de la conferencia de El Cairo en 1994 sobre la población, ya que uno de los resultados fue la exclusión sistemática de toda consideración numérica en los discursos autorizados.

Y, si hemos de ver las cosas con claridad, señalemos que también en El Cairo se condenó al ostracismo y al rechazo a aquellos que se atrevieron a mentar el debate. Una de las expresiones más evidentes de esta preocupación ha sido la nueva denominación de la ONG Population Concerni, convertida en "Interact Worldwide", en 2003. Una decisión que el grupo ha visto como la única forma de sobrevivir y que habría sin duda fascinado al autor de 1984, George Orwell, crítico de la "Novlangue".

EL TABÚ Y EL ERROR...

Hay una razón legítima para este cambio brusco si ahondamos en el tema. La atención sobre las cifras demográficas de la población se ha transformado, por error, debido a la asociación que se hace del tema hacia planteamientos coercitivos, como las políticas de esterilización de Gandhi en India y la política del hijo único en China. Hemos considerado en demasía a los países en vías de desarrollo como el lugar principal del aumento de la población. Los ecologistas han desviado el tema: el modo de vida cuenta más que el número. En términos de impacto medioambiental, una persona con sobrepeso, metafóricamente hablando, puede hacer tanto daño como numerosas personas delgadas.

Este último decenio, el desarrollo rápido de la metodología de la huella ecológica ha permitido hacer cálculos comparativos. El último informe de WWF Planeta Vivo,² por ejemplo, nos dice que en 2001 la Humanidad sobrepasó su capacidad biológica en más de un 20%. El informe también señala que un americano tiene doce veces la huella ecológica de un indio. Si India cuenta con 1.100 millones de habitantes, decimos que está superpoblada, mientras que los EE.UU., con menos habitantes, no lo estaría. Pero, ojo, la realidad es diferente. Un rápido cálculo muestra que la población de los EE.UU., en comparación con la huella ecológica, ¡equivale a 3.600 millones de indios! En otro orden de cosas, los EE.UU. causan tres veces más estragos ecológicos que India. Si tomamos en cuenta las emisiones de gases de efecto invernadero por habitante, los resultados hablan también por sí solos: un americano emite veinte veces más dióxido de carbono que un indio.

EL NÚMERO, DESGRACIADAMENTE, IMPORTA

Los grupos ecologistas han detenido esta aproximación pero han decidido interpretarla diciendo que las cifras no cuentan en absoluto. La solución pasa por la *ecologización* de nuestro modo de vida. Para algunos, este acercamiento es sin duda le-



Aunque nadie pone en duda, hoy, que la Tierra es redonda, parece que el hecho de que no tenemos más que un planeta todavía no acabamos de creérmolo. "No tenemos más que una Tierra", éste fue el título de un informe de Barbara Ward y René Dubos ya en 1972 entregado a los participantes de la primera Convención Internacional sobre Hombre y Medio Ambiente en Estocolmo...

gítimo en el sentido en el que Thomas Kuhn hablaba del cambio de paradigma: el crecimiento de la población no es la explicación de toda la crisis ecológica. Para otros, se trata de una ceguera voluntaria: algunos grupos ecologistas no quieren mentar temas tabú para no perder apoyos políticos y para no ser estigmatizados. Pero los futuros historiadores de la ecología concluirán seguramente que se trataba de una traición a las generaciones futuras. ¿Cómo un grupo como Los Amigos de la Tierra de Gran Bretaña y su campaña para la Inglaterra rural puede luchar para proteger los espacios naturales en todos los proyectos de desarrollo sin reconocer la importancia crucial del número de los que quieren una casa, despachos, almacenes, escuelas y equipamientos de ocio?

La verdad es que ciertos modos de vida más ecológicos pueden marcar la diferencia, pero una vida con impacto cero es una quimera y el número de habitantes cuenta enormemente. Los estudios en términos de huellas ecológicas de Andrew Ferguson del Optimum Population Trust muestran que si los 6.000 millones de habitantes vivieran con un modo de vida occidental modesto, basado enteramente en las energías renovables, ¡necesitaríamos todavía un planeta más para abastecernos!

El Reino Unido, con un aumento previsto de población de 10 millones de habitantes para la próxima mitad de este siglo, está en cabeza de este proceso: un pequeño país, superpoblado, sobreurbanizado, con una calidad de vida a la baja que no es capaz de vivir de sus propios recursos... La situación es grave.

Cada año, numerosas personas "delgadas", metafóricamente hablando, provenientes de la Europa del Este o del mundo en desarrollo se transforman rápidamente en personas con so-

brepeso adoptando nuestro modo de vida occidental. La gente con sobrepeso representan una mala noticia ecológicamente hablando; las personas enjutas son preferibles; pero, sea cual sea nuestro tamaño, ¡hay simplemente demasiados habitantes en el planeta en la actualidad!

David Nicholson-Lord es investigador en el Optimum Population Trust (www.optimumpopulation.org) y cronista sobre las cuestiones de medio ambiente del diario *Independent on Sunday*.

NOTAS

- 1 Encuesta Obépi-Roche 2006. 4ª encuesta epidemiológica nacional sobre la obesidad y el sobrepeso en Francia.
- 2 Informe Planeta Vivo 2004, WWF.

OJO CON LOS MALPENSADOS

DEMOGRAFÍA Y CONCIENCIA

Para algunos ignorantes y/o malpensados a conciencia, la publicación de este artículo en *The Ecologist* significará dar rienda suelta a políticas neomalthusianas, coercitivas, discriminatorias, bla bla bla. Nada de eso. Nosotros amamos la vida. Una sociedad responsable es una sociedad que vela por los recursos de las generaciones futuras y por los menos favorecidos. Contener la demografía es importante. Vivir con menos, también. ¿Cómo hacerlo? Es posible sin políticas restrictivas, sin abortar... Pero, sin conciencia, entonces sí que es imposible...

EcoActivistas

¿MATANZAS DIDÁCTICAS?

EN EXTREMADURA SE PROMUEVE LA MATANZA DEL CERDO "A LO BESTIA"
EN LOS INSTITUTOS. NO HAY NINGUNA JUSTIFICACIÓN PARA ESE SUFRIMIENTO.
TAMBIÉN SUFREN LOS QUE VEN ESE ESPECTÁCULO.

HA SURGIDO en la Comunidad Autónoma de Extremadura una nueva y sanguinaria "moda" denominada "matanza didáctica" a la que pretende dársele el valor de fiesta popular y promoverse en los institutos de enseñanza. No hay que ser un genio de la gramática ni un experto en lingüística para darse cuenta del contraste entre los dos vocablos y de cómo, con esta expresión, se pretende camuflar, torpemente, las crueles connotaciones que implica la matanza... acompañándola de un término que dulcifique y justifique su cometido. Dicho ejercicio de pretendido "eufemismo" intenta esconder el verdadero sentido que conlleva.

ENSEÑAR A MATAR

Desconocíamos muchos ciudadanos que enseñar a matar fuera una asignatura tan necesaria. Quizá responda esto al aumento de violencia que se está produciendo en los centros de enseñanza españoles, y se pretenda así armonizar una situación cada día más preocupante con el contenido de las materias académicas y escolares. Ya se sabe, si no se puede con la violencia... júnete a ella!

La matanza es un acto cruel, sea o no necesaria. Los seres humanos tenemos el deber de mejorar, no de falsear y engañar. La solución es buscar el método mejor y menos dañino posible, el que ocasione menos o ningún sufrimiento. Y por descontado, lo que no podemos consentir, más cuando tanto presumimos de nuestra racionalidad y civismo, es convertir el sufrimiento en divertimento.

No le favorece en nada a la industria cárnica porcina extremeña este tipo de "festejos". Probablemente muchos jóvenes y niños que participen de este espectáculo se sentirán confusos y, quién sabe, puede ser que en un futuro se cuestionen el consumo de los productos del cerdo a causa de la desagradable experiencia que un día padecieron. Es posible que no sean conscientes en su día de ello, pero puede tener consecuencias en el futuro.

COMIDA BASURA, RÁPIDA, VIOLENTA

Lo que en el fondo se consigue con estas campañas es fomentar el consumo de comida fácil y rápida, a la que no se acompañan eventos como éstos, pues no es la primera vez que "espectáculos" de este calibre lo que han provocado es el rechazo de su consumo, sobre todo en los más jóvenes. Ni las grandes compañías alimenticias, criticadas por los malos hábitos que están promoviendo, podrían hacer mejor campaña publicitaria en su favor. Por otro lado, cada día más los ciudadanos exigimos ciertos métodos y actuaciones que respeten la vida animal y su entorno, que se practique un consumo y una producción que recoja de lo tradicional lo positivo y se combine con la manera distinta de pensar y sentir en este tipo de cuestiones. No podemos querer vivir a un ritmo de progreso defendiendo el sacrificio con sufrimiento como celebración popular. Del pasado hemos de tomar aquello que perdura por su calidad y abandonar sus aspectos más crueles e innecesarios, porque ello en la actualidad es posible. De hecho, hoy en día rechazamos ciertas pasadas costumbres que ahora nos resultan incomprensibles, y conservamos otras que se adaptan a nuestro tiempo ayudando a mejorarlo, contribuyendo a una sociedad en desarrollo y en equili-



Foto: P. M.

El cerdo es una criatura que también merece no sufrir innecesariamente a la hora de ser sacrificado...

brio con su entorno. De esto son mucho más conscientes otros países europeos que ya están exigiendo en la importación, y sobre todo en cuestión alimenticia, productos con ciertas exigencias de producción que en nada tienen que ver con las "salvajadas" por las que somos conocidos en el exterior y de las que tanto alarde hacemos.

EVITANDO EL SUFRIMIENTO

Tanto la normativa europea (Directiva 93/119/CE del Consejo de 22 de diciembre de 1993) como la Ley de Protección de Animales de la Comunidad Autónoma de Extremadura (Ley 7/2005, de 27 de diciembre) y el Decreto sobre protección del bienestar animal en matanzas de animales de la especie porcina (Decreto 193/2006, de 14 de noviembre)... determinan que "el sacrificio de cerdos en matanzas domiciliarias, de conformidad con el artículo 3 a) de la Ley 5/2002, de 23 de mayo..., se efectuará de forma instantánea e indolora y siempre con aturdimiento o pérdida de consciencia previos, sin que puedan infligirse a los animales daños o someterlos a cualquier otra práctica que les puedan producir sufrimiento injustificado". Añade además que "no se considerarán matanzas domiciliarias de cerdos todas aquellas que supongan cualquier tipo de actividad de carácter didáctico, fiestas populares y otras similares, tales como las organizadas por empresas, entidades o asociaciones, aun cuando el destino final sea el autoconsumo. En el desarrollo de estas actividades deberá respetarse en todo caso lo establecido en el artículo anterior" (artículo 3 a) de la Ley 5/2002.

Hay que recordar, por último, que las normas están para ser aplicadas, y que de nada sirven si los órganos competentes descuidan su vigilancia y control. En este caso se convierten en un instrumento político y nada provechoso para la sociedad.

**Teresa López-Lago Viniegra/
Ecologistas en Acción de Extremadura**

Área de Defensa Animal

Teresa López-Lago Viniegra.

defensaanimal.extremadura@ecologistasenaccion.org

Tfno.: 609 51 63 83

EL OGRRO ACECHA POR TODAS PARTES

PARTIENDO DE ALGUNOS CASOS CONCRETOS, ANGELES PARRA
VA MÁS ALLÁ Y DENUNCIA LA GUERRA INVISIBLE PACTADA CONTRA LA INOCENCIA.
EN EL TXAPELA NO SE PUEDE AMAMANTAR...

EL TXAPELA del Paseo de Gràcia de Barcelona es un restaurante donde también se pueden tomar unas tapas. No es lo más "in", pero tampoco es una tabernucha. Sin embargo, aunque la empresa que lo gestiona, el grupo Artemi Nolla, ya se ha disculpado ante la madre y el bebé pública y telefónicamente (y aunque ha anunciado medidas contundentes contra el encargado "para que este asunto no se vuelva a repetir nunca"), todo esto no hace más que hablar de un *status quo* en el que cualquiera pinta algo, hasta el encargado más bobo y bruto de un restaurante, menos los niños... Al final, la madre tuvo que amamantar a su bebé de seis meses en la calle con un frío que pelaba. Pero ha denunciado al hombre que velaba por el refinamiento y la comodidad... ¿Qué entenderá él de todo eso? El tema llegó a los medios...

HAY MÁS EJEMPLOS

Es sólo un ejemplo. Pero hay muchos más. En cierta ocasión, en un restaurante biológico, por supuesto, muy fino y nada barato, había ido con mi marido y con mi hija pequeña. Como habíamos ido también el día anterior, se me ocurrió pedirle a la encargada que no le repitiera el mismo menú infantil a la pequeña (estábamos fuera de casa por trabajo). Le sugerí que dijera al cocinero que le hiciera cualquier otra cosa o, a las malas, un huevo frito con unas patatas fritas. La encargada nos dijo, primero, que eso no lo podía hacer porque no estaba en la carta. Ante la insistencia de mi marido, le dijo que no había huevos (¿cómo puede ser que no haya huevos en un restaurante?). Y, para terminar de estropearlo, la encargada afirmó que era del todo imposible porque, como ese plato no estaba en la caja registradora, no podría haberlo cobrado. Mi marido se levantó y me animó a hacer lo mismo. Me contaron que el citado restaurante cerró al poco de aquel incidente, pero nosotros no denunciábamos los hechos. La diferencia es que Norma Abril (la mamá citada anteriormente) ha hecho muy bien cursando una denuncia.

UN FACHA EN CADA ESTAMENTO

En cada estamento de nuestra sociedad, que tantas alas se da de democrática y de solidaria, hay un facha, un facha escondido en el laberinto de la Administración, del Estado, de la hostelería, de la cultura, de la sanidad... Como decía, la diferencia es que Norma Abril denunció el caso. Nosotras/os deberíamos hacer lo mismo no sólo con el encargado del restaurante que no nos deja amantar a un bebé o que le niega el plato más sencillo a una niña pequeña, sino a todos aquellos que se comportan como fachas y que reniegan del niño que algún día fueron: denunciemos a los arquitectos y afines que no piensan en los pequeños cuando dibujan los planos de los parques; es más, denunciemos a los políticos que no construyen parques en las urbes; denunciemos, también, a los empresarios televisivos, sean públicos o privados, que quieren convertir a nuestros pequeños en pequeñas bolas de grasa sin nada más que hacer en el mundo que consumir sus productos basura; denunciemos a los jugueteros que se han pensado que nuestros hijos son la carne de cañón del Sistema; denunciemos a los responsables sanitarios que hacen la vista gorda cuando se llevan a cabo más cesáreas de las



Ilustración: Pablo Mendocza

necesarias; denunciemos a los que, con tácticas de mercadotecnia infame, privan a los bebés de la lactancia materna en pro de leches artificiales que son una porquería; denunciemos a los que les están robando el futuro a nuestros hijos y nietos y a todos los demás: los que los llevan a las guerras, los que les hacen trabajar 14 horas al día para lucro y beneficio de empresas transnacionales, los que les alimentan con basura química, los violadores internautas...

LA GUERRA INVISIBLE

Existe una cruzada invisible contra la inocencia. Los que actúan contra ella cuentan con la impunidad del que arremete contra el que no puede defenderse (y los que pueden hacerlo en su representación viven, en muchos casos, en una inopia abisal). Menos partos medicalizados, menos vacunas obligatorias, cero ventas de armas a los estados violentos cuyas guerras provocan sufrimiento en todos (y, especialmente, en los más débiles), menos programas basura, menos alimentación química, más tetas alegres y abundantes de cuyos pezones brote la leche amorosa y tierna... Pero no caigamos en la trampa de no hacer responsables a nuestros hijos de su propia vida, cuando llegue el momento. Necesitan nuestro apoyo, nuestra guía y, sobre todo, nuestra compañía: pero, en su día, también tendrán que empezar a volar. Hasta entonces, señalemos bien claro y bien alto a todos los que le están robando el porvenir a nuestros hijos convirtiendo nuestro planeta en una cloaca. Y, si es preciso, señálemos a nosotros mismos por haber sido cómplices de esta barbarie en vez de haber luchado contra ese enemigo invisible que nos acecha por todas partes y, sobre todo, desde nuestro propio interior.

Angeles Parra es directora de BioCultura

LAS RAÍCES AFECTIVAS DE LA INTELIGENCIA

LA CIENCIA, QUE TANTO HA CONTRIBUIDO A ENSANCHAR LAS DISTANCIAS ENTRE MADRES, PADRES E HIJOS, HA DADO UN VOLANTAZO EN ESTOS ÚLTIMOS AÑOS Y ESTÁ DESCUBRIENDO LOS BENEFICIOS DE LA PROXIMIDAD ENTRE PADRES E HIJOS, REBAUTIZADA AHORA COMO “ATTACHMENT PARENTING”.

SER PADRES ya no es lo que era. La sociedad aséptica en la que vivimos, con esa fe ciega en la tecnología y en los “expertos”, ha construido una burbuja alrededor de los recién nacidos. Los niños crecen casi siempre privados del contacto instintivo con sus progenitores: enganchados al biberón, encajonados en carritos, confinados en guarderías.

La ciencia, que tanto ha contribuido a ensanchar esas distancias, ha dado un volantazo en estos últimos años y está descubriendo los beneficios de la proximidad entre padres e hijos, rebautizada ahora como *attachment parenting*.

Según la psicóloga A. N. Schore, en un estudio publicado en el *Australian and New Zealand Journal of Psychiatry*, el “vínculo” o “apego” maternal afecta directamente a la parte derecha del cerebro, que regula todos los mecanismos relacionados con el control de las emociones y con el desarrollo de la memoria.

A. N. Shore sostiene que el trauma y el estrés en los niños, provocado muchas veces por la separación prematura, puede impedir el “desarrollo óptimo” del cerebro en esa etapa crucial que va de los cero a los tres años. La proximidad padres-hijos, en cambio, redonda directamente en la inteligencia, en la capacidad motriz y en el equilibrio emocional.

NECESIDADES BIOLÓGICAS

La ciencia y la práctica caminan juntas desde hace algo más de una década, cuando decenas de padres aunaron fuerzas en Estados Unidos y crearon la asociación Attachment Parenting International, que está empezando a echar raíces en Europa (www.attachmentparenting.org).

El padrino de la paternidad con “vínculo” fue el psiquiatra británico John Bowlby, que formuló su teoría del apego como una “necesidad biológica”, allá por los años 50. La antropóloga Margaret Mead realizó por su parte un estudio comparativo de varias tribus del mundo y demostró que las más violentas eran las que privaban a los niños del contacto físico a edad temprana.

En 1958, la doctora Marcelle Geber estudió de cerca en Uganda a 308 niños criados a la vieja usanza (amamantados a demanda, transportados en proximidad constante con la madre,



Foto: EcoArchivo

El aislamiento de los niños, algo muy habitual en las sociedades tecnológicas, podría tener efectos nocivos en su conducta y en su desarrollo. Contra ello ha surgido el Attachment Parenting, que busca reforzar el vínculo entre el niño y sus progenitores, algo que, en los países mediterráneos, nunca ha necesitado de un nombre tan complicado...

compartiendo la misma cama) y los comparó con un grupo de niños europeos: alimentados con biberón, transportados en carritos, alejados de sus padres por la noche... ¿Su conclusión? Los niños africanos desarrollaban sus capacidades motrices e intelectuales con mayor precocidad durante el primer año.

Al mismo puerto llegaron la doctora Sylvia Bell y la psicóloga Mary Ainsworth, de la Universidad John Hopkins, unas de las primeras en levantar la voz contra la pediatría oficial que incitaba a las madres a no “malcriar” a los hijos cogiéndoles en brazos más de la cuenta, respondiendo automáticamente a sus llantos o dándoles de comer fuera de sus horas.

ARMONÍA MADRE-HIJO

Bell y Ainsworth concluyeron que la relación armónica madre-hijo puede tener un impacto no ya sólo en el desarrollo del niño sino en su capacidad intelectual. Y las claves para esa armonía son las respuestas “sensibles” a las necesidades de los pequeños, la frecuencia de las

interacciones físicas y verbales y la libertad de exploración de los niños (bajo la supervisión, que no bajo el control, del adulto).

“Los padres son siempre los mejores expertos en sus propios hijos”, nos advierten a dos voces William y Martha Sears, curtidors como pediatras y padres (ocho hijos). Su libro, *The Attachment Parenting Book*, es desde hace dos años la *Biblia* de esta nueva escuela de paternidad.

“Nosotros llevábamos más de dos décadas practicando la paternidad con apego sin saber siquiera que tenía un nombre”, confiesan los populares Sears & Sears. “Digamos que nos dejamos guiar por el instinto, que para nosotros fue la manera más natural de ser padres”. Los Sears nos remiten a los estudios de Marshall Klaus y John Kennell, que ya en 1976 descubrieron que para los humanos, igual que para otros mamíferos, existe un “periodo sensitivo”, justo en el instante del nacimiento, en el que madres e hijos están programados para beneficiarse mutuamente del contacto.

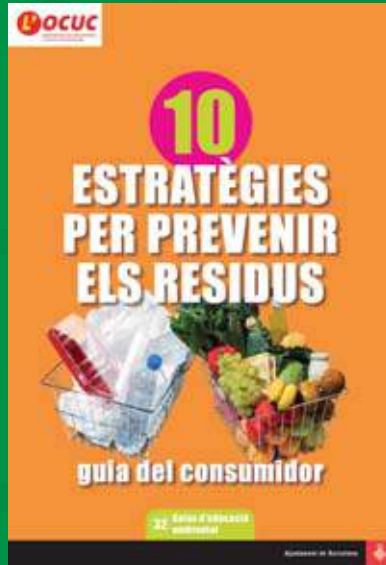
Otro pilar del *attachment parenting* es cargar con los niños, en brazos o colgados, pero manteniendo lo más posible la proximidad física.

Carlos Fresneda

L'educació ambiental al teu abast!

Guies d'educació ambiental

- Guia 1: Guia del compostatge
- Guia 2: Fem biogàs
- Guia 3: La mobilitat sostenible
- Guia 4: Propostes senzilles per reduir els residus
- Guia 5: Guia de la oficina verda
- Guia 6: Les festes més sostenibles
- Guia 7: L'aigua i la ciutat
- Guia 8: Menys soroll millor
- Guia 9: De la ciutat a la natura
- Guia 10: Posem verdes les associacions
- Guia 11: Guia de bones pràctiques ambientals i sindicals
- Guia 12: En moto, mou-te bé
- Guia 13: Guia per a l'estalvi energètic
- Guia 14: Guia de Jardineria sostenible
- Guia 15: Afegeix un toc de medi ambient a la teva acció sindical
- Guia 16: Ecoproductes a la llar
- Guia 17: Aprendre del Prestige
- Guia 18: Guia de l'Alimentació sostenible
- Guia 19: Barcelona en Bici
- Guia 20: Youth x change
- Guia 21: Els animals de companyia
- Guia 22: Mobilitat més sostenible
- Guia 23: Ocells de Barcelona
- Guia 24: Les platges i el litoral de Barcelona
- Guia 25: Oficina Verda per a empreses del sector d'oficines i despatxos
- Guia 26: Les empreses i la responsabilitat social corporativa
- Guia 27: Finançament ètic i sostenibilitat
- Guia 28: Fes-te amic dels boscos
- Guia 29: 21 consells per tenir un habitatge sostenible
- Guia 30: Juntament + sostenible
- Guia 31: 21 visions del canvi
- Guia 32: 10 estratègies per prevenir els residus



→ les podeu trobar a:

BARCELONA SOSTENIBLE
Centre de Recursos

Nil Fabra, 20 baixos
Tel. 93 237 47 43
recursos@mail.bcn.es



[AGENDA 21 BCN]

www.bcn.es/agenda21

Ajuntament de Barcelona



Sol y Tierra
Ayudando a despertar
conciencias a través
del teatro

Tfnos. 91841 6045 / 6142
www.solytierra.com

EL GRANERO
Integral, S.L.

ALIMENTACIÓN ECOLÓGICA
100% BIOLÓGICOS
AGRICULTURA BIOLÓGICA
DESDE 1982

Alternativa de Futuro
Alimentación Natural y Ecológica
PRODUCTOS BIOLÓGICOS

www.elgranero.com

| Solicite nuestro CATÁLOGO GRATUITO de referencias |
más de 300 referencias en productos biológicos.

Avd. M^a Garcini, 16 | Paracuellos de Jarama Telf.: 902 18 07 93
info@elgranero.com | 28860 [Madrid]

LA LECHE DE FÓRMULA PRESENTA RIESGOS DEJAD QUE LOS LACTANTES SEAN AMAMANTADOS

La leche de fórmula presenta innumerables riesgos. Lo hemos repetido en mil ocasiones en estas mismas páginas y no nos cansaremos de insistir, ya que el futuro de nuestros hijos está en juego. Y también su felicidad y bienestar actual. Os presentamos una breve pero muy ilustrativa guía de referencias y estudios que demuestran lo perjudicial que puede llegar a ser no amamantar al neonato.



Foto: P. M.

La lactancia materna tiene un sinnúmero de virtudes de tipo fisiológico y emocional

Un estudio del Hospital for Sick Children de Toronto realizado entre 2.184 niños/as reveló que el riesgo de asma y respiración silbante era aproximadamente un 50% mayor en lactantes alimentados/as con leche de fórmula que el de lactantes que habían sido amamantados/as durante nueve meses o más.¹

Investigadores/as de Australia Occidental estudiaron a 2.602 niños/as con el objeto de determinar el desarrollo de asma y respiración silbante a los seis años de edad. El no haber sido amamantados/as aumentó el riesgo de asma y respiración silbante en un 40%, comparado con aquellos/as lactantes que fueron amamantados/as exclusivamente durante cuatro meses. Los/las autores/as recomiendan la lactancia materna exclusiva durante al menos cuatro meses para disminuir el riesgo de asma.²

Los críticos revisaron 29 estudios para evaluar el factor de protección de la lactancia materna sobre el asma y la atopía.

Después de aplicar estrictos criterios de evaluación, quedaron 15 estudios en revisión. Los 15 mostraron un efecto protector de la lactancia materna. Concluyeron, por tanto, que la evidencia es clara y consecuente y que el no amamantar a los/las lactantes, los pone en riesgo de desarrollar asma y atopía.³

Un estudio prospectivo longitudinal de 1.246 lactantes sanos/as en Arizona, EE.UU., se proponía establecer la relación entre la lactancia materna y la respiración silbante recurrente. Los resultados demostraron que los/las niños/as no atópicos/as a la edad de seis años, que no habían sido amamantados/as, eran tres veces más propensos/as a tener respiración silbante recurrente.⁴

AUMENTAN LAS ALERGIAS

Niños/as de Finlandia que habían sido amamantados/as durante períodos más largos presentaron la incidencia más baja de atopía, eczema, alergias a los alimentos y alergias respiratorias. A los 17 años de edad, la incidencia de alergias respiratorias en aquéllos/as que habían sido amamantados/as poco tiempo fue del 65%, mientras que los/as que fueron amamantados/as durante un mayor tiempo fue del 42%.⁵

Se sometió a estudio a lactantes con historia materna de alergias respiratorias o asma para observar si desarrollaban dermatitis atópica durante el primer año de vida. Se examinó a 76 niños/as holandeses/as y a 228 niños/as sin dermatitis atópica. Se concluyó que la lactancia materna exclusiva durante los primeros tres meses de vida tiene un efecto protector contra la dermatitis.⁶

Se evaluaron los efectos de las vitaminas C y E en la dieta materna, en la composición antioxidante de la leche materna como protección contra el desarrollo de atopías en lactantes. Las madres que presentaron enfermedad atópica mantuvieron registros alimentarios por cuatro días y se recogieron muestras de leche materna al mes de edad del/de lactante.

Los resultados mostraron que la ingesta materna de vitamina C en su dieta, pero no como suplemento, determinó la con-

centración de vitamina C en la leche materna. Una mayor concentración de vitamina C en la leche materna se asoció a un bajo riesgo de atopía en el/la lactante. La vitamina E no mostró tener ninguna relación consecuente con la atopía. Por tanto, una dieta materna rica en fuentes alimenticias naturales de vitamina C durante la lactancia materna puede reducir el riesgo de atopía en lactantes de alto riesgo⁷.

DESARROLLO COGNOSCITIVO REDUCIDO

Se dio seguimiento desde su nacimiento a un total de 3.880 niños/as australianos/as para determinar sus patrones de lactancia materna y su posterior desarrollo cognoscitivo. Aquéllos/as que fueron amamantados/as durante seis meses o más obtuvieron en pruebas de vocabulario una calificación de 8.2 puntos las niñas y 5.8 puntos los niños, por encima de aquéllos/as que nunca fueron amamantados/as.⁸

Niños/as en edad escolar (439) que pesaron menos de 1,500 g. al nacer y que nacieron en los EE.UU. entre 1991 y 1993... fueron sometidos/as a una serie de pruebas cognoscitivas. Los/las lactantes de muy bajo peso al nacer y que nunca fueron amamantados obtuvieron las calificaciones más bajas en las pruebas de función intelectual general, capacidad verbal, y habilidades visuales, espaciales y motoras, que aquéllos/as que fueron amamantados/as.⁹

Con el fin de establecer el impacto de la lactancia materna exclusiva sobre el desarrollo cognoscitivo en lactantes nacidos/as con menor talla para su tiempo de gestación, un estudio realizado en los EE.UU. evaluó a 220 lactantes, usando la Escala Bayley de Desarrollo Infantil a los 13 meses, y las Escalas Wechsler de Inteligencia Preescolar y Primaria a los 5 años. Los investigadores concluyeron que los/las lactantes de menor talla para su tiempo de gestación que fueron amamantados/as exclusivamente (sin



Foto: EcoArchivo

En niños/as prematuros/as, la lactancia materna baja la presión sanguínea en la edad adulta, conclusión que puede aplicarse también para lactantes a término

suplementos) mostraron una ventaja importante en su desarrollo cognoscitivo sin comprometer su crecimiento.¹⁰

Se dio seguimiento a hijos/as de madres filipinas de condiciones socioeconómicas marginales, desde su nacimiento hasta la mitad de su niñez, evaluando su capacidad cognoscitiva a los 8.5 y 11.5 años de edad. Después de controlar las variables de confusión, los/las niños/as que habían sido amamantados/as durante 12 a 18 meses obtuvieron calificaciones más altas en la Prueba Filipina de Inteligencia No Verbal. Los efectos fueron aún mayores en lactantes de bajo peso al nacer (1.6 y 9.8 puntos respectivamente). Los autores concluyen que la lactancia materna a largo plazo es importante luego de la introducción de alimentos complementarios, y más aún en lactantes de bajo peso al nacer.¹¹

La lactancia materna tiene potenciales efectos beneficiosos a largo plazo en la vida de las personas a través de su influencia en el desarrollo cognoscitivo y educativo en su infancia, concluye este estudio británico. Se usó el análisis de regresión para determinar que la lactancia materna estaba asociada de manera importante y positiva con los niveles educativos obtenidos a los 26 años de edad, así como con las habilidades cognoscitivas a los 53 años.¹²

RIESGO DE ENFERMEDAD RESPIRATORIA AGUDA

Niños/as brasileños/as que no fueron amamantados/as son 16.7 veces más propensos/as a ser diagnosticados/as con neumonía, que aquéllos/as que solo habían sido alimentados/as con leche materna cuando eran lactantes.¹³

Con el fin de determinar los factores modificables de riesgo de infección respiratoria aguda inferior en niños/as menores, un estudio indio realizado en hospitales comparó 201 casos con 311 controles. La lactancia materna fue uno de los principales factores modificables de riesgo de infección respiratoria inferior en niños/as menores de cinco años.¹⁴

Se utilizaron varias fuentes para examinar la relación entre la lactancia materna y el riesgo de hospitalización por enfermedades de las vías respiratorias inferiores en lactantes sanos/as a término con acceso a centros de salud adecuados. El análisis de los datos confirmó que, en los países industrializados, los/las lactantes alimentados/as con fórmula presentaron enfermedades de vías respiratorias tres veces más severas y requirieron hospitalización, en comparación con los/las lactantes que fueron amamantados/as exclusivamente durante cuatro meses o más.¹⁵

MUCHOS RIESGOS PARA LAS MADRES OJO CON LAS LECHES ARTIFICIALES

Diversas investigaciones señalan que, para las madres, no amamantar a sus hijos puede aumentar el riesgo de padecer cáncer de mama, de ovario y de endometrio. También se asocia la utilización de leches artificiales para los neonatos con riesgo de osteoporosis en las madres. También se sabe que, cuando no se amamanta, las madres sufren en el futuro mayor riesgo de padecer obesidad, con todos los problemas asociados que ello conlleva.

Martin R, Middleton N, Gunnell D, Owen C, Smith G. *Breast-Feeding and Cancer: The Boyd Orr Cohort and a Systematic Review With Meta-Analysis*. Journal of the National Cancer Institute. 97: 1446-1457, 2005
 Armogida, Sheila A.; Yannaras, Niki M.; Melton, Alton L.; Srivastava, Maya D. *Identification and quantification of innate immune system mediators in human breast milk*. Allergy and Asthma Proc 25: 297-304, 2004
 Chiaffarino F, Pelucchi C, Negri E, Parazzini F, Franceschi S, Talamini R, Montella M, Ramazzotti V, La Vecchia C. *Breastfeeding and the risk of epithelial ovarian cancer in an Italian population*. Gynecol Oncol. 98: 304-308, 2005
 Karlsson MK, Ahlberg HG, Karlsson C. *Maternity and mineral density*. Acta Orthopaedica 76: 2-13, 2005
 Kac G, Benício MHDA, Velásquez-Meléndez G, Valente JG, Struchiner CJ. *Breastfeeding and postpartum weight retention in a cohort of Brazilian women*. Am J Clin Nutr 79: 487-493, 2004

"Oatly revitaliza. Te lo dice un joven de 79 años"



"Tengo 79 años, ¿a que no lo parece? Mi secreto: caminar cada día, mucha actividad mental y social, y alimentos sanos y naturales. Como **Oatly**. Una bebida de avena muy rica y saludable, que me sienta mejor que la leche o que la soja y que revitaliza mi organismo. Porque es muy nutritiva; me aporta fibras beneficiosas para el intestino y el corazón; contiene grasas mayoritariamente insaturadas, mucho más saludables; y me ayuda a reducir el colesterol "malo". Ah, y por si todo esto fuera poco, está hecha con la mejor avena del mundo, la sueca, procedente de cultivo biológico, sin modificaciones genéticas, ni abonos ni pesticidas químicos. **Oatly** es bueno, bueno de verdad. Te lo dice un experto"



Sabes lo que comes

Puigmal, 3 · 08185 Lliçà de Vall (Bcn) · Tel. 938 436 517 · Fax 938 439 600 · www.biocop.es

El Tao de la ecología

Una visión ecológica del mundo

Edward Goldsmith



**Por sólo 18 €
gastos de envío
incluidos**

«Una lectura innovadora e indispensable que nos fascinará.»

Times Literary Supplement

Icaria La mirada esférica

☛ Para adquirir el libro sólo tienes que enviar un e-mail a:
publicidad@theecologist.net

Indica:

- Título del libro y...
- Nombre completo y dirección
- DNI/CIF
- Los 20 dígitos de tu cuenta bancaria

☛ También puedes realizar el pago mediante transferencia bancaria a:

- Banco Sabadell
- As. Vida Sana

Tienes que ingresar 18 euros en la cuenta:

- 0081 0432 06 0001036509 o mediante giro postal a
- The Ecologist Àngel Guimerà, 1, 1º 2º
 - 08172-Sant Cugat (Barcelona)

Cuando hayas hecho el ingreso en nuestra cuenta o el giro postal, nos envías un e-mail a publicidad@theecologist.net diciéndonoslo y dándonos tus datos postales para que te enviemos el libro.

☛ También puedes hacer todo esto por correo postal a la dirección antes citada.

☛ También puedes hacer el pedido por teléfono o consultarnos cualquier duda:

93 692 66 75 / 93 580 08 18

AUMENTO EN LA OCLUSIÓN ALTERADA

Lactancia materna para dientes parejos es el mensaje que se desprende de esta investigación sobre alimentación, succión y dentición. Este estudio retrospectivo de 1.130 niños/as en edad preescolar (3 a 5 años de edad) observó el impacto del tipo de alimentación y de la actividad de succión no nutritiva en la oclusión de la dentición temporal. Se recogió mediante un cuestionario la historia detallada de la alimentación infantil y de la actividad de succión no nutritiva, siendo sometidos/as además a una revisión oral por un/una dentista.

La actividad de succión no nutritiva tiene un efecto sustancial en la oclusión alterada, en tanto que el efecto de la alimentación mediante biberón es menos marcada. La mordida cruzada posterior fue más frecuente en niños/as alimentados/as con biberón y en aquéllos/as con actividad de succión no nutritiva. El porcentaje de mordida cruzada fue menor en niños/as amamantados/as con actividad de succión no nutritiva (5%) que en niños/as alimentados/as con biberón y con actividad de succión no nutritiva (13%). En conclusión, los datos revelan que la actividad de succión no nutritiva durante los primeros meses de vida constituye el principal factor de riesgo para el desarrollo de la oclusión alterada y mordida abierta en la dentición temporal. Niños/as con actividad de succión no nutritiva y que fueron alimentados/as con biberón... tenían más del doble del riesgo de tener mordida cruzada posterior, mientras que la lactancia materna parece tener un efecto protector sobre el desarrollo de mordida cruzada posterior en la dentición temporal.¹⁶

MÁS INFECCIONES

Un reporte de caso en los EE.UU. sobre un reciente brote de *Enterobacter sakazakii* en una unidad neonatal de cuidado intensivo documentó la muerte de un/a lactante de 20 días que presentó fiebre, taquicardia, disminución en la perfusión vascular y convulsiones a los 11 días de nacido/a. El/la recién nacido/a falleció al día 20. Se identificaron cultivos de *E. sakazakii* en el líquido cefalorraquídeo, que fue rastreado hasta la fórmula infantil en polvo contaminada que se usaba en la UNCI.¹⁷

En Bélgica, un brote de *Enterocolitis necrotizante* (ECN) fue rastreado hasta una fórmula infantil contaminada con *Enterobacter sakazakii*. Un total de 12 recién nacidos/as presentaron ECN durante el brote y dos lactantes (hermanos gemelos) fallecieron.¹⁸

DEFICIENCIAS NUTRICIONALES

Lactantes a los/las que se les dio la misma marca de fórmula infantil de soja en Israel durante el 2003 fueron hospitalizados/as en unidades de cuidados intensivos con encefalopatías severas. Dos de ellos/as murieron de cardiomiopatías. Los análisis revelaron que el nivel de tiamina de la fórmula era indetectable. Los/las recién nacidos/as alimentados/as con fórmula de soja que fueron internados/as con síntomas indicativos de deficiencia de tiamina mostraron una rápida mejoría al ser tratados/as con tiamina.¹⁹

MÁS CÁNCER INFANTIL

Se sabe que la falta de lactancia materna aumenta el riesgo de cáncer. Este novedoso estudio encontró un nivel importante de daño genético en lactantes de 9 a 12 meses que no habían sido amamantados/as. Los/las autores/as especulan que el daño genético podría favorecer el desarrollo de cáncer en la infancia o en la vida adulta.²⁰

Foto: EcoArchivo



La lactancia materna fue uno de los principales factores modificables de riesgo de infección respiratoria inferior en niños/as menores de cinco años, según varios estudios...

El Estudio de Cáncer Infantil de Gran Bretaña analizó 3.500 casos de cáncer infantil y su relación con la lactancia materna. Los resultados arrojaron una leve reducción en leucemia y en todos los tipos de cáncer combinados cuando los/las lactantes habían sido "amamantados/as alguna vez".²¹

Un estudio de caso controlado en los Emiratos Árabes Unidos investigó 117 casos de leucemia linfocítica aguda y 117 controles. Encontraron que el período de lactancia materna de los/las lactantes con leucemia fue mucho más corto que el de los controles. Concluyeron que la duración de la lactancia materna por seis meses o más puede proteger contra la leucemia aguda y los linfomas de la infancia.²²

Este análisis sistemático para estudiar la evidencia del efecto de la lactancia materna sobre el riesgo de desarrollar leucemia infantil revisó 111 estudios entre los cuales identificaron 32 artículos idóneos. De éstos, revisaron 10 y encontraron que cuatro contaban con evidencia cualitativa en cuanto a la relación entre lactancia materna y leucemia. En los dos estudios más amplios y de mejor calidad, se asoció a la lactancia materna con una importante reducción del riesgo y en uno de estos estudios, los períodos mayores de lactancia materna reflejaron una mayor protección. Acotan que en los EE.UU. se gastan anualmente cerca de 1.4 mil millones de dólares en el tratamiento de la leucemia infantil.²³

MÁS ENFERMEDADES CRÓNICAS

Un análisis de las prácticas de alimentación infantil y las enfermedades crónicas infantiles revela que existe un riesgo aumentado de diabetes Tipo I, enfermedad celiaca, algunos tipos de cáncer infantil y enfermedad inflamatoria intestinal asociado con la alimentación infantil artificial.²⁴

La enfermedad celiaca puede desencadenarse por una respuesta auto-inmune al exponer a un/una lactante a alimentos que contienen proteínas gluten. Ivarsson y su equipo de investigadores/as observaron los patrones de lactancia materna de 627 niños/as con enfermedad celiaca y de 1.254 niños/as sanos/as para determinar el efecto de la lactancia materna durante el tiempo de introducción de los alimentos que contenían gluten, sobre el resultado del desarrollo de la enfermedad celiaca.

Se reportó una sorprendente reducción del riesgo del 40% en el desarrollo de enfermedad celiaca en niños/as de dos años de edad o menores, en aquéllos/as que eran amamantados/as cuando se introdujo el gluten en su dieta. El efecto resultó ser aún más marcado en lactantes que continuaron siendo amamantados/as cuando se introdujo gluten en su dieta, según apuntaron los/las autores/as.²⁵

Con el fin de determinar el efecto de las prácticas tempranas de alimentación infantil (esto es, el impacto de la lactancia materna *versus* la no lactancia materna; la duración de la lactancia

MÁS ARTRITIS REUMATOIDE UNA ENFERMEDAD COMPLEJA

Se estudiaron los factores de riesgo reproductivos y hormonales en un grupo de 121.700 mujeres que participaron en el Estudio sobre la Salud de las Enfermeras. La lactancia materna por más de 12 meses se relacionó de manera inversa con el desarrollo de artritis reumatoide. Se encontró que el efecto estaba relacionado con la dosificación. Aquéllas que amamantaron durante períodos más cortos presentaban un riesgo mayor.*

* Karlson E W et al. *Do breast-feeding and other reproductive factors influence future risk of rheumatoid arthritis?: Results from the Nurses Health Study.* Arthritis & Rheumatism 50: 3458-3467, 2004

materna; y el efecto de la lactancia materna mientras se introducen alimentos que contienen gluten) en el desarrollo de la enfermedad celiaca (EC), los/las autores/as analizaron la literatura disponible sobre lactancia materna y EC.

Encontraron que los/las niños/as con EC fueron amamantados/as por períodos mucho más cortos. Los/las niños/as que estaban siendo amamantados/as en el momento de reducir el gluten tenían una disminución del riesgo del 52% de desarrollar EC, en comparación con aquellos/as lactantes que no estaban siendo amamantados/as en el momento de la introducción del gluten.

Los/las autores/as plantean dos potenciales mecanismos para el efecto protector. En primer lugar, que la lactancia materna continua restringe las cantidades reales de gluten recibidas. En segundo lugar, que la lactancia materna protege contra las infecciones intestinales. Las infecciones pueden aumentar la permeabilidad intestinal en los lactantes, permitiendo el paso del gluten a la lámina propia. Otros/as han sugerido que la IgA de la leche materna puede reducir la respuesta inmune al gluten ingerido o que puede ocurrir una modulación inmune por los efectos supresores específicos de las células T.²⁶

La enfermedad inflamatoria intestinal y la enfermedad de Crohn son las enfermedades gastrointestinales crónicas más frecuentes entre quienes fueron alimentados/as con fórmula. Un meta-análisis sobre 17 estudios pertinentes apoya la hipótesis de que la lactancia materna está asociada con un menor riesgo de padecer la enfermedad de Crohn y colitis ulcerativa.²⁷

RIESGO AUMENTADO DE DIABETES

Con el fin de establecer el vínculo entre el consumo de leche de vaca (y fórmula infantil con leche de vaca) y el desarrollo de la respuesta de anticuerpos a la proteína de la leche de vaca, investigadores/as italianos/as midieron la respuesta de anticuerpos de 16 lactantes amamantados/as y 12 lactantes alimentados/as con leche de vaca, todos/as menores de cuatro meses. Los/las lactantes alimentados/as con leche de vaca mostraron niveles elevados de anticuerpos a la beta-caseína cuando se les comparó con los/las lactantes amamantados/as. De tal manera, concluyeron que la lactancia materna durante los primeros cuatro meses previene la producción de anticuerpos y podría tener un efecto preventivo sobre el desarrollo de diabetes Tipo I.²⁸

La introducción temprana de fórmula infantil, sólidos y leche de vaca son factores que se ha demostrado que aumentan la incidencia de diabetes Tipo I más adelante. Niños/as suecos/as (517) y lituanos/as (286) con edades entre 0 y 15 años que fueron

diagnosticados/as con diabetes Tipo I se compararon con controles no diabéticos/as. Los resultados revelaron que la lactancia materna exclusiva durante cinco meses y la lactancia materna total por más de siete o nueve meses... protegen contra la diabetes.²⁹

MÁS RIESGO CARDIOVASCULAR

Para confirmar los vínculos entre la nutrición infantil y los riesgos a la salud en la edad adulta, investigadores/as británicos/as tomaron la presión sanguínea a los 13 y 16 años de edad a 216 niños/as que habían nacido prematuramente. En aquéllos/as que habían recibido fórmula infantil de pre-término o fórmula infantil de rutina, la presión sanguínea resultó ser más alta que en aquéllos/as que habían recibido leche materna durante su infancia. Los/las autores/as concluyeron que en niños/as prematuros/as, la lactancia materna baja la presión sanguínea en la edad adulta, conclusión que puede aplicarse también para lactantes a término.³⁰

INFECCIONES GASTROINTESTINALES

Se examinó a 776 lactantes de New Brunswick, Canadá, con el fin de determinar si había alguna relación entre las enfermedades respiratorias y gastrointestinales y la lactancia materna durante los primeros seis meses de vida. Aunque los índices de lactancia materna *exclusiva* fueron bajos, los resultados revelaron un efecto protector importante contra todas las enfermedades durante los primeros seis meses de vida. En los/las que fueron amamantados/as, la incidencia de infecciones gastrointestinales fue 47% menor.

RIESGO AUMENTADO DE MORTALIDAD

Los/las autores/as de este estudio debatieron sobre el impacto global de la lactancia materna en el espaciado de los hijos/as y estimaron que la lactancia materna exclusiva puede conducir a una reducción del 20% en la mortalidad cuando los/las lactantes están espaciados/as al menos dos años.³¹

Thapa S, Short RV, Potts M. *Breast feeding, birth spacing and their effect on child survival.* Nature 335: 679-682, 1988

Preparado por Elisabeth Sterken, BSc MSc nutricionista, INFACCT Canadá/IBFAN Norteamérica, revisado en mayo de 2006. Traducido al español por CEFEMINA-Coordinación Regional IBFAN LAC (cefemina@racsa.co.cr) www.ibfan-alc.org

Todas las notas en www.theecologist.net

RIESGO AUMENTADO DE DIABETES MATERNA LA MADRE TAMBIÉN SE BENEFICIA

La lactancia materna también disminuye el riesgo de la madre de padecer diabetes tipo II en su vida futura. Cuanto mayor sea el período de lactancia materna, menor será la incidencia de diabetes, de acuerdo con este estudio realizado en Harvard. Los/las investigadores/as estudiaron a 83.585 madres del II Estudio sobre la Salud de las Enfermeras (ESE II) y concluyeron que cada año de lactancia materna disminuía el riesgo de diabetes en las madres en un 15%.*

* Stuebe AM, Rich-Edwards JW, Willett WC, Duration of lactation and incidence of type 2 diabetes. JAMA 294: 2601-2610, 2005

ESCUELA

EL LAZO INVISIBLE QUE UNE LA EDUCACIÓN INDÍGENA Y LA NO INDÍGENA

En toda América Latina se promueven iniciativas para que los niños de los pueblos precolombinos tengan garantizado el derecho a una educación adaptada a su forma de ser como medio para garantizar su supervivencia cultural. En la práctica, se constata que es la misma educación que se imparte en la educación general obligatoria, y que también transmiten los padres, en donde es necesario introducir cambios para que las nuevas generaciones de niños no indígenas aprendan a convivir con respeto y cariño hacia los que no son como ellos.

“La educación debe ser un elemento sustancial de la descolonización para terminar con las fronteras étnicas y la sociedad de castas que durante 514 años fue construido por un grupo reducido”. Con esta contundencia se expresaba el pasado 14 de diciembre en el parlamento boliviano el diputado Iván Canelas, vocal de la Comisión de Desarrollo Humano. Su intervención se enmarcaba en una sesión en donde se analizaba la futura Ley de Educación. Las palabras de Canelas reflejan la preocupación que recorre los pueblos indígenas de toda América Latina: sin educación promovida por ellos mismos, orientada hacia su realidad específica, y defendida también por los no indígenas, no hay supervivencia cultural. Los gritos de alerta y las movilizaciones recorren Latinoamérica, desde la Sierra Tarahumara al norte de México, hasta el pueblo Mapuche en Chile y Argentina.

Un reciente estudio llevado a cabo por la Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM) advierte que sólo un 10% de los niños indígenas de este país practica su lengua natal. Asimismo, el trabajo indica que únicamente una de cada cuatro escuelas situadas en zonas rurales imparten educación bilingüe. Las consecuencias de esta realidad son dramáticas. Tal como indica la coordinadora de Educación Intercultural y Bilingüe de la Secretaría de Educación Pública, Sylvia Schmelses del Valle, “dos tercios de las cuarenta lenguas indígenas que se hablan en este país están en peligro de extinción”.

Esta situación es sólo un botón de muestra de lo que ocurre a lo largo y ancho del planeta en donde todavía sobreviven culturas que no han sucumbido al proceso de incorporación de valores de los países industrializados. Sus medidas parecen intentos desesperados para salvaguardar sus legados, en algunos casos milenarios, y que hoy están maltrechos.

MOVILIZACIONES

En Ecuador, el Movimiento Quechua y Campesino de Los Ríos ha pedido al Gobierno que ejecute el proyecto de Educación In-

tercultural Bilingüe. Además, entre las demandas de los movimientos de defensa de los indígenas está el que, cuando los niños aprendan Historia, no se les hable sólo de Pizarro o Colón, sino también de sus antepasados como Atahualpa, Rumiñahui o Quisquis.

En Argentina, el pasado mes de diciembre el Parlamento aprobó la nueva Ley de Educación que, sobre el papel, garantiza el acceso a la educación intercultural bilingüe, para de esta manera garantizar el derecho de los pueblos indígenas a preservar y fortalecer su cultura y su identidad.

En este país también se ha avanzado en otros ámbitos legislativos. El año pasado, el Pueblo Mapuche de Neuquén vio recogidas sus demandas en la constitución de la provincia en donde viven. El artículo 53 de dicho documento se especifica que “la provincia reconoce la preexistencia étnica y cultural de los pueblos indígenas neuquinos como parte inescindible de la identidad e idiosincrasia provincial”. Además, la nueva constitución “garantiza el respeto a su identidad y el derecho a una educación bilingüe e intercultural”.

ESTUDIANTES MAPUCHE RECLAMAN DIÁLOGO

Los pueblos Mapuche de Chile también han dejado oír su voz ante el debate sobre el nuevo modelo de educación. En un comunicado, los estudiantes mapuche dejaron claro su rechazo a la ley debido a que “somete al Pueblo Mapuche y a los demás pueblos indígenas a una identidad que rechazamos, porque nos ha oprimido durante toda su historia y porque somos dueños de una identidad distinta tan legítima como la chilena”. El documento añadía que “no permitiremos que se nos vuelva a imponer una identidad que no nos pertenece”. En este sentido, el comunicado especificaba que “creemos que es el momento de hacer lo que las generaciones pasadas no hicieron: reflexionar y enfrentar un diálogo fraterno entre los miembros del Pueblo Chileno y del Pueblo Mapuche para definir qué tipo de educación recibiremos”.

Probablemente, debido a la escasa eficacia de las medidas que en cada país se han impulsado para salvaguardar sus culturas mi-



Niños tarahumaras resguardándose de la lluvia

lenarias, el problema ha alcanzado el ámbito de las instituciones internacionales. En mayo de 2005, una sesión del Foro Permanente sobre Cuestiones Indígenas de las Naciones Unidas remarcaba la prioridad de proporcionar una mejor educación para los pueblos indígenas, enfatizando la educación bilingüe”.

NO HAY EDUCACIÓN SIN PROTECCIÓN DEL TERRITORIO

En la misma sesión, el Consejo Indio de Sudamérica, ONG con estatus consultivo en las Naciones Unidas, advertía que este objetivo dependía en gran medida del derecho de autodeterminación de los pueblos precolombinos, y puntualizaba que hablar de educación en el ámbito indígena es hablar de transmisión de saber tradicional, “considerando la relación con la Madre Tierra”.

Para muchos expertos y defensores del mundo indígena, cuando el Consejo Indio de Sudamérica habla de la necesidad de preservar la relación vital con la Madre Tierra, toca la piedra angular del problema. Es decir, no hay educación indígena si no hay transmisión de conocimiento tradicional. Y para ello los propios indígenas han de tener derecho a gestionar su propio territorio de acuerdo con su visión del mundo. Dicho de otra manera, las deficiencias de las iniciativas llevadas a cabo en todos los países ponen en evidencia hasta que punto la educación está relacionada con el medio ambiente, la salud y, al final, los derechos humanos.

En este sentido, dentro del reconocimiento legal del Pueblo Mapuche de Neuquén, la nueva constitución, además de garantizar la educación bilingüe, reconoce “la personalidad jurídica de sus comunidades, y la posesión y propiedad comunitaria de las tierras que han ocupado tradicionalmente”. El documento establece que ninguna de estas tierras será enajenable, ni transmisible, ni susceptible de gravámenes o embargos. “Además -añade el documento-, desde el gobierno de la provincia se promoverán acciones para que las comunidades indígenas participen en la gestión de los recursos naturales”. Esta frase no es un añadido sin importancia. En 2004, Repsol-YPF perdió una demanda por 483.000 pesos presentada contra dos comunidades mapuches por incumplimiento de un acta acuerdo. En dicho documento, ambas partes se comprometían a estudiar la contaminación ambiental causada por las actividades hidrocarbúricas en Loma de la Lata, situada dentro de la comunidad indígena.

Demandas semejantes se han oído al otro lado de los Andes. Las Organizaciones Indígenas de Chile/Corporación de Mujeres Mapuche “Aukindo Zomo” reivindicaron en la misma sesión de las Naciones Unidas de mayo de 2005 que, dado que el gobierno chileno no había respetado el derecho a facilitar la educación en lengua mapuche, “debería darse a los pueblos indígenas de Chile su propio territorio”.

De una manera u otra, la llave está, en gran parte, en la relación entre el mundo indígena y el resto del mundo. Para algunos, la pregunta es: ¿Qué interés tiene para el blanco industrializado el hombre indígena y su mundo?; ¿qué valor tiene para los individuos que se mueven por intereses personales y por la economía... todo aquel que no comulga con esta vivencia egoísta y materialista?

EL CORAZÓN DEL PROBLEMA

En el comunicado de los estudiantes mapuches chilenos en que reivindicaban un modelo educativo adaptado a su cultura, se lamentaban de que en la negociación tenían interlocutores que, más allá de no tener autoridad moral, no tenían “ni el corazón para entender nuestras demandas”.

En este sentido Ana Paula Pintado Cortina, antropóloga mexicana que lleva años conviviendo en remotas comunidades Tarahumara de la Sierra Madre Occidental, sitúa el problema de la educación en varios niveles, pero que acaban conduciendo al mismo “corazón” señalado por los estudiantes mapuche.

Las palabras de Ana Paula a *The Ecologist* tienen un interés especial por diversas razones. Primero porque desde hace años pasa largas estancias en una comunidad ubicada en una región remota de la Sierra Tarahumara. En este sentido, conviene recordar que los Tarahumara son los indígenas de todo Centroamérica que más han podido conservar su modo de vida y sus costumbres ancestrales al margen de las influencias de los colonizadores. Por este motivo, las vivencias de esta antropóloga le han permitido, además de aprender la lengua, entender en parte la visión del indígena y establecer lazos con esta realidad que van más allá de lo que serían sus intereses puramente académicos o profesionales. Segundo porque en un país constituido fundamentalmente por mestizos e indígenas, ella es blanca.

Y tercero, porque uno de sus antepasados, Don Luis de Velasco, llegó a ejercer entre 1550 y 1564 de Segundo Virrey de la Nueva España. Entre otras políticas se le responsabiliza de ayudar a los nativos a defenderse frente a los abusos de los propietarios de minas de oro, de liberar a 150.000 esclavos y de abolir el trabajo forzado y el abuso sexual que los españoles ejercían sobre los indígenas a través de la encomienda. De esta manera, el segundo virrey puso en práctica, a pesar de la enérgica oposición de los encomenderos españoles, las Leyes Nuevas, decretadas por Carlos I e inspiradas por Fray Bartolomé de las Casas, y cuyo antecesor en el cargo se negó a poner en práctica. Es decir, que Ana Paula se encuentra absolutamente inmersa en los extremos de las dos realidades que llevan más de cinco siglos en conflicto.

PROGRAMAS EDUCATIVOS QUE NO FUNCIONAN

Para empezar, esta antropóloga reconoce que “ya hay programas especiales para indígenas; otra cosa es que funcionen”. Por ejemplo, para llevar a cabo el programa bilingüe, la Administración fijó un tipo de variante tarahumara. Esto provoca que el léxico que se utiliza no responda a la realidad plural de todas las comunidades *ralámuli* (nombre con el que se denominan también los tarahumara), porque los nombres que se ponen a las cosas varían de una región a otra.

Por otro lado, esta antropóloga remarca que en las aulas los mismos maestros utilizan ejemplos que son válidos para los niños de ciudad de México, pero no para los niños que viven en comunidades rurales o, como en el caso de los tarahumara, en asentamientos aislados. Un ejemplo de esto es que “los niños acaban haciendo oraciones con palabras de cosas que nunca han visto”.

En gran medida, la causa de estos despropósitos está en la misma formación de los maestros, quienes acaban transmitiendo a los niños indígenas lo que se les ha enseñado en sus cursos de formación: que los tarahumara están retrasados y que, por tanto, se les culpabiliza de una forma más o menos sutil de lo que ellos son. Y eso, a pesar de que los mismos maestros son tarahumara.

La otra opción de los niños tarahumara, extrapolable a otros lugares del planeta, está en la educación impartida por los jesuitas. En la realidad que conoce Ana Paula Pintado a los niños se les enseña, entre otras cosas, a bailar sus danzas ancestrales o a elaborar su comida tradicional. En este sentido, Ana Paula Pintado es tajante y enfatiza con firmeza que “hay que dejarse de paternalismos-maternalismos”. Y recuerda que “incluso los niños de tres años, ya saben, por ejemplo, los nombres de todas las plantas. Así que no necesitan a nadie que les enseñe a ser tarahumara”.

Por contra, esta antropóloga indica que en la escuela es absolutamente necesario que enseñen el español. “Tienen que aprenderlo porque van a tener que ir al pueblo o a la ciudad, y allí tendrán que hacerse entender hablando español con los *chabochi* (nombre con el que los tarahumara designan a los no indígenas). El español es una herramienta básica que les da seguridad para vender sus artesanías a un precio justo o para defender su territorio. En definitiva, es una herramienta que les permite enfrentarse al otro mundo”.

LA ESCUELA TRANSMITE EL DESPRECIO AL INDÍGENA

Y es precisamente en ese otro mundo en donde, según Ana Paula Pintado, habría que incidir, comenzando por la educación general que se imparte en las escuelas mexicanas, y por extensión a todas las de Latinoamérica. Según ella, por ahora se va en dirección contraria a cómo tendría que ser. “A los niños mexicanos se les transmite la realidad indígena como algo muy lejano, como una pieza prehispánica que está en un museo”, remarca la antropóloga, y añade que “dentro de esta escala de valores que las escuelas transmiten a los niños, el indígena, como persona, se sitúa lejos de lo que el mexicano es o debe ser”.

En este sentido, la soberbia y la ceguera de los *chabochi* hacia lo que pueden aprender del mundo indígena llega, en algunos casos, a extremos esperpénticos. Así se pone de manifiesto en el informe de la Universidad Nacional Autónoma de México cuando indica que en este país “la formación de los niños carece de una enseñanza sobre el cuidado del medio ambiente”.

Por todo ello, Ana Paula Pintado Cortina sostiene que, a largo plazo, la educación, la supervivencia del mundo indígena, así como de toda la Humanidad, depende de la educación, los valores, las cosmovisiones, que los *chabochi* transmiten a sus hijos. Por ahora, la realidad es que, por ejemplo, todos los niños *chabochi* saben qué es la Fórmula 1 y quién es Fernando Alonso, pero desconocen el impacto ecológico de las actividades de Repsol en Ecuador y otros países, y cómo éstas están afectando a la vida de los seres humanos. Y eso a pesar de que en los países industrializados los padres preparan a sus hijos para vivir en lo que ellos mismos denominan, y creen que es, la sociedad del conocimiento.

Guillermo Caba Serra es periodista



Foto: Paulina Ortega

Familias cultivando en la Sierra Tarahumara

Pruebe AGUA MICROFILTRADA

...NOTARÁ LA DIFERENCIA...

EN CASA, sin tener que desplazarse

!!!OLVÍDESE DEL AGUA EMBOTELLADA!!!

- ✓ Cuide su salud
- ✓ Tratamiento ecológico, alternativa segura y cómoda
- ✓ Dispondrá de AGUA PURA, LIBRE DE CONTAMINANTES Y DE MALOS SABORES, PARA COCINAR Y BEBER
- ✓ AHORRE TIEMPO Y DINERO



TRATAMIENTO NATURAL DEL AGUA
Catalización, filtración, y purificación

c/Afores s/n - Sant Feliu de Buixalleu - 17451 Girona
TEL.: 972 87 40 26 - email: agua@aguanatural.com
Visítenos en Internet: <http://www.aguanatural.com>
SOMOS ESPECIALISTAS EN TRATAMIENTO NATURAL DEL AGUA

Consúltenos, le ofreceremos información completa del sistema

RECETAS DE ANTIDEPRESIVOS A NIÑOS Y ADOLESCENTES

FÁRMACOS Y TENDENCIAS SUICIDAS

HIPNOSIS CLÍNICA: ¿ALTERNATIVA A LOS ANTIDEPRESIVOS?

El consumo de antidepresivos es asociado al brote de tendencias suicidas en niños y adolescentes. El tema es muy, muy serio. El problema de origen hay que buscarlo en una sociedad que ha perdido el rumbo total y absolutamente. Joaquín Albaicín nos lo explica.

Los montañeses nepalíes no se deprimen. Ni los tuaregs. La depresión es pandemia característica del Occidente contemporáneo y su civilización. Pero es también enfermedad de adultos. ¿Por qué aumenta, pues, la ingesta de antidepresivos por niños? Es más: ¿por qué un solo niño se lleva a la boca un antidepresivo? A los siete años, nadie se queda sin trabajo. Nadie a tan terne edad llora la decisión de abortar de su novia. Tampoco hablamos del niño nacido en un ambiente marginal muy degradado que espanta de una pedrada a las ratas para hacerse con un tubo de pegamento que llevarse a la nariz. De hecho, los niños de los parias no toman antidepresivos. Los toman los de las clases media y alta. Así, leíamos sólo unos días atrás que, según un estudio de la Unidad de Psicopatología de la Infancia del Departamento de Psicología de la Universidad Autónoma de Barcelona realizado en noviembre de 2006, entre un 32,7% y un 46,7% de los niños de preescolar, de edades comprendidas entre los tres y los cinco años, “muestran síntomas de trastornos emocionales o conductuales”. Hablamos de casi la mitad de los niños objeto del informe.

“QUE NO INCORDIEN”

La lectura de la noticia nos recordó un secreto a voces que, hace dos o tres primaveras, nos era relatado en Pennsylvania durante una sobremesa: numerosos matrimonios en los que ambos cónyuges trabajan piden al médico de cabecera que dé a los niños “hiperactivos” algo que les “tranquilece”, para que no incordien. Uno bien podría preguntarse qué se considera “hiperactividad”, por ejemplo, en una ciudad como Madrid, donde los únicos niños a quienes al caer la noche se ve jugar a la pelota en la calle son hijos de inmigrantes. ¿Es jugar a la pelota en la calle obligando a los padres a abandonar periódicamente la televisión para cerciorarse de que sus hijos están bien, un síntoma de “hiperactividad” infantil? Así parecen considerarlo muchos progenitores occidentales, obsesionados con el trabajo y el “ocio adulto”. Y, aunque sea obvio que apreciaciones como estas no pueden esgrimirse como referencia científica, se han registrado las suficientes situaciones críticas asociadas a manifiestas ligerezas médicas en el recetado de tabletas “sedantes” como para que se reflexione sobre la más que probable relación de unas con otras y, sobre todo, empiece por doquier a recomendarse alertar en el etiquetado sobre los riesgos del suministro a menores de productos cargados de sustancias altamente adictivas, que sólo empiezan a mostrarse algo eficaces tras al menos seis semanas de tratamiento.

Porque, se diga lo que se diga, no es cierto que las etiquetas no las lea nadie...

De hecho, la creciente alarma social suscitó hace no mucho una declaración como la del doctor Robert Temple, director de la Administración para Alimentos y Medicamentos de los Estados Unidos, vinculando por primera vez de modo directo la medicación con antidepresivos con el brote de impulsos suicidas en niños y adolescentes. Es un diagnóstico que invita a la cavilación en un país en el que el uso de la paroxetina por menores de cinco años crece alrededor de un 10% anual y se estima que cinco millones de escolares engullen a diario Prozac, cuyas ventas aumentaron entre 1995 y 1998 en un 580%. Por idénticas razones, el gobierno del Reino Unido prohibió hace dos años la indicación de Seroxat a menores, medida a la que se ha sumado el Departamento de Salud desacon-



Ilustración: P. M.

Según muchos científicos, se receta mucho más Prozac a niños de lo que debería hacerse... En la jugada, una compañía farmacéutica se llena los bolsillos a costa del peligro ajeno...

sejando el recetado a éstos de los llamados Inhibidores de la Reabsorción de la Serotonina (ISRS), que incluyen medicamentos como Paxil, Prozac y Zoloff (en España, Besitrán).

El comunicado de Temple venía, entre otras cosas, a confirmar lo advertido por estudios como los publicados en *The Lancet* o *British Medical Journal*. Un grupo de expertos de Australia revisó, por su parte, seis dictámenes competentes sobre el tema, concluyendo que sus autores habían minimizado los efectos negativos y enfatizado los benéficos. ¿Razón? Los seis fueron financiados por las compañías fabricantes de los fármacos investigados. Es práctica muchas veces constatada también en el campo de los alimentos transgénicos, donde multinacionales como Monsanto han puesto en circulación informes extremadamente tendenciosos.

Sólo existe hoy, en los Estados Unidos, un antidepresivo cuyo consumo por menores esté formalmente aprobado: Prozac. En cuanto a España, la Agencia Española de Medicamentos y Productos Sanitarios, dependiente del Ministerio de Sanidad, no autoriza el recetado de ISRS a niños, pero... Al igual que en los Estados Unidos, tampoco existe una prohibición expresa, vacío legal que deja un amplio y peligroso margen de acción a galenos inclinados a complacer a los padres justificando su receta en base a síntomas superficiales o no exclusivos de esta enfermedad.

LA HIPNOSIS: ¿UNA ALTERNATIVA?

Cosa grave, que el habla de la calle pueda invadir hasta ese extremo el vocabulario deontológico, pues hablar de depresión es poner sobre la mesa un mal muy serio. La realidad así designada en los tratados médicos nada tiene que ver con la acepción coloquial del vocablo, alusiva a estados de ánimo insatisfactorios que líneas 906, agentes de viajes y relaciones públicas de firmas de licor aconsejan combatir con sexo, bronceado o barras libres. La cruel realidad es que, incluso en el ámbito de la medicina profesional, no siempre lo diagnosticado como depresión lo es. De hecho, como explica el doctor Ángel Mateo: "Debe distinguirse la conducta propiamente suicida de la mera manifestación de una señal de alarma por sentirse el niño abandonado y sin atención, o, en otros casos, tentado de infligir una especie de castigo a sus mayores por la frustración que padece. Es una barbaridad dar tranquilizantes a niños que sólo reclaman atención y cariño. En tales casos, es la autoestima, no la depresión, la base del proceso. La ansiedad conlleva un sentimiento depresivo, pero que no es exactamente la depresión. Medica a estos niños con drogas -'lícitas' o 'ilícitas'- es fabricar drogodependientes y seres sin objetivos, sin concentración, con fobia social...."

El doctor Mateo practica e imparte hipnosis, una disciplina cuyos logros sólo se embracilaban hasta hace bien poco a los de funambulistas y tragasables y que hoy echa su cuarto a espadas en el debate. En paralelo, procedería citar como figura cimera del movimiento que propone las "vidas pasadas" como raíz de la depresión a Brian Weiss, catedrático de Psicofarmacología y Psiquiatría Biológica. Mateo, que ejerce en una línea menos "ideológica" -si vale la expresión- desde su centro de Valencia, ha tratado con buenos resultados a adolescentes de entre trece y dieciocho años, víctimas de los abusos de sus padres adoptivos, "que en los niños suelen deparar estrés post-traumático y, en niñas, casi siempre desencadenan la anorexia-bulimia, enfermedad que nada tiene que ver, como se dice, con la moda ni cosas por el estilo".

¿Se perfila la hipnosis clínica como alternativa a la cura con antidepresivos? El argumento central del doctor Mateo es que el mal puede ser extirpado mediante pastillas, pero en el transcur-

so de un proceso que se prolonga por años... el medicamento suele revelarse arma más paliativa que sanadora. Y no es el único pero a considerar: "Muchos de estos fármacos contienen productos que nuestro cuerpo fabrica, como la serotonina en la glándula suprarrenal. Al ser ingeridos por vía oral y con tratamientos necesariamente largos, la glándula productora tiende a inhibirse, y sólo se puede regenerar por medios psicológicos, no fisiológicos. Por ello, sólo entiendo la ingestión de antidepresivos combinada con terapia o aplicada a pacientes no tratables por otros medios, como bipolares y esquizofrénicos, cuya patología contiene importantes elementos genéticos".

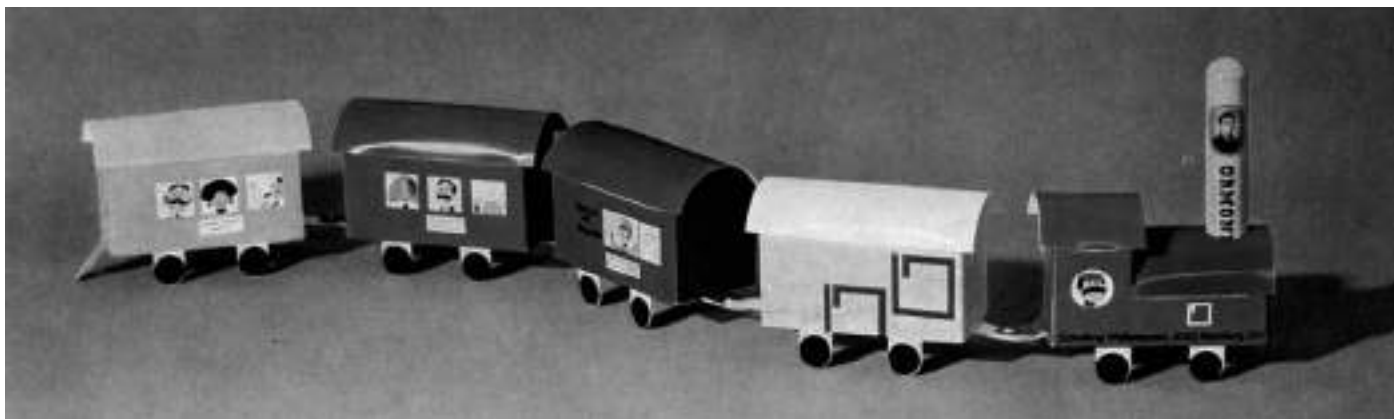
NIÑOS NO ATENDIDOS

Vivimos en una época en que el trabajo de la mujer es considerado intocable, pináculo de la escala de valores. ¿Es el modelo de pareja aceptado como políticamente correcto culpable del descuido sufrido por la infancia y la subsiguiente caída de menores en traumas depresivos? No lo cree así el doctor Mateo: "Es casi imposible que estos niños tengan depresión. El actual modelo de pareja genera tipos como los descritos, pero porque facilita a la



Ilustración: P. M.

El consumo de determinados antidepresivos en niños puede tener consecuencias desastrosas, sobre todo se recetan sin que exista una causa determinada...



Según el doctor Ángel Mateo: "Debe distinguirse la conducta propiamente suicida de la mera manifestación de una señal de alarma por sentirse el niño abandonado y sin atención, o, en otros casos, tentado de infligir una especie de castigo a sus mayores por la frustración que padece"

ansiedad su trabajo demoledor. La depresión infantil sólo se comprende, como trato de explicar, por el genetismo de los padres. Puedo ver cada día en la clínica ansiedades de origen mucho menos complicado. La falta de atención, que el niño se sienta no correspondido, basta para generar personas inseguras, ansiosas cuando menos. El sentimiento depresivo va siempre unido a estos estados. Y he comprobado cómo personas educadas con extrema rigidez 'producen' individuos con idénticos síntomas -carencia de objetivos, dificultades de concentración, inseguridad extrema, fuerte ansiedad, fobias.- que las educadas con total liberalidad y despreocupación".

No parece, en suma, descabellado que un arte que opera sin intermediarios sobre la psique, es decir, sobre el plano en el

que se incuban las obsesiones, aversiones y demás grietas anímicas, atesore alguna semilla salvífica que dejar caer en este campo de minas. Lo decimos, desde luego, con la distancia lógica a adoptar por el lego en ciertas cuestiones y teniendo en mente la pertinencia de tomar las necesarias precauciones a fin de no afectar a "mecanismos" sobre cuya naturaleza el hombre moderno, seguramente, no alberga el menor conocimiento.

Joaquín Albaicín es escritor, conferenciante y cronista de la vida artística, autor de *La serpiente terrenal* (Anagrama), *En pos del Sol: los gitanos en la historia, el mito y la leyenda* (Obelisco) y *Gitanos en el ruedo* (Espasa Calpe), entre otras obras.

¿QUÉ DEBERÍA USTED SABER...

SI LE RECETAN UN ANTIDEPRESIVO A SU HIJO?

Cuando se le prescriba un antidepresivo a su hijo, los padres/madres o tutores deben tener presentes cuatro cosas importantes:

1. Que su hijo se encuentra en riesgo de pensamientos o acciones suicidas.
2. Deben buscar la forma de evitar los pensamientos o acciones suicidas en su hijo.
3. Deben estar atentos a la posible aparición de ciertos signos si su hijo está tomando un antidepresivo.
4. Ser conscientes de que el uso de antidepresivos está asociado con beneficios y riesgos.

1. Que su hijo se encuentra en riesgo de pensamientos o acciones suicidas

Algunas veces, los niños y adolescentes piensan en el suicidio, y muchos reportan haber tratado de matarse. Los antidepresivos aumentan los pensamientos y las acciones suicidas en algunos niños y adolescentes. Pero la ideación y las acciones suicidas también pueden ser causadas por la depresión, una afección médica grave que es tratada comúnmente con antidepresivos. Pensar en matarse o tratar de hacerlo se llama *suicidalidad* o *tener una tendencia suicida*. Un estudio a gran escala combinó los resultados de 24 diferentes estudios de niños y adolescentes con depresión u otras

enfermedades. En estos estudios, los pacientes tomaron ya fuese un placebo (una píldora de azúcar) o un antidepresivo durante 1 a 4 meses. Nadie cometió suicidio en estos estudios, pero algunos pacientes exhibieron ideación o conducta suicida. De los pacientes tratados con píldoras de azúcar, 2 de cada 100 exhibieron ideación o conducta suicida. De los tratados con antidepresivos, 4 de cada 100 exhibieron ideación o conducta suicida.

Para algunos niños y adolescentes, los riesgos de acciones suicidas pueden ser especialmente altos.

Entre éstos figuran pacientes con:

- Enfermedad bipolar (algunas veces llamada enfermedad maniacodepresiva)
- Historia familiar de enfermedad bipolar
- Historia personal o familiar de intentos de suicidio

Si se presenta cualquiera de estos factores, asegúrese de informarlo a su proveedor de atención de la salud antes que su hijo tome un antidepresivo.

Esta Guía de Medicación ha sido aprobada por la Administración de Alimentos y Fármacos de los Estados Unidos, para todos los antidepresivos.

W10509P002-SPANISH - Rev 01/05

EL NEGOCIO SUCIO DE NOVARTIS UN POCO DE RITALINE EN EL BIBERÓN...

¿Es necesario prescribir tanto Ritaline como se hace, al menos en Estados Unidos?

Pues va a ser que no. ¿El fenómeno puede extrapolarse a otros países?

Desgraciadamente, sí. ¿A quién interesa todo esto? A una sociedad sin rumbo y, sobre todo, a Novartis.

Niños Ritaline, niños hiperactivos, niños Indigo, niños de cristal... Niños descalificados, etiquetados, marginalizados y medicalizados... Arrastrados, a veces, desde una muy temprana edad, de psicólogo en psiquiatra, por unos padres que a menudo no han asumido y asimilado sus propios conflictos y que están desesperados de tanta rebeldía y energía difíciles de canalizar. Son presos de una sociedad en la cual la competitividad, la producción y el consumo acaban por vaciar de sentido su propia existencia. Una sociedad que nos sirve, hasta la náusea, modelos de barbarie sabihonda, desprovista de sentido crítico y que se basa en el superego, la hazaña, el egoísmo y la subordinación sacrificadora del "individuo social y solidario" a la dimensión económica planetaria, en beneficio propio de algunos privilegiados. Entonces, ¿cómo extrañarse cuando unos padres oprimidos por todos los ingredientes que hacen que su vida se convierta en una mera "existencia"... no den vida a niños hiperactivos, sino a niños hiperactivados? ¿De qué extrañarse cuando tres de cada cuatro padres encuentran a su prole "muy difíciles de manejar", "testarudos, irascibles, nerviosos, llorones e hiperactivos."¹ siendo ellos mismos los que aceptan sin preguntas, y con cierta indiferencia, que sus hijos sean adiestrados desde la cuna, primero merced al *establishment medical* y sus exigencias impuestas y después a través de la educación escolar que les convierte en máquinas dóciles de producir y consumir?

¿INEXPLICABLES LLANTOS?

Hemos llegado a un tal punto de locura... que dentro de poco se añadirán unas gotas de Ritaline en los biberones de los recién nacidos para calmar sus "inexplicables" llantos y, ¿por qué no?, un poco de Ritaline para los embriones. Esto es lo que desvela una investigación reciente,² a cargo de la Universidad del Estado de Michigan, que diagnosticó hiperactividad en 223 bebés y niños menores de tres años y se les sometió a un seguimiento psicológico y a un cóctel de psicotrópicos del cual se desconocía la real eficacia y las consecuencias sobre el desarrollo ulterior de estos niños. Según el Dr. Claude Jolicoeur,³ un pediatra canadiense especializado en psiquiatría infantil, "no hay nada que temer". La hiperactividad puede detectarse con precocidad, ya que se expresa a través de comportamientos muy claros: "Un bebé hiperactivo es un bebé que repentinamente se pone a andar y a

correr sin motivo, a trepar sobre todo. A los dos años, se despierta por la noche cada dos por tres y además odia ser pillado en el momento de su diablura"... Sin embargo, añade este médico, para ser válido, el diagnóstico exige que el niño haya sido expuesto y sometido, durante un cierto tiempo, a diferentes coacciones. Así, el diagnóstico precoz del ADHD encuentra su justificación en la socialización temprana del niño, por lo cual se multiplican los casos y su consecuente medicalización con psicoestimulantes. No obstante, ¿cuáles son los criterios para prescribir semejantes fármacos? Es más: ¿Qué edad es la adecuada? Según el Dr. Jolicoeur, a veces "antes de los tres años en los casos extremos"; es decir... "si el niño pone en peligro su vida o la vida de los demás, si es maltratado en casa a consecuencia de su comportamiento, si es una pequeña arpía a punto de provocar un divorcio... Tengo dos opciones: llamar a los servicios de protección infantil y por tanto destruir el núcleo familiar o darle un



Ilustración: P. M.

medicamento...". ¡Estamos soñando despiertos! No hay de qué sorprenderse, si después esto da pie a una perversa trilogía: "Niño culpable, niño juzgado, condenado y medicalizado".

¿QUÉ ESTÁ PASANDO?

Frente a una parafernalia de modelos biológicos, psicológicos y sociales, que conjuran, tecnifican, ritualizan la "conducta", anormal o no, de estos niños, con nuevos ceremoniales, de los más variados, en los cuales el saber se convierte en poder, hay evidencias tan sobresalientes, que se eluden sin más. Así, por ejemplo:⁴

- Las clases superpobladas
- Los aburridos programas escolares, que debemos engullir como loros con el fin de tener la oportunidad de convertirnos en ovejas productivas y que nos impiden sutilmente aprender a pensar por nosotros mismos y soñar para nosotros mismos
- El sistema escolar que exige estar sentados durante horas, en una edad en la cual el descubrimiento y la exploración del mundo exigirían, por el contrario y a gritos, andar, patear, correr, bailar, trepar, etc.
- La narcosis embrutecedora de la televisión
- La dimisión de los padres que delegan su papel afectivo y educativo a la escuela, convirtiéndola en guardería
- Y todos estos supuestos adultos que "caen en barullo y de culo" cuando descubren con estupor las borracheras de fines de semanas de su progenitura... Estos mismos adultos que, hartos, no reparan en suspirar un "¡otra vez!" cuando un pequeño de África, deformado por el hambre, va a parar, entre silencio y cena, a su sopa televisiva y caritativamente informativa.

MÁS ENFERMEDADES MÁS TEMPRANAS

Todo eso sin hablar de las cifras alarmantes que siguen aumentando en cuanto a las enfermedades que, cada vez más, afectan a niños en edades tempranas, como es el caso de la diabetes juvenil, de

las alergias, del asma, de la enfermedad de Crohn, de las enfermedades autoinmunes, del autismo o de la muerte súbita del recién nacido, entre otras. Estas "enfermedades emergentes", cuyo incremento llama esporádicamente la atención médica y la de la opinión pública, no hacen correr tanta tinta como el ADHD. Tal vez porque lo que se diagnostica con tanta facilidad "hiperactividad infantil", como si se tratara de una epidemia, molesta más a nuestra sociedad, ya que perturba el equilibrio normativo del grupo social y hace pedazos los modelos a los cuales se aferra su fragilidad.⁵

Después de la renovación del concepto de la inestabilidad infantil por hiperactividad infantil, mientras que su etiología seguía siendo multifactorial y bastante especulativa y aunque se tiende hacia un tratamiento uniforme cualquiera que sea el niño, su sintomatología ha encontrado una unanimidad mediante su estandarización. Antes de que el interés del niño desapareciera en una lógica de mercado, es absorbido por la necesidad del paradigma médico, de establecer criterios de diagnóstico sistematizados, con el fin de homogeneizar los datos clínicos. Hace tres décadas Virginia Douglas,⁶ una investigadora canadiense, postuló que el déficit de atención y la impulsividad eran más llamativos que la propia hiperactividad. Sus investigaciones influyeron en la posterior clasificación graduada en criterios sintomatológicos, establecida por la Asociación Americana de Psiquiatría, lo que ha dado lugar al Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales (DSM-IV, última revisión).

En noviembre de 1998, después de 30 años de tanteos, investigaciones y experimentos, el texto final de la Conferencia de Consenso acerca de la hiperactividad infantil con o sin déficit de atención (ADHD), del National Institute of Health (N.I.H., EE.UU.), llegó a la conclusión sin equívoco: "Finalmente, después de consagrar muchos años a la investigación clínica del ADHD, nuestro conocimiento acerca de la causa o de las causas de ésta... es ampliamente especulativo. Por lo tanto, no disponemos de estrategias válidas en cuanto a su prevención."⁷ Así, después de hacer un diagnóstico esencialmente conductista basado en unos criterios estandarizados, a veces empapados de subjetividad, la propuesta terapéutica para "tratar" a estos niños demasiado "oposicionistas y rebeldes"... se queda en la medicalización con psicoestimulantes. Por lo tanto, se apaga desde los tres hasta los doce años cualquier posibilidad de resiliencia para estos niños, es decir una oportunidad para justamente resistir a los acondicionamientos impuestos.

EL BAILE DE LOS PSICOESTIMULANTES

Entre los diferentes medicamentos psicoestimulantes que se utilizan "normalmente" para tratar el ADHD se incluyen los siguientes:

- D. L – anfetamina (Adderal [una combinación de anfetaminas con dextroanfetaminas], Benzedrina, Bifetamina),
- Metanfetamina (Desoxyn),
- D – anfetamina o dextroanfetamina (Dexedrina),
- Metilfenidato (Ritaline, Metadate, Concerta, que es una forma de liberación prolongada del metilfenidato),
- Pemolina (Cylert, no pertenece a la familia de las anfetaminas).

Los más utilizados son el Metilfenidato, el famoso y controvertido Ritaline (que constituye más del 90% de las prescripciones en los EE.UU.⁸), la Dextroanfetamina (que pertenece a la llamada lista II,⁹) y la Pemolina. La Administración Federal de Reglamentación de Fármacos estadounidense (FDA) coloca al Metilfenidato en la misma clase de drogas que la morfina, con



Ilustración: P. M.

Algunos fármacos suministrados prematuramente pueden crear adicciones en la edad adulta de los consumidores...

aplicación médica legítima, aunque posea un alto potencial de causar drogodependencia.

Tal como su nombre sugiere, los psicoestimulantes pertenecen a una clase de fármacos que tienen por objeto intensificar la actividad cerebral, es decir que ocasionan un aumento en la agudeza mental, la atención y la energía. Se clasifican en: cocaína, alucinógenos de origen natural y sintético, anfetaminas y metanfetaminas. No obstante, los *Big Pharma* no pueden ignorar que venden principios activos de sustancias estimulantes adictivas. Una semejante medicalización en masa con fármacos "institucionalizados" podrían estar relacionados con la búsqueda del acatamiento total del orden social vigente, así como lo señala Enrique González Duro: "Hacen dóciles a sus usuarios con respecto a las normas y valores impuestos por la ideología dominante... (...)... No en vano se han utilizado en tratamientos correctivos de delinquentes y de niños difíciles e inadaptados. Por lo tanto, se podría preguntar si, bajo su lema terapéutico, esta medicalización forzada y masiva no esconde otros propósitos menos gloriosos, de control de las poblaciones, ya que actúan como verdaderas camisas de fuerza química".¹⁰

EL RITALINE... UN TODOTERRENO

¿Qué ocurre con el Ritaline? Se trata de un derivado de las anfetaminas, el metilfenidato. Está químicamente emparentado con éstas y funcionalmente con la cocaína, clasificada como narcótico. Dicho de otro modo, tiene una estructura molecular afín a la primera, pero actúa sobre el cerebro, con mecanismos similares a los de la segunda. Fue sintetizado por primera vez en Suiza en 1944 por el Dr. Leandro Panizzon y lanzado al mercado en 1954, como psicotónico, tal como lo alababa la publicidad del laboratorio Ciba: "De acción suave, reconforta y estimula". No sólo trataba la fatigabilidad o los estados depresivos, sino que ayudaba a los convalecientes a recobrar la salud; y a las personas sanas, a borrar los efectos de "una noche pasada en blanco", ya que, siendo "estimulante, mejora el estado de ánimo y aumenta los resultados". Utilizado como antidepresivo y anorexígeno, era citado por el Dr. Hermann Römpf (1961) en su libro *Chimische Zaubertränke* como tónico, en el mismo saco de la cafeína, de la jalea real o de la lecitina.¹¹ En un informe reciente, la ONU subrayó tanto el sobrediagnóstico en los trastornos de la atención como el empleo ilícito de Ritaline¹² que numerosas personas utilizan como euforizante barato ("ice"). De hecho, el metilfenidato, principio activo del Ritaline, es una sustancia "todo terreno". Se prescribe bien como medicamento principal o de apoyo, en el tratamiento de la narcolepsia, la depresión en los ancianos, la demencia senil, la enfermedad de Alzheimer, la fibromialgia, el síndrome de fatiga crónica, la impaciencia de los miembros, los dolores secundarios en los cánceres, los síncope, los traumatismos craneales, los *shocks* post-anestésicos o bien después de un trasplante de órgano, además de que su ingesta facilita el "desenchufe" de los aparatos respiratorios en las unidades de vigilancia intensiva (UVI) y, claro está, también en la hiperactividad infantil con o sin déficit de atención.

REMEDIO ESTÁNDAR PARA UNA HIPERACTIVIDAD EN BOGA

De tónico suave en los años 50, el Ritaline se ha convertido, desde el principio de los años 90, en el psicoestimulante de predilección en el tratamiento del ADHD. ¿Casualidad, crudeza de un mercado artificialmente creado o eficacia real del metilfenidato? Nunca los psicoestimulantes como el Ritaline habían sido tan estudiados y evaluados como en las últimas décadas. Desafortunadamente, si se conocen relativamente bien sus efectos a corto plazo, no existen estudios sobre sus efectos a largo plazo. Por



Algunos fármacos se utilizan como "euforizantes baratos" para niños...

ejemplo, actualmente nadie es capaz de decir si el hecho de tomar sin interrupción el Ritaline desde la edad de cinco hasta los quince años... puede conllevar o no un efecto en cuanto al desarrollo del cerebro. Los efectos adversos a largo plazo son sencillamente desconocidos.¹³ También existen numerosas controversias en cuanto a su mecanismo de acción: unos le atribuyen la habilidad de actuar sobre los transportadores de la dopamina, efecto similar a lo que produce la cocaína, mientras otros piensan que su acción se ejerce sobre la serotonina.

¿RITALINE VS COCAÍNA SUAVE?

Otra investigación, llevada a cabo por el equipo de la Dra. Volkow, evidenció no sólo la semejanza entre metilfenidato y cocaína, sino que no era una sustancia anodina. En su artículo, *Cuidado, el Ritaline actúa como la cocaína*,¹⁴ la Dra. Volkow subraya: "Me he obsesionado para entender cómo funciona el metilfenidato. Siendo psiquiatra, a veces me he sentido avergonzada por la falta de conocimiento acerca de este fármaco, que se prescribe con más frecuencia a los niños. Nos hemos quedado boquiabiertas, no esperábamos esto... En vez de desvelarse un inhibidor menos potente que la cocaína, el metilfenidato es más potente". Normalmente, una dosis de 0,5mg/Kg es suficiente para bloquear el 70% de los transportadores de la dopamina. "Los hechos -añade la Dra- demuestran claramente que afirmar que el Ritaline es un estimulante de fuerza débil es totalmente incorrecto". Sin embargo, lo que diferencia el Ritaline -siempre y cuando se tome por vía oral- de la cocaína, inhalada o inyectada, es el tiempo que necesita el organismo para absorberlo: "Es la velocidad a la cual aumentan los niveles de la dopamina lo que constituye la llave del proceso adictivo de la drogodependencia".

Investigadores de la Universidad de Búfalo¹⁵ han demostrado que “el metilfenidato, forma genérica del Ritaline, puede provocar cambios en la función cerebral que perduran después de que el efecto terapéutico haya desaparecido. Ocurre de modo similar a lo que ocurre con otras drogas estimulantes como las anfetaminas o la cocaína”, se señala en un aserto de Joan Baizer, profesor de Fisiología y Biofísica, responsable del estudio. Pero los peligros de las anfetaminas no se limitan a la drogodependencia, las lesiones cerebrales y los problemas de atención y de memoria. Según se ha dado a conocer, también puede provocar problemas de corazón y otros daños fisiológicos, como favorecer el cáncer de hígado, aunque las investigaciones se limitaron a averiguarlo en ratas”.¹⁶

EFECTOS SECUNDARIOS

La discrepancia se acentúa aún más en cuanto a los efectos secundarios¹⁷ que suman 43, según Novartis. Sin embargo, para la opinión pública pasan de casi inexistentes a severos, para quedarse en una normalidad aceptable por todos: “Son leves y desaparecen rápidamente”. Además de una contradicción flagrante, entre el diagnóstico del ADHD, basado en una lista de comportamientos que conduce a un tratamiento etiológico bioquímico, no se tiene en cuenta la susceptibilidad peculiar de cada niño. Generalmente, no se practica analítica en cuanto a la tasa de dopamina antes de la prescripción y aún menos se considera la especificidad biopsíquica del pequeño paciente. Tal vez, porque esta actitud supondría poner en cuestión la supuesta coherencia sistemática de una terapéutica generalizada. Por lo tanto, los que no reaccionan a esta panacea... emprenderán un nuevo camino con otros fármacos en su mochila. Y no hablemos de los médicos que prescriben este fármaco a niños menores de seis años de edad, aun cuando esto constituye una contraindicación indicada por el fabricante, por el mero motivo de que “su eficacia e inocuidad no han sido establecidas en niños de esta edad”. Quizás los siete años, la famosa *edad de razón*, marcan toda la diferencia.

Al mismo tiempo que esta explosión de trastornos mentales, el negocio de los *Big Pharma* también ha explotado y no sólo en beneficio de Novartis, fabricante del Ritaline. Tanto esta compañía farmacéutica como otras se proponen introducir nuevos fármacos en las escuelas como el Prozac (fluoxetina) o el Luvox (fluvoxamine), que acaban de ser aprobados por la FDA para su uso en pediatría. Ambos tienen casi las mismas indicaciones, la depresión y la conducta obsesiva compulsiva (OCD). Así lo dice con cierto humor¹⁸ el alto cargo de la DEA, Gene Aislip: “Las cifras del consumo mundial de Ritaline dan a pensar que el agua o el aire de América del Norte contienen algo muy especial, ya que somos los principales en sufrir de esta extraña enfermedad (5 veces más que en el resto de países). No se puede negar que existen verdaderos casos. Sin embargo, las estadísticas nos enseñan que la cantidad de prescripciones de Ritaline es mayor a lo que terapéuticamente hablando es necesario. Lo que ocurre está totalmente fuera de razón y sobrepasa la imaginación”.

“LA COCA DE LOS PEQUES”

En otras palabras, esta institución que regula y controla las sustancias listadas por el Controlled Substance Act¹⁹ estipula que el Ritaline posee, como cualquier otra anfetamina de la lista II, el mismo potencial de provocar efectos adversos de un grado variable y de desarrollar conductas adictivas cuando se abusa de su consumo, aunque sea dentro del marco legal. “Estos fár-

macos han sido demasiado promocionados y demasiado alabados por numerosas campañas de publicidad y marketing. Sus ventas han resultado ser descomunales. Todo esto ha permitido hacer unos beneficios anuales de 450 millones de dólares. Esta actitud representa una amenaza en cuanto al estado de salud de muchos niños... Los datos nos enseñan que hay un incremento del 1.000% en cuanto a los informes de trastornos de salud por consumo abusivo de metilfenidato en niños, entre 10 y 14 años de edad... (...) ... Los padres deben entender que se trata de una sustancia muy potente, adictiva y de la cual se puede fácilmente abusar... (...) ... Desafortunadamente, existe un sinfín de literatura y de promoción de este fármaco que en estos últimos años ha ignorado, no ha querido o sabido evaluar su potencia ni los efectos que conlleva el consumo abusivo de Ritaline... (...) ... En nuestro país, tenemos la particularidad de habernos vuelto el único estado del mundo en el cual se prescribe en grandes cantidades diferentes estimulantes que poseen virtualmente todas las mismas propiedades que la cocaína.”²⁰ Como siempre, se va a lo más fácil y se prescriben comprimidos de psicoestimulantes, la “coca de los peques”, que no tratan nada sino que hacen la vida más liviana para todos, niños incluidos.

Así, se reduce la hiperactividad infantil a un desequilibrio bioquímico, ya que la ciencia ha legislado que la mente humana no es más que una construcción mecánica compleja con millares de neuronas sin espiritualidad. Se niega con demasiada facilidad que el problema de la hiperactividad infantil también es el fruto de lo que el mundo adulto y la sociedad han creado y sembrado desde hace años, fruto que desafortunadamente recogerán y recogerán las generaciones presentes y venideras. Es olvidar con bastante ligereza que los verdaderos cambios que deberían guiar nuestras vidas no empiezan en la atmósfera confinada de los laboratorios o bajo un microscopio. Es implícitamente rendirse sin preguntar a los ritos de esta nueva religión “Razón”, que se nos insinúa por todas partes. Es reconocer que, a consecuencia de nuestra desesperación y de nuestro desencanto, estamos preparados para aceptar otra dictadura, la de la ciencia. El sendero de la sabiduría novedosa corre desde los Estados Unidos hacia el corazón del mundo. Después de la Segunda Guerra Mundial, se abrieron nuevos mercados en nuestras mentes. Desde el “blue-jeans” y el “chewing gum” antes de la Coca-cola, Mac Do y otras mercancías supuestamente culturales, aceptamos como *fórmula sagrada* el “made in USA”...

Mientras, la hiperactividad infantil con o sin déficit de atención... quizás no es más que la llamada desesperada de unos niños que buscan una oportunidad para salir del encarcelamiento materialista, sin nobleza ni grandeza, que les legamos día tras día, entre Viagra, Prozac y píldora Seasonal...

Texto que resume las tesis del libro Un poco de Ritaline en el biberón... Hiperactividad infantil, entre mito y realidad, de Robert Pimenta y Catherine Ardin, editado por El Sanador Herido, 2006, disponible en papel y ebook en www.lulu.com.

El resumen ha corrido a cargo de los propios autores. También han publicado Locura y Sabiduría Nutricionales - La cara oculta de las vacunas... Historia de un mito (2 vols) en Maternidad Consciente. La última parte de este libro está consagrada al tratamiento homeopático de la hiperactividad infantil.

Todas las notas en www.theecologist.net

INFORME ASPARTAMO

UN EDULCORANTE MUY AGRIO

El aspartamo es el aditivo artificial más polémico de la historia de la alimentación. Los datos más recientes lo relacionan con la leucemia y el linfoma, y han echado leña al fuego a las continuas protestas de médicos, científicos y grupos de consumidores que mantienen que este edulcorante artificial nunca debería haber salido al mercado y que el permitirlo en la cadena de alimentación nos está matando poco a poco. Pat Thomas ha elaborado un informe nada edulcorado...

Hace mucho tiempo, el aspartamo fue catalogado por el Pentágono como un agente bioquímico de guerra. Hoy en día forma parte integral de la dieta moderna. Vendido comercialmente con nombres como NutraSweet y Canderel, el aspartamo se encuentra en más de 5.000 productos, incluidas las bebidas gaseosas (sobre todo, en muchas colas y otros refrescos), chicles, sacarinas, productos dietéticos y para diabéticos, cereales para el desayuno, mermeladas, caramelos, vitaminas y medicamentos con o sin receta.

Lo cual quiere decir que hay muchas posibilidades de que usted y su familia estén entre esos dos tercios de la población adulta y el 40% de los niños que toman habitualmente este edulcorante artificial, probablemente sin saberlo.

Al no contener calorías, el aspartamo se considera útil para las personas que no quieren engordar; y la mayoría de nosotros, si nos paramos a pensarlo, también lo consideramos seguro.

Pero científicos independientes aseguran que el aspartamo puede producir una serie de efectos adversos en los humanos: dolores de cabeza, pérdida de memoria, alteración del carácter, convulsiones, síntomas de esclerosis múltiple y Parkinson, tumores e incluso la muerte.

La inquietud sobre la toxicidad del aspartamo hizo que durante ocho años la FDA (Food and Drugs Administration de los Estados Unidos) denegara su visto bueno, manteniéndolo fuera del mercado.

Esta cautela se basó en pruebas convincentes presentadas por numerosos científicos eminentes y grupos de consumidores; las pruebas afirmaban que el aspartamo podía provocar daños graves en el sistema nervioso central y se demostró que producía cáncer en animales.

De todas formas, finalmente, la fuerza política ganó al rigor científico y el aspartamo fue aprobado para su uso comercial en 1981. Este cambio repentino de la FDA hizo que más de 70 autoridades reguladoras en todo el mundo aprobaran también su uso.

Pero, como muestra la singular historia de este edulcorante, la patente de sanidad que le otorgó el gobierno, cuya razón de ser era proteger al consumidor, simplemente no se merece el papel en el que está escrita.

1965

DICIEMBRE 1965

Un químico de la empresa farmacéutica GD Searle descubre accidentalmente el aspartamo mientras está trabajando en un fármaco para la úlcera; esta sustancia es 180 veces más dulce que el azúcar y además no contiene calorías.

PRIMAVERA 1967

Searle comienza los experimentos necesarios para la aprobación del producto por la FDA.

OTOÑO 1967

GD Searle se pone en contacto con el eminente bioquímico Dr. Harry Waisman, director de la Universidad Joseph P Kennedy Jr de Wisconsin y un respetado experto en la toxicidad de la fenilalanina (compuesto principal de la fórmula del aspartamo), para llevar a cabo un estudio sobre su efecto en los primates. De los siete monos alimentados con aspartamo mezclado con leche... uno de ellos muere y otros cinco desarrollan convulsiones epilépticas.

PRIMAVERA 1971

El doctor John Olney, profesor de Neuropatología y Psiquiatría de la Universidad de Washington, cuyas investigaciones sobre el aditivo neurotóxico glutamato monosódico son claves para su retirada del mercado en productos de alimentación para bebés, se pone en contacto con Searle para informarle que sus estudios muestran que el ácido aspártico, otro de los componentes del aspartamo, provoca agujeros en el cerebro en crías de ratón. Ann Reynolds, una de las investigadoras del equipo de Searle, confirma las afirmaciones de Olney en un estudio similar.

1 DE AGOSTO 1977

Se publica el Informe Bressler, centrado en tres estudios realizados por Searle. El informe destaca que, en uno de los estudios, 98 animales de los 196 murieron, como resultado de los experimentos, pero se les realizó la autopsia mucho tiempo después, por lo que resultó imposible conocer la causa de sus muertes. Se extirparon tumores a animales vivos y estos mismos animales reaparecen en los estudios. El informe está lleno de errores e incongruencias. Por ejemplo, en un informe una rata aparece viva, luego muerta, luego viva y luego de nuevo muerta. Bressler se pregunta: "¿Por qué no se tuvo más cuidado en las pruebas? ¿Por qué Searle y sus científicos no evaluaron todo esto, sabiendo que toda la sociedad, desde los jóvenes a los viejos, desde los enfermos a los sanos... tendrían acceso a este producto?". La FDA crea otro grupo de trabajo para verificar el Informe Bressler, que se lleva a cabo por un equipo de la FDA del Departamento para la Seguridad Alimentaria aplicado a la nutrición y está dirigido por la experimentada científica Jacqueline Verrett.

1 DE JUNIO 1979

La FDA finalmente establece una comisión pública de investigación que consta de tres científicos cuyo trabajo consiste en revisar las objeciones de Olney y Turner para la aprobación del aspartamo y aclarar la polémica que rodea al edulcorante en cuestión de seguridad.

1978

La publicación *Medical World News* publica un artículo afirmando que el metanol que contiene el aspartamo es mil veces más elevado de lo normalmente tolerado por la FDA.

En cantidades elevadas, el metanol o alcohol de la madera es un veneno mortal. A pesar de las incertidumbres en Estados Unidos sobre la seguridad del aspartamo, empieza a comercializarse, primero en productos farmacéuticos en Francia. Se vende bajo el nombre de Canderel y está fabricado por la empresa Merisant.

1979

10 DE ENERO 1977

Richard Merrill, consejero jefe de la FDA, decide presentar una demanda legal a Searle por presentar pruebas fraudulentas, ocultar hechos materiales y hacer declaraciones falsas sobre la seguridad del aspartamo. Por primera vez en su historia la FDA decide realizar una investigación criminal a un fabricante.

28 DE SEPTIEMBRE 1977

La FDA publica un informe exculpando a Searle de cualquier mala intención en el procedimiento de sus experimentos. Jacqueline Verrett testificó años más tarde ante el Senado de Estados Unidos que ella y su equipo se sintieron presionados para validar los datos de las pruebas, y alegó que eran claramente "un desastre".

24 DE MARZO 1976

La FDA completa una resolución de 500 páginas sobre los procedimientos de las pruebas de Searle. El informe final subraya que las pruebas presentadas son fraudulentas y que existen datos manipulados en los experimentos con animales, en el caso del aspartamo y de otros productos.

Schmidt declara: "Los estudios presentados por Searle eran científicamente muy poco rigurosos. Lo que descubrimos era totalmente censurable".

26 DE JULIO 1974

El comisario de la FDA, el doctor Alexander Schmidt, concede la primera aprobación al aspartamo como "aditivo alimentario" para su uso sólo en alimentos secos. Este visto bueno llega a pesar de que sus propios científicos encuentran serias deficiencias en los datos presentados por Searle.

AGOSTO 1974

Antes de que el aspartamo llegue al mercado, el doctor John Olney, James Turner (abogado y creador del "Nader's Raider", responsable de la retirada del mercado norteamericano del ciclamato, otro edulcorante artificial) y el grupo Label Inc. en defensa del consumidor, presentan en común una protesta formal contra la aprobación del aspartamo, alegando pruebas en las que se cita que puede causar daños cerebrales, especialmente en niños. Searle acepta una comisión de investigación sobre la seguridad del aspartamo y lo retira del mercado quedando pendiente de los resultados. El edulcorante se mantiene fuera del mercado durante casi 10 años mientras se sigue investigando sobre su seguridad y sobre los procedimientos de los tests presentados por Searle. La comisión de investigación se mantiene durante otros cuatro años.

1 DE JULIO 1977

Samuel Skinner deja su antiguo trabajo y pasa a formar parte del equipo de abogados de la empresa de Searle. William Conlon ocupa el puesto dejado por Skinner.



5 DE DICIEMBRE 1975

FEBRERO 1973

Searle solicita el visto bueno de la FDA y presenta más de 100 investigaciones a favor de la seguridad del aspartamo. Pero ni los monos ni los ratones con agujeros en el cerebro fruto de las investigaciones están incluidos en estos dosieres.



30 DE SEPTIEMBRE 1980

La comisión pública de investigación de la FDA vota por unanimidad contra la aprobación del aspartamo y quedan pendientes más investigaciones sobre los tumores cerebrales en animales. La comisión dice: "El aspartamo no ha sido presentado con pruebas de seguridad suficientes para aprobarlo como aditivo alimentario".

8 DE JULIO 1983

Se aprueba el aspartamo en bebidas gaseosas y bases de siropes en Estados Unidos, y tres meses más tarde en Inglaterra. Antes de final de año, los comprimidos Canderel se introducen en el mercado británico.

MARZO 1984

Comienzan a aparecer quejas de la opinión pública sobre los efectos adversos del aspartamo. La FDA pide a la Agencia Americana para la Prevención y Control de Enfermedades (CDC) que investigue una serie de casos donde aparecen reacciones adversas al aspartamo.

1980

ENERO 1981

Rumsfeld asegura en una reunión de ventas de la empresa Searle que va a impulsar la aprobación del aspartamo en menos de un año. Rumsfeld promete que va a "llamar a sus expertos" y utiliza medios políticos más que científicos para poner a la FDA de su parte.

20 DE ENERO 1981

Ronald Reagan jura su cargo como presidente de Estados Unidos.



El equipo de transición de Reagan, que incluye

a Rumsfeld, elige al doctor Arthur Hull Hayes, como nuevo director de la FDA.

MARZO 1981

La FDA establece que se vuelvan a revisar los asuntos sobre el aspartamo planteados con anterioridad por la comisión pública de investigación.

15 DE JULIO 1981

Hayes ignora las recomendaciones de su propio equipo interno de la FDA, anula los descubrimientos de la comisión pública de investigación y da una autorización inicial al aspartamo como aditivo para ser usado en productos secos de alimentación, alegando que su seguridad ha sido probada para tales usos.



22 DE OCTUBRE 1981

La FDA aprueba el aspartamo como edulcorante de mesa y para su uso en comprimidos, cereales para el desayuno, chicles, bases secas para refrescos, café y té soluble, gelatinas, pasteles, rellenos, cubiertas de productos lácteos y potenciador de sabor en chicles.

1983

El abogado de Searle, Robert Shapiro, da al aspartamo su nombre comercial, NutraSweet. El nombre se registra como marca comercial al año siguiente.



The NutraSweet Company

30 MAYO 1984

La FDA aprueba el aspartamo para su uso en multivitaminas.

15 DE OCTUBRE 1982

La FDA anuncia que Searle ha solicitado una petición para que el aspartamo se apruebe como edulcorante en bebidas gaseosas, vitaminas para niños y otros líquidos.



17 DE FEBRERO 1984

La FDA deniega la petición de Turner y Monte para una audición, señalando que las críticas sobre el aspartamo no han presentado ninguna cuestión pendiente sobre la seguridad del producto. En cuanto a los componentes del aspartamo, la FDA sostiene que los estudios clínicos, de experimentación animal y consumo presentados por el fabricante del edulcorante y su equipo de científicos... demuestran que los componentes del aspartamo son seguros.

2 DE NOVIEMBRE 1984

La evaluación de los casos de reclamaciones públicas del CDC culminan en un documento llamado: *Evaluación de las quejas presentadas por los consumidores sobre el uso del aspartamo*; este informe revisa 213 de los 592 casos presentados y señala que pruebas posteriores muestran que los individuos que consumen aspartamo siempre tienen efectos similares cada vez que lo ingieren. Estos síntomas incluyen: comportamiento agresivo, desorientación, hiperactividad, entumecimiento, excitabilidad, pérdida de memoria, pérdida de percepción, deterioro del hígado, atrofia cardíaca, convulsiones, tendencias suicidas y cambios de carácter severos. No obstante, el CDC concluye diciendo que el aspartamo es seguro para la salud.

1 DE OCTUBRE 1985

La empresa Monsanto, productora de la hormona recombinante del crecimiento bovino, de la soja modificada genéticamente, del pesticida Roundup y de otros muchos químicos industriales y agrícolas, compra Searle por 2,7 billones de dólares.

12 DE OCTUBRE 1987

United Press International, una agencia internacional de noticias, informa de que 10 funcionarios del Estado implicados en la aprobación del aspartamo... han cambiado de trabajo pasándose al sector privado en empresas relacionadas con la industria del aspartamo.

28 DE NOVIEMBRE 1986

La FDA aprueba el aspartamo para congelados no gaseosos, concentrados congelados, zumos de frutas, bebidas de sabores, imitación de bebidas de sabores, dulces congelados, caramelos de menta y bebidas de té.



1986

16 DE OCTUBRE 1986

Turner presenta otra petición ciudadana (denegada por la FDA el 21 de noviembre del mismo año), esta vez referente al riesgo de convulsiones y daños visuales por el consumo de aspartamo.

La demanda señala que registros médicos de 140 consumidores de aspartamo muestran que han sufrido convulsiones epilépticas y daños visuales tras haber consumido productos que contienen el edulcorante y que la FDA debería prohibir el aspartamo ya que es "un peligro inminente para la salud pública".

Se celebra una audición en el Senado de Estados Unidos sobre la seguridad del aspartamo y su etiquetado. La audición revisa los procedimientos fraudulentos de los experimentos y la "estrategia psicológica" utilizada por Searle para ayudar a su aprobación. Otra información que aparece incluye el hecho de que el aspartamo estuvo catalogado por el Pentágono como agente bioquímico para armas de guerra.

3 DE NOVIEMBRE 1987

DICIEMBRE 1996

Aparecen los resultados de un estudio dirigido por el doctor Ralph G Walton, profesor de la Universidad de Psicología Clínica de Ohio y encargado por un conocido programa nacional de noticias de Estados Unidos, que revisa 165 casos distintos publicados en los últimos 20 años en revistas médicas. 74 fueron patrocinados por la empresa y todos están de acuerdo en la seguridad del aspartamo. De los otros 91 estudios, 84 hablan de los efectos adversos del aspartamo en la salud. Seis de los siete estudios no financiados por la empresa y favorables al aspartamo provenían de la FDA, que parece tener una predisposición a beneficiar a la industria.

1992

NutraSweet firma un acuerdo con Coca-Cola y Pepsi como su principal proveedor de aspartamo.



1991

El Instituto Nacional Británico de Sanidad publica: *Efectos adversos del aspartamo: de enero de 1986 a diciembre de 1990*, una bibliografía de 167 estudios documentando los efectos adversos relacionados con el aspartamo.

1989

La FDA ha recibido más de 4.000 reclamaciones de consumidores sobre las reacciones adversas al edulcorante.

20 DE JULIO 1990

El periódico británico *The Guardian* publica una investigación sobre el aspartamo y entrega a los organismos oficiales un "dossier de pruebas" que se apoyan en el Informe Bressler y pide al gobierno que tome cartas en el asunto y vuelva a revisar la seguridad sobre aspartamo. No se lleva a cabo ninguna revisión. *The Guardian* es demandado ante los tribunales por Monsanto y obligado a pedir disculpas por la publicación del artículo.



19 DE ABRIL 1993

La FDA aprueba el aspartamo para su uso en caramelos duros y blandos, bebidas sin alcohol de sabores, bebidas de té, zumos de frutas y concentrados, productos y mezclas para hacer al horno, glaseados, coberturas y rellenos de productos para hornear.

ABRIL 1995

La consumidora activista y fundadora del grupo anti-aspartamo Mission Possible, Betty Martini, insta a la FDA a que presente una lista oficial de los efectos adversos asociados a la ingestión de aspartamo. Proveniente de más de 10.000 quejas de los consumidores, la lista incluye cuatro muertes y más de 90 síntomas, la mayoría de los cuales tienen relación con la degeneración de las funciones neurológicas. Incluyen: dolores de cabeza; mareos o problemas de equilibrio; cambios de humor; náuseas y vómitos; convulsiones; pérdida de memoria; temblores; debilidad muscular; dolores y calambres abdominales; problemas de visión; diarrea; fatiga y debilidad; erupciones cutáneas; dolores en articulaciones. La FDA admite que normalmente menos del 1% de las personas que tienen problemas con lo que consumen lo reclaman a la FDA. Esto significa que alrededor de un millón de personas podrían haber experimentado los efectos adversos de la ingestión del aspartamo.



30 DE ENERO 1992

La FDA aprueba el aspartamo para su uso en bebidas de malta, cereales para el desayuno, postres, coberturas y formatos a granel para su uso como edulcorante de mesa.

27 DE JUNIO 1996

La FDA retira todas las restricciones sobre el uso del aspartamo, y lo aprueba como "edulcorante para múltiples usos", lo que significa que a partir de ahora puede ser usado en cualquier tipo de comida y bebida.

28 DE FEBRERO 1994

El departamento de Sanidad de Estados Unidos recopila un informe en el que aparece toda la información a las reacciones adversas atribuidas al aspartamo. Incluye una lista de 6.888 reclamaciones, de las que 649 son presentadas por el CDC y 1.305 por la FDA.

Especial Mundo Infantil II

20 DE JUNIO 1999

Una investigación realizada por el diario *The Independent on Sunday* desvela que el aspartamo se sintetiza utilizando un proceso de ingeniería genética. La fenilalanina, uno de los componentes del aspartamo está producida de manera natural por bacterias. El periódico desvela que Monsanto ha modificado genéticamente las bacterias para hacer que produzcan más fenilalanina. Monsanto se defiende alegando que este proceso no ha sido desvelado antes porque en el producto no permanece ningún ADN modificado, e insiste en decir que es totalmente sano y seguro; aunque los científicos aseguran que para continuar demostrando los efectos tóxicos han de realizarse estudios a largo plazo. Un portavoz de Monsanto dijo que mientras el aspartamo de Estados Unidos normalmente se origina en la ingeniería genética, el aspartamo de Inglaterra no. Aunque está muy poco claro que las empresas norteamericanas distribuidoras de productos con aspartamo no hayan llegado a los mercados británicos...

19 DE FEBRERO 2003

Miembros del Parlamento Europeo, en sus departamentos de Medio Ambiente, Salud Pública, y el Comité en Defensa del Consumidor, aprueban el uso de la sucralosa y de un compuesto de aspartamo-acesulfamo (fabricado en Europa por la misma compañía holandesa productora de aspartamo). Se vende con el nombre de Twinsweet. Los departamentos citados acuerdan que volverán a revisar el uso de los dos productos en tres años. Al mismo tiempo, los Verdes europeos piden al comité que se vuelva a revisar la seguridad del aspartamo y mejore el etiquetado de los productos que contienen aspartamo, pero su propuesta es rechazada.

10 DE FEBRERO 1998

Monsanto solicita a la FDA la aprobación de un nuevo edulcorante de mesa llamado Neotame. Es unas 60 veces más dulce que el aspartamo y más de 13.000 veces más dulce que el azúcar. El Neotame es menos propenso a descomponerse con el calor y con los líquidos que el aspartamo, debido a la adición de 3,3-dimetilbutílico, una sustancia química muy poco estudiada de la que se sospechan efectos neurotóxicos.



MAYO 2000

Monsanto, bajo presión, en parte por la resistencia mundial a los alimentos genéticamente modificados y a los procesos legales continuos, vende NutraSweet a la empresa JW Childs Asociados, una firma privada formada por varios directores de Monsanto, por 440 millones de dólares. Monsanto también vende los derechos de dos de sus edulcorantes europeos en Europa, NutraSweet AG y Euro-Aspartame SA.



OTOÑO 2006

La activista anti-aspartamo y fundadora de Mission Possible visita Barcelona para difundir los problemas que crean el consumo del aspartamo. Los medios lo ven como algo irrelevante. El tema pasa sin pena ni gloria por la prensa española. Muchos de los productos que contienen aspartamo son firmas que dejan millones de euros cada año en los medios españoles.

ABRIL 2007

The Ecologist, en su edición para España y Latinoamérica, continúa erre que erre a la cabeza de los medios que apoyan la insurrección ciudadana. Tienen en sus manos el primer informe completo sobre los peligros del aspartamo publicado en un medio del estado español.

1998

13 DE MAYO 1998

Científicos independientes de la Universidad de Barcelona publican un estudio clave, mostrando claramente que el aspartamo se transforma en formaldehído en los organismos de los seres vivos (en este caso de las ratas) y que este formaldehído... se va extendiendo por los organismos vitales del animal incluyendo el hígado, riñones, ojos y cerebro. Estos resultados ponen en evidencia a los fabricantes quienes siempre han asegurado que el aspartamo no se descompone en formaldehído en el cuerpo, y da aliento a los críticos del aspartamo, ya que muchos de los síntomas asociados con la toxicidad del aspartamo son debidos a los efectos venenosos y acumulativos del formaldehído. Este texto se conoce en el mundo del activismo anti-aspartamo como el Informe Barcelona. En estas mismas páginas resumimos sus conclusiones.

10 DE DICIEMBRE 2002

El comité científico sobre alimentación de la Comisión Europea publica su informe final sobre el aspartamo. El documento, de 24 páginas, ignora casi por completo la investigación independiente y las quejas de los consumidores, y se basa más en artículos citados en libros y revistas reunidos por empleados y asesores de los fabricantes de aspartamo. Cuando se cita la investigación científica independiente, se rebate con los estudios patrocinados por la empresa y son rechazados varios estudios, como por ejemplo: uno sobre experimentación animal mostrando la descomposición del aspartamo en la química del cerebro, un estudio humano asociando el aspartamo a cambios neuropsicológicos que podrían incrementar el riesgo de convulsiones, y otros dos apuntes sobre la ingestión de aspartamo relacionándolo con fuertes dolores de cabeza, depresión y cambios de humor. La conclusión del informe se resume en una simple frase: "Como conclusión, el comité decide que... no hay evidencias para sugerir que haya necesidad de revisar los resultados de la valoración de riesgo establecidos con anterioridad en la ingestión diaria de aspartamo". Al igual que con la FDA, se sospecha sobre la neutralidad de algunos miembros del comité y sus relaciones con el International Life Sciences Institute (ILSI), un grupo industrial que financió, entre otras cosas, estudios sobre el aspartamo. Los miembros del ILSI incluyen Monsanto, Coca-Cola y Pepsi.

10 DE DICIEMBRE 2001

La Agencia Británica de Alimentación pide al comité científico de alimentación de la Comisión Europea que abra una investigación sobre el aspartamo. Se pide al comité científico que examine detenidamente los más de 500 documentos científicos publicados entre el año 1988 y el 2000 y que se realice una nueva investigación científica al respecto.

EL FORMALDEHÍDO DERIVADO DEL ASPARTAMO DIETÉTICO SE ADHIERE A LOS COMPONENTES DE LOS TEJIDOS *IN VIVO*.

EL “INFORME BARCELONA”

En 1998, el Departamento de Bioquímica y Biología Molecular de la Universidad de Barcelona publicó un texto conocido más tarde en el mundo del activismo anti-aspartamo como el “Informe Barcelona”. Es un texto complejo, científico, del que reproducimos sus conclusiones.

ASPARTAME KILLS 

La relativa insignificancia en las diferencias encontradas en el marcador de metanol entre los grupos normales y los cirróticos indica que el hígado no es esencial en el proceso de transferencia de carbono del aspartamo a las proteínas de los tejidos. Por lo tanto no hay una relación directa entre la habilidad para procesar alcoholes y la retención de carbono de metanol adherido a los componentes del tejido.

En cualquier caso, la adherencia del carbono derivado del metanol a las proteínas de los tejidos era amplia, afectaba a todos los sistemas y alcanzaba plenamente incluso zonas sensibles tales como el cerebro y la retina.

En todos los grupos estudiados la adherencia del marcador encontrado en plasma y tejidos se corresponde totalmente con el inyectado en el aspartamo administrado, ya que no hay otra fuente de radiactividad posible.

EL FORMALDEHÍDO se considera la causa principal de la aparición del marcador de metanol de aspartamo en los componentes de los tejidos. Las evidencias presentadas demuestran que una parte significativa del carbono de metanol del aspartamo se transforma en aductos de proteínas y ácidos nucleicos, bajo las condiciones evaluadas, tanto en ratas normales como en las cirróticas. Estos aductos de carbono en proteínas y ADN sólo se han podido formar a partir del formaldehído derivado del metanol de aspartamo, puesto que cualquier otra forma bioquímica en la que se puede encontrar este tipo de carbono no produciría aductos con proteínas y ácidos nucleicos.

LAS DOSIS de aspartamo utilizadas en este experimento eran altas, al menos más altas que las que cualquier humano podría recibir diariamente con el consumo normal del aditivo. Sin embargo, eran similares a las utilizadas en roedores en experimentos parecidos, de los que no se dedujeron efectos nocivos para la salud. Estas dosis estaban dentro de los límites de la IDA (ingesta diaria admitida) para el consumo humano establecida en Ca-

nadá y la CE. Además, las dosis administradas eran menores que las utilizadas en otros estudios de toxicidad, los cuales concluyeron que, incluso en dosis altas, el aspartamo no produce daños apreciables de manera inmediata.

LA CANTIDAD de marcador recuperado en tejidos era bastante alta en todos los grupos, pero especialmente en las ratas que recibieron una dosis única. En estas, sólo el hígado retenía durante largo tiempo más del 2% del carbono de metanol administrado en una sola dosis oral de aspartamo. El resto del cuerpo almacenaba otro 2%. Estos niveles son, sin duda, extremadamente altos para aductos de formaldehído, sustancia causante de efectos nocivos crónicos y considerada también carcinógena. Las voces que de manera recurrente claman que el aspartamo produce dolores de cabeza y otros efectos secundarios tanto psicológicos como neurológicos... pueden encontrar una explicación, al menos parcial, en dicha permanencia del marcador de formaldehído, dado que su intoxicación produce efectos similares.

LOS EFECTOS ACUMULATIVOS detectados en el modelo de administración progresiva hacen pensar que la ingesta regular de aspartamo puede producir una acumulación progresiva de aductos de formaldehído. Este hecho explicaría también los efectos crónicos que el consumo de aspartamo produciría en tejidos sensibles como el cerebro. En cualquier caso, sus posibles efectos negativos son permanentes. La alteración de las funciones e integridad proteicas podrían necesitar algún tiempo para producir efectos notorios. El daño en los ácidos nucleicos, principalmente en ADN, puede provocar la muerte de las células y/o mutaciones. La transformación del metanol del aspartamo en aductos de formaldehído en cantidades significativas *in vivo* debería tenerse en cuenta debido a la extendida utilización de este edulcorante. Se necesitan estudios epidemiológicos a largo plazo para determinar el alcance del daño que el consumo de aspartamo representa para los humanos.

El presente trabajo forma parte de un estudio global sobre la toxicidad de los edulcorantes artificiales financiado por la Fundación Bosch y Gimpera de Barcelona.

ASPARTAMO... ¡MALAS NOTICIAS...!

Mark Gold, que lleva muchos años investigando sobre el aspartamo y similares, nos presenta claras pruebas de los problemas sanitarios creados por este producto.

El alcohol/metanol es un veneno mortal. La gente puede recordar que el metanol es el veneno que hace que algunos "alcohólicos en potencia" terminen con un problema de ceguera o muertos. El metanol se libera gradualmente en el intestino delgado cuando el grupo metílico del aspartamo se encuentra con la enzima quimotripsina.

La absorción del metanol en el cuerpo se acelera considerablemente cuando se ingiere el metanol liberado. El metanol se libera del aspartamo cuando se calienta a más de 86°F (30°C). Esto ocurriría cuando el producto que contiene aspartamo se almacena incorrectamente o cuando se calienta (por ejemplo, como parte de un producto tal como la gelatina).

En el cuerpo el metanol se convierte en ácido fórmico y formaldehído. El formaldehído es una neurotoxina mortal. Una afirmación de la EPA indica que el metanol "está considerado un veneno acumulativo debido al índice bajo de la excreción una vez que se absorbe. En el cuerpo, el metanol se oxida al formaldehído y al ácido fórmico; ambos compuestos metabólicos son tóxicos". Se recomienda un límite al consumo en 7.8 mg/día. Una bebida típica con aspartamo

contiene cerca de 56 mg de metanol. Los usuarios adictos a productos con aspartamo consumen aproximadamente 250 mg diarios o niveles 32 veces por encima de los límites de la EPA. Los problemas

mejor conocidos del envenenamiento del metanol son referentes a la visión. El formaldehído es un agente carcinógeno conocido, causa daño retiniano, interfiere con la réplica del DNA, y causa defectos de nacimiento. Debido a la carencia de un par de las enzimas dominantes, los seres humanos somos muchas veces más sensibles a los efectos tóxicos del metanol que los animales. Por lo tanto, las pruebas del aspartamo o del metanol en animales no reflejan exactamente el peligro que implica a los seres humanos. Según lo precisado por el Dr. Woodrow C. Monte, director del Laboratorio de la Ciencia de Alimentos y del Laboratorio de la Nutrición en la Universidad del Estado de Arizona, "no hay estudios en humanos o mamíferos para evaluar los efectos mutágenos, teratogénicos o carcinógenos posibles por la administración crónica de alcohol metílico". Se ha precisado que los jugos de fruta y las bebidas alcohólicas contienen cantidades pequeñas de metanol. Es importante recordar que el metanol nunca aparece en productos naturales. En cada caso, el etanol está presente, generalmente, en cantidades mucho más elevadas. El etanol es un antídoto para la toxicidad del metanol en seres humanos. Las tropas del ejército en Irak durante "La tormenta del Desierto" fueron "tratadas" con cantidades grandes de bebidas endulzadas con aspartamo, que habían sido calentadas por encima de 86°F al sol del desierto. Muchos de ellos volvieron a casa con numerosos desórdenes similares a los que se han observado en personas que químicamente han sido envenenadas por formaldehído. El metanol liberado en las bebidas pudo haber sido un factor que contribuyó a estas enfermedades. Otros productos derivados del aspartamo, tales como el DKP, pudieron también haber sido un factor a considerar.



QUÉDATE CON EL DOCUMENTAL *SWEET MISERY*

UNA IMAGEN VALE MÁS QUE MIL... "DULCES" PALABRAS

El documental ofrece una visión crítica y extensa en la trayectoria del aspartamo desde su origen hasta nuestros días basándose en testimonios reales de pacientes que han sufrido sus efectos y en entrevistas a médicos, psiquiatras, abogados y expertos científicos, entre ellos el Dr. John Olney, James Turner, el Dr. Russell Blaylock y HJ Roberts. La investigación aporta mucha información sobre este controvertido edulcorante artificial presente en muchos productos consumidos en la actualidad. El aspartamo está en muchos productos de gran consumo por parte de la población infantil.

(Podéis solicitar un ejemplar a: Namaste Publishing, info@namastepublishing.co.uk)

Más info:

www.dorway.com (en inglés)

www.russellblaylockmd.com (en inglés)

www.holisticmed.com (en inglés)

www.namastepublishing.co.uk (en inglés)

www.sunsentpress.com (en inglés)

PASANDO LAS "PATATAS CALIENTES"...

En un acta de 1993 que sólo se puede describir como "inconsciente", la FDA aprobó el aspartamo como ingrediente en numerosos artículos alimenticios que para su consumo debían ser calentados por encima de 86°F (30°C). Mucho peor, el 27 de junio de 1996, sin notificación pública, la FDA le quitó todas las restricciones al aspartamo permitiendo que se utilice en todo, incluyendo todos los productos que requieren de calentamiento u horneado.

La verdad sobre la toxicidad del aspartamo está lejos de ser lo que NutraSweet Company hizo que los consumidores estadounidenses

Foto: P.M.



"Chuches" con aspartamo del mercado español...

creyéramos. En febrero de 1994, el Departamento de Servicios de Salud y Servicios Humanos de Estados Unidos publicó el listado de las reacciones adversas divulgadas por la FDA (DHHS 1994). El aspartamo se encontró en más del 75% de todas las reacciones adversas divulgadas al "Sistema de Supervisión de Reacciones Adversas (ARMS - por sus siglas en inglés-)" de la FDA. La FDA admite que poco menos del 1% de aquellos que tienen problemas con productos que consumen... en algún momento lo denuncian. Esto eleva de las casi 10.000 quejas que alguna vez tuvieron... a un millón. Sin embargo, la FDA tiene un problema en el registro de las quejas (no responden desde su web, como hemos corroborado personalmente) y tienden a desalentar o, incluso, a errar en la dirección de las quejas en lo que se refiere al aspartamo. El problema es grave, ya que muchas víctimas pueden no tener la más mínima idea de dónde proceden sus problemas.

Estos problemas pueden incluir:

Dolor abdominal, ataques de ansiedad, artritis, asma, reacciones asmáticas, retención de líquidos (hinchazón), reacciones asmáticas, problemas con el control de azúcar (hipoglucemia o hiperglucemia), cáncer cerebral (según estudios en animales), dificultades para respirar, ardor en ojos o garganta, ardor al orinar, poca claridad de pensamiento, dolores de pecho, tos crónica, fatiga crónica, confusión, muerte, depresión, diarrea, mareos, hambre o sed excesiva, perder el sentido de la realidad, pérdida de cabello o debilitamiento, enrojecimiento de la cara, dolores de cabeza / migrañas / mareos, pérdida auditiva, palpitaciones cardíacas, urticaria, hipertensión, impotencia y problemas sexuales, inhabilidad para concentrarse, susceptibilidad a infecciones, irritabilidad, comezón, dolores de coyunturas, laringitis, pensamientos borrosos, cambios de personalidad marcados, pérdida de memoria, cambios menstruales importantes, espasmos musculares, vómito y náusea, entumecimiento de extremidades.

Otras reacciones de tipo alérgicas:

Ataques de pánico, fobias, mala memoria, taquicardia, erupciones cutáneas, ataques y convulsiones, problemas de lenguaje, dolores al tragar, taquicardia, temblores, zumbidos, vértigo, pérdida de la visión, ganancia de peso.

Los problemas creados por el aspartamo pueden mimetizar síntomas o empeorar las siguientes enfermedades:

Fribromalgia, artritis, esclerosis múltiple, parkinson, lupus, múltiple sensibilidad química, diabetes y sus complicaciones, epilepsia, alzheimer, defectos de nacimiento, síndrome de fatiga crónica, linfomas, déficit de atención, desorden del pánico, depresiones y otros desórdenes psicológicos.

CÓMO SUCEDE

El metanol del aspartamo se libera en el intestino delgado cuando el grupo metílico de aspartamo se encuentra con la enzima quimotripsina (Stegink 1984, página 143). El metanol liberado se comienza a formar en productos líquidos con contenido de aspartamo a temperaturas en torno a los 86°F (30°C) de igual forma que sucede dentro del cuerpo humano. El metanol entonces se convierte en formaldehído. El formaldehído se convierte en ácido fórmico que es lo mismo que el veneno de la picadura de hormiga. El ácido fórmico tóxico se utiliza como activador para pelar las capas de epoxy y del uretano. ¡Imagínese lo que hace a sus tejidos corporales! La fenilalanina y el ácido aspártico, 90% del aspartamo, son aminoácidos usados normalmente en la síntesis del protoplasma cuando es provisto por los alimentos que comemos. Pero cuando no se acompañan por otros aminoácidos que utilizamos [hay 20], se vuelven neurotóxicos. Ése es el porqué de la advertencia para los fenilcetonúricos en los productos de eEqual(r) y otros productos con aspartamo. Los fenilcetonúricos son el 2% de la población con sensibilidad extrema a este producto químico presente en alimentos. ¡También te afecta a ti, causando desórdenes del cerebro y defectos de nacimiento! Finalmente, la fenilalanina se convierte en DKP, un agente carcinógeno para el cerebro.

HABLANDO EN PLATA

En otras palabras: El aspartamo convierte a los subproductos en peligrosos cuando no tienen ninguna contraindicación natural. El estómago vacío de una persona en régimen de adelgazamiento acelera estas conversiones y amplifica el daño. Los componentes del aspartamo van derecho al cerebro, causando daños como dolores de cabeza, confusión mental, ataques y falta de equilibrio. Algunas ratas de laboratorio y otros animales de prueba sufrieron tumores cerebrales.

A pesar de las demandas de Monsanto y de sus cómplices: el metanol de alcohol y de los jugos no se convierte en grado significativo al formaldehído. Hay evidencias muy fuertes que sustentan este hecho para las bebidas alcohólicas y evidencias bastante fuertes para los jugos.

El formaldehído obtenido del metanol es sumamente tóxico en "muy pequeñas" dosis según lo estudiado en investigaciones recientes.

El aspartamo produce toxicidad crónica de reacción/daño debido al metanol, al formaldehído y otras derivaciones de éstos a pesar de los reclamos y los pequeños experimentos que financia la industria, realizados de forma fraudulenta. Casi todos los es-

INFORMACIÓN ADICIONAL
 TODO LO QUE USTED QUERÍA SABER SOBRE EL ASPARTAMO

- <http://www.dorway.com> Front door to everything!
- <http://www.dorway.com/possible.html> Mission Possible Files
- <http://www.dorway.com/asprlink.html> Links to more sites/source information
- <http://www.holisticmed.com/aspartame> More in-depth Information
- <http://www.trufax.org/menu/chem.html> More good articles
- Información sobre libros publicados:
- <http://www.dorway.com/books.html>
- <http://www.dorway.com/amazon.html> DORway Amazon Bookshelf

tudios independientes demuestran que el aspartamo puede causar problemas de salud.

La labor común de Monsanto ha sido clamar que el aspartamo es "seguro" aun cuando unas pocas personas pueden tener reacciones "alérgicas" a éste. Esta es la absurda y típica estrategia de Monsanto, por supuesto. Su propia investigación demuestra que no causa reacciones "alérgicas". Es su manera de intentar reducir al mínimo el impacto en la opinión pública y ocultar los números enormes de las reacciones de la toxicidad y daño que la ciudadanía está experimentando a raíz del consumo constante y prolongado del aspartamo.

EL METANOL

Dando los puntos siguientes, es definitivamente prematuro que los investigadores descarten el papel del metanol en efectos secundarios del aspartamo:

La cantidad de metanol ingerida a través del aspartamo no tiene precedentes en la historia humana. El metanol proveniente de la ingestión de jugos de fruta, incluso, no se aproxima a la cantidad de metanol ingerida por aspartamo, especialmente en las personas que consumen de uno a tres litros (o más) de bebidas *light* cada día. A diferencia del metanol del aspartamo, el metanol de productos naturales no se absorbe ni se convierte en procesos metabólicos tóxicos en cantidades significativas según lo anteriormente planteado.

La carencia de cambios perceptibles en las pruebas de laboratorio en niveles del ácido fórmico y del formaldehído del plasma (sangre) no imposibilita que el daño sea causado por estos metabólicos tóxicos. Los cambios perceptibles en pruebas de laboratorio en niveles estandarizados no se encuentran a menudo en exposiciones cortas al metanol.

Los productos que contienen aspartamo, comúnmente consumidos entre comidas, proporcionan a menudo poco o nada de nutrientes que puedan protegernos contra el envenenamiento crónico del metanol. Algunas personas que ingieren productos con aspartamo constantemente están en procesos de dietas adelgazantes y por lo tanto con más propensión a tener deficiencias alimenticias que las personas que se toman el tiempo de preparar los jugos frescos.

Las personas con ciertas condiciones de salud o bajo uso de ciertos medicamentos pueden ser mucho más susceptibles al envenenamiento crónico del metanol.

Las enfermedades crónicas y los efectos secundarios de los venenos lentos se construyen a menudo silenciosamente sobre un periodo largo de tiempo. Muchas enfermedades crónicas que parecen manifestarse repentinamente han ido forjándose en el cuerpo a través de muchos años.

Las investigaciones están demostrando que mucha gente es altamente sensible a las dosis bajas del formaldehído en el ambiente. La exposición ambiental al formaldehído y a la ingestión del metanol del aspartamo tiene probablemente un efecto deletéreo acumulativo.

El ácido fórmico ha demostrado acumularse lentamente en varias partes del cuerpo. El ácido fórmico ha demostrado inhibir el metabolismo del oxígeno.

Es muy elevado el número creciente de personas que está experimentando problemas de salud crónicos similares a los efectos secundarios del envenenamiento crónico del metanol al ingerir productos con contenido de aspartamo durante periodos largos de consumo.

DESINTOXÍCATE

Tómate a menudo, por lo menos, sesenta días sin consumo de ningún producto con aspartamo para observar una mejora significativa. Lee todas las etiquetas cuidadosamente (incluyendo

TOMA NOTA

PROTÉGETE CONTRA EL ASPARTAMO

- 1) Sumario
<http://www.holisticmed.com/aspartame/summary.html>
- 2) Scientific FAQs
<http://www.holisticmed.com/aspartame/abuse/>
<http://www.holisticmed.com/aspartame/scf2002.html>
<http://www.holisticmed.com/aspartame/aspfaq.html>
- 3) Results of Peer Reviewed Research Related to Funding Sources
<http://www.dorway.com/peerrev.html>
- 4) Statements By Independent Scientists and Physicians
<http://www.nancymarkle.com/doctors.html>
- 5) Aspartame Symptoms Documents
<http://www.dorway.com/symptoms.html>
- 6) Aspartame Poisoning Case Reports (Samples)
<http://www.holisticmed.com/aspartame/adverse.txt>
<http://www.presidiotex.com/aspartame/Victims/victims.html>
<http://www.holisticmed.com/aspartame/adverse2.txt>
- 7) Aspartame Avoidance & Detox Web Page
<http://www.holisticmed.com/aspartame/detox.html>
- 8) Flyers (somewhat aggressive)
<http://www.holisticmed.com/aspartame/flyers/>
- 9) Physicians & Scientists for Responsible Application of Science & Tech.
<http://www.psrast.org/aspartame.htm>
- 10) UK Additives Organization: Aspartame Overview for Health Professionals
(Note: This is very concise and a good summary, but doesn't go into as much detail as a few of the other web pages mentioned above)
<http://www.additivesout.org.uk/>
(click on aspartame link on left of page)
- 11) Healthier Sweetener Resource Center & Sweetener Use Guide
<http://www.holisticmed.com/sweet/>
<http://www.holisticmed.com/sweet/#guide>
- 12) Aspartame Discussion Group
<http://health.groups.yahoo.com/group/aspartame/>
<http://health.groups.yahoo.com/group/WNHO-AspartameInformation/>

Mark Gold Aspartame/NutraSweet Toxicity Info Center
12 East Side Dr., #2-18 Concord, NH 03301
603-225-2110
mgold@holisticmed.com
<http://www.holisticmed.com/aspartame/>

complementos vitamínicos y productos farmacéuticos). Busca la palabra "aspartamo" en la etiqueta y evítala (también es una buena idea evitar el "acesulfame-k" o el "sunette.") Finalmente, evita obtener información de la nutrición de las organizaciones del sector alimenticio "basura" (tales como IFIC) o de las organizaciones que aceptan grandes sumas de dinero del sector antes mencionado y del sector químico (como la Asociación Dietética Americana). Si eres un usuario de algunos productos con aspartamo, y si tienes problemas físicos, visuales, mentales... haz la prueba: 60 días sin aspartamo.

Mark Gold

¿Necesita más información de la documentación original de la FDA?
<http://www.dorway.com/reprtrfm.html>



Foto: Archivo B.M.

ENTREVISTA A BETTY MARTINI, FUNDADORA DE MISSION POSSIBLE
“EL ASPARTAMO ES UN VENENO MUY PELIGROSO”

Nos vemos en un hotel de Barcelona. Con nosotros, Corinne Gouget (autora del libro “Additifs alimentaires”) y Mateo Magariños, incansable promotor de los alimentos sanos y sin residuos químicos en Francia. Betty Martini lleva muchos años trabajando en pro de la prohibición del aspartamo. Nos asegura sin ambigüedades que se trata de un peligro que causa muchísimas muertes y enfermedades a lo largo del año en todo el planeta. Es la fundadora de Mission Possible.

Tras la glamurosa apariencia, un tanto kitsch, muy americana, se esconde, en la figura de Betty Martini, una activista incansable, infatigable, luchadora hasta el punto que duerme muy pocas horas al día... coordinando acciones de denuncia contra el aspartamo en todo el planeta.

En todo momento, Betty Martini no deja de pasarnos documentos científicos que demuestran la no inocuidad del aspartamo. Pero, ¿cómo empezó todo? Ella señala. “Un amigo nuestro padecía de Parkinson. El problema le llegó de un día para otro. Busqué el médico más entendido en el tema. El Dr Roberts aseguró que este hombre bebía muchos refrescos *light* y que el edulcorante utilizado en estos productos podía tener algo que ver con su patología. Desde entonces, desde 1993, Mission Possible está hoy en 35 países”. Ha llovido mucho, pero la energía no ha cedido. “Al principio, para alertar del peligro del aspartamo, utilizábamos *flyers*, fotocopias... Luego, cualquier medio a nuestro alcance. Pero, ojo, los medios masivos no ayudan. Están coaccionados por la publicidad. La publicidad manda y las marcas de refrescos son muy poderosas. Después de la famosa Conferencia Mundial de Texas, en 1999, en la que alerté sobre el tema, mi teléfono ya no ha dejado de sonar. Es un desastre, una epidemia a escala global”.

UN EJEMPLO DE RESISTENCIA

En nuestra charla, salen a relucir muchos ejemplos de lucha contra el aspartamo. Betty hace hincapié en un caso. “En las Malvinas, un señor tenía un hija que sufrió ataques espasmódicos durante 18 años. Tras llegar a él información sobre el aspartamo, lo borró de la dieta de

su hija y los resultados fueron muy positivos. Entonces, envió una carta a cada una de las 3.500 familias que habitaban en el lugar. Nadie más consumió productos con aspartamo en la población”. Martini también señala el Informe Ramazzini y el Informe Barcelona como dos trabajos científicos que ayudaron mucho a alertar a la población y a los medios sobre el consumo de aspartamo. Ella insiste: “El aspartamo, en sinergia con otros productos nocivos, fármacos, aditivos, es muy peligroso. Escuche. La FDA estadounidense obtiene la mayoría de sus ingresos gracias a las industrias farmacéuticas. Ponen todo tipo de impedimentos cuando alguien quiere denunciar las consecuencias del consumo de un producto de esas mismas empresas que la financian. Incluso, la industria es tan páfida que ya se está trabajando en un producto, igual de problemático, que sustituirá al aspartamo cuando éste sea prohibido, porque eso ocurrirá, tarde o temprano”.

¿HAY UNA DOSIS MÍNIMA PELIGROSA?

Pero, ¿hay una dosis mínima peligrosa? “No quiero insistir en la cantidad de informes científicos que desaconsejan el consumo de aspartamo. Hay muchos estudios y todos están publicados y a la orden del día. Se puede acceder a ellos a través de nuestra web y de otras webs y organizaciones. Donde quiero insistir es en que un simple refresco al día, edulcorado con aspartamo, de los muchos que hay en el mercado, ya puede ser peligroso. Además, si tenemos en cuenta la sinergia negativa que se puede dar con otros consumos, entonces ya es algo más peligroso. A más aspartamo, más peligro, claro. Pero la dosis mínima ya puede ser venenosa. Hay niños intoxicados, por ejemplo, por consumir chicles edulcorados con aspartamo. Curiosamente, algunos de los fármacos para solucionar problemas causados por el aspartamo son fabricados por laboratorios farmacéuticos que invierten en este producto. Desde luego, es un negocio redondo”, afirma Betty Martini.

Pero, cuando la información todavía no ha llegado ni al paciente ni al doctor, la incertidumbre reina y confunde. “Muchos pacientes, y sobre todo muchos doctores, no saben relacionar todavía algunos de los síntomas que proceden del consumo de aspartamo... Ello quiere decir que muchos pacientes sufren durante años, y siguen consumiendo aspartamo, hasta que dan con el origen real de todos sus problemas, aunque a veces es demasiado tarde. Por eso es también importante que circule la información sobre este tema en los medios sanitarios y que se creen más centros de desintoxicación de productos tan venenosos como el aspartamo, que ha creado una epidemia mundial”.

Pablo Bolaños

Más información sobre Mission Possible:
www.wnho.net · www.dorway.com
 E-mail de Betty Martini: betty19@mindspring.com

UNA LECTURA IMPRESCINDIBLE
 TODO LO QUE HAS DE SABER...

Esta pequeña guía, desgraciadamente sólo publicada en francés hasta la fecha, se subtítulo. “Le guide indispensable pour ne plus vous empoisonner”. Contiene información directa y sin ambigüedades sobre los aditivos alimentarios y, especialmente, sobre aquellos más controvertidos. Hay referencias a páginas web donde ampliar información y bibliografía. El aspartamo (E951), el Acesulfame K (E 950) y el Glutamate (E 621) aparecen convenientemente retratados. Corinne Gouget, la autora, ha sufrido en no pocas ocasiones la marginación de los profesionales de la salud y de la información por atreverse a decir ciertas cosas que, en la mayoría de los círculos científicos y mediáticos, se han convertido en tabú. Es la democracia contemporánea...

ADDITIFS ALIMENTAIRES

CORINNE GOUGET

Éditions Charlot d'Or

Sólo en francés. 71 páginas

Más información sobre este libro, consultad

en el e-mail: missionpossible.france@wanadoo.fr



¿Te preocupas por el MEDIO AMBIENTE?

Nosotros **SI**



inter
eco

Producto certificado por INTERECO para su utilización en Agricultura Ecológica según el Reglamento (CEE)2092/91 del Consejo de la Unión Europea, de 24 de Junio de 1991, sobre la producción agraria ecológica y su indicación de los productos agrarios y alimenticios. N.º certificación...PRB-01 válido hasta 26 de septiembre de 2006

PRODUCTO EXCLUSIVO

Creado y Desarrollado por los Laboratorios de I+D+i de PROBELTE

BIOPRÓN®

BIOTRÓFICO NATURAL



1ª Empresa del sector en conseguir el Certificado de BUENAS PRÁCTICAS DE LABORATORIO en el Triple Alcance



CTRA. MADRID, KM. 389 • APTDO. 4579
30080 MURCIA • ESPAÑA
TELF. 968 30 72 50* • FAX 968 30 54 32
probelte@probelte.es www.probelte.es

THE Ecologist

LE PONE LA BANDA SONORA A TU VIDA
TODA LA INFO SOBRE ESTOS DISCOS EN www.theecologist.net



Reedición

NANAS CONTEMPORÁNEAS

1. Ramon Civit – L' inexorable pas del temps
2. Fernando Mas – Nacer
3. Montserrat Figueras – Christmas lullaby
4. Lea Shalom & Bohemia Camerata – La princesita de la caja de música quiere volar
5. Pascal Comelade – La lluna, etc.
6. Maria del Mar Bonet – Cançó de bressol
7. Marlango – My love
8. Esperanza Fernández – Nacimiento
9. Lole y Manuel – Un cuento para mi niño

10. Toti Soler – El noi de la mare
11. Vainica Doble – El niño inseminado
12. Cathy Claret – La Teresita mira a la luna
13. The Innocence Mission – My Love Goes With You
14. Robert Wyatt – Lullaby for Hamza
15. Velure – Birdy
16. Petrona – Un niño que llora en los montes de María
17. Muchachito – Libre como el viento
18. Marc Parrot – Berta
19. Claustrofobia – Nana del amor amargo




2ª Edición

Burruenzo & Bohemia Camerata / "Barcelona Intimísimo Café"

¿Un ecologista, el redactor jefe de The Ecologist, Pedro Burruenzo, haciendo café cantante? Pues sí. Un café cantante con raíces, muy nuestro. Biodiversidad cultural. Un café cantante que también recuerda la belleza de la Naturaleza en canciones como "Mi fuente es clara" y otras. Un café cantante donde hay lugar para una espiritualidad inclasificable en piezas como "A Lacandona". Con Burruenzo & Bohemia Camerata y su *Barcelona Intimísimo Café*, llega el café cantante de vanguardia, donde el escenario se transforma en un púlpito para expresar la más delicada poesía surgida en un mundo al filo del abismo. Canciones "ibéricas", vals criollos, rancheras al estilo "camerata", ensañaciones moriscas, perfumes zingaros, aromas de adagios, guitarras flamencas, "havaneres" cruzadas, nanas por sevillanas, rumbas húngaras... Todo interpretado con una delicadeza pocas veces vista por estos pagos por músicos virtuosos que ponen su arte al servicio de canciones como las que se hacían antes. El trío, formado por Pedro Burruenzo, Jovic Sagristà y Lea Shalom, más el apoyo del pianista Josep Ramon Roy "Mon", ha redondeado con todos sus colaboradores (Juan Pablo Silvestre -La Boa, Radio 3-, Cathy Claret, Gani Mirzo, Ramonet, Silvia Pérez de Las Migas, Mª José Peña...) un disco que podría convertirse, con el tiempo, en una pequeña joya de la música popular de principios de siglo.

Han dicho...

- Una rara y bien labrada pieza del joyero musical barcelonés del siglo XXI. **Jordi Rueda**. Clave Profesional
- Música popular interpretada por una orquesta de cámara y en la que han colaborado algunos músicos admirados como Juan Díaz "El Indio", Cathy Claret, Gani Mirzo, Ramonet o Silvia Pérez, de Las Migas, que pone su voz en la estupenda "Sin aliento". **Teresa Sesé**. La Vanguardia
- El espíritu fronterizo del grupo Claustrofobia se reencarna en la nueva banda de quien fuera su compositor y vocalista, una Bohemia Camerata que trata de ambientar en los alegres y rancios escenarios de un café cantante la fuerza expresiva de la pasión sin edad. **Jesús Lillo**. ABC de las Artes
- Como un murmullo ha corrido la voz. El vendaval es, fuera de toda duda, una de las canciones más hermosas que se han grabado en los últimos años. **Luis Troquel**. El Periódico
- Emocionante. **Xavier Castellón**. Presència
- Enrañable disco del trío compuesto por P. Burruenzo, L. Shalom y J. Sagristà, que nos invita a través de sus canciones a realizar un viaje astral al interior de un imaginario café cantante. Lecturas
- Es un disco pausado, melancólico y de belleza atemporal. **Luis Hidalgo**. El País
- Un trabajo decoroso y artesanal, extremadamente íntimo. **Pere Pons**. Avui
- Una curiosa iniciativa llena de energía y el sabor añejo de los mejores caldos. **A. Alvarez**. Batongal!

Editados y distribuidos por K Industria Cultural, S.L.  Tel. 93 457 97 45. www.kindustria.com

CÓMPRALOS EN TU TIENDA DE DISCOS O RELLENA ESTE CUPÓN, NOS LO ENVÍAS Y RECIBIRÁS EL DISCO O LOS DOS EN TU CASA

TAMBIÉN PEDIDOS POR TELÉFONO 93 580 08 18



Nombre y apellidos.....
D.N.I./C.I.F.:.....
Calle/Plaza.....
Ciudad.....
Provincia..... C. P.....
Teléfono..... Edad.....
Profesión..... Fecha.....
Firma

The Ecologist - Àngel Guimerà, 1, 1ª 2ª - 08172 - Sant Cugat -
BCN - España - Tel. 935 800 818 - Fax: 935 801 120

- Deseo adquirir el CD "Nanas contemporáneas"
- Deseo adquirir el CD "Barcelona Intimísimo Café"
- Deseo adquirir los dos discos

DOMICILIACION BANCARIA

Nombre y apellidos (o empresa) (titular).....
D.N.I. / CIF (titular).....
Banco / Caja de ahorros.....
Domiciliación oficina..... C. P.....
Población..... Provincia.....

ENTIDAD	OFICINA	DC	NÚMERO DE CUENTA

Atención: oferta especial. Lectores de The Ecologist: **11 €** por cada uno. Los dos: **20 €**.
Gastos de envío incluidos.

LOS PAÑALES Y EL IVA

¿POR QUÉ NADIE HABLA DE LOS PAÑALES ECOLÓGICOS?

Según **bebesymas.com**, y tal como ha recogido recientemente toda la prensa estatal, la Unió de Consumidors de Catalunya y UGT se han unido en una campaña para reclamar que se deje de aplicar el IVA del 16% a los pañales, que es el mismo que se aplica a artículos de lujo. Se pide que ese IVA abusivo descienda al 0% por tratarse de un artículo de primera necesidad, tanto para bebés como para adultos. Pero nadie habla de las virtudes de los pañales reciclables/ecológicos. ¿Es una campaña con trampa?

Según diversas fuentes, los gastos que los pañales ocasionan en las familias... suponen una media de 500 euros anuales. El salario mínimo interprofesional se sitúa este año en 570,6 euros al mes... Por otro lado, compresas, tampones y salvaslips... cuentan con un IVA del 7%, aunque cuando se rebajó el impuesto de estos artículos... subieron un 0,8% el precio. Según la citada web, "ya en 2005 el Gobierno español solicitaba a Europa la reducción" del IVA sometido a los pañales, un IVA que es el mismo que el de cualquier artículo de lujo. Este año, la Unió de Consumidors de Catalunya y la UGT espera poder convencer a los responsables del Tripartit para poder conseguir su propósito de reducir el impacto económico del 16% de IVA abusivo.

LO QUE NADIE DICE

De lo que nadie habla es del impacto medioambiental brutal que conlleva el uso de millones de pañales convencionales al año. En los diversos medios en los que han aparecido noticias relacionadas con la campaña de las entidades mentadas, e incluso en la propia web de UGT, en ningún medio se hace eco de esta cuestión de gran relevancia para la salud planetaria. Por otro lado, es de suponer que la campaña, en el caso de concluir con éxito, llevará consigo también la reducción del IVA en el caso de los pañales ecológicos. Pero, en cualquier caso, de entre las noticias re-



La imagen de la campaña...

cogidas en muy diversos medios, y después de haber sido estudiadas por los miembros de esta redacción, en ningún caso se hace la referencia a pañales reciclables, ecológicos, de gran ahorro energético y de residuos y ya disponibles en el mercado español. Tampoco se dice que, a medio plazo, los pañales ecológicos son más baratos, y eso sin contar los costes medioambientales.

LO QUE PROPONEMOS NOSOTROS

Nosotros proponemos una campaña mediática importante que informe a la opinión pública, especialmente a padres y madres, sobre los costes medioambientales, energéticos y en salud... de los pañales convencionales, a la vez que se informa sobre las posibilidades y las virtudes de los pañales ecológicos. Entonces, con una ciudadanía debidamente informada, es más que probable que muchas familias se pasarán a un producto mucho más sano para todos y, al mismo tiempo, más barato. ¿Por qué UGT y la Unió de Consumidors de Catalunya no han hablado de todo esto? ¿A quién le hacen el trabajo sucio? A las multinacionales del sector. Los pañales suponen, según TNS Babynew, un 21% de los gastos del bebé. En 2004, en Catalunya se superaron los 11 nacimientos por cada mil habitantes.

The Ecologist

¿LE INTERESA LA ENERGÍA SOLAR?



CENTRO DE ESTUDIOS DE LA ENERGÍA SOLAR
SOLAR ENERGY TRAINING CENTRE
Asociado a Solar Energy International

- Primer Centro Internacional en formación de especialistas en Energía Solar.
- Certificación Internacional ISO 9001.
- Bibliografía técnica y software profesional.
- Completo programa de formación a distancia para la obtención del Diploma de:

PROYECTISTA INSTALADOR DE ENERGÍA SOLAR

CENSOLAR, Parque Industrial PISA • C/ Comercio, 12 • 41927 Mairena del Aljarafe, Sevilla (ESPAÑA)
© 954 186 200 FAX: 954 186 111 Email: censolar@censolar.edu

www.censolar.edu



NIÑOS DE LAS CALLES

AUMENTA LA MISERIA

Según el informe Infancia Interrumpida, emitido por la asociación española Jóvenes del Tercer Mundo, al menos viven en la calle 150 millones de niños en todo el planeta. Casi una tercera parte, sólo en América Latina. Según la entidad, la pobreza y la miseria crecen en buena parte de los países del globo. Estos niños padecen maltrición, violencia y, en buena medida, se hacen adictos a las drogas, sobre todo al pegamento, ya que ello les permite pasar más tiempo sin comer y vencer el miedo que les acosa cada día. Mientras el Banco Mundial y el Fondo Monetario Internacional diseñan sus planes de futuro para el planeta, millones y millones de niños sufren las políticas económicas neoliberales de los gobernantes de la Tierra.

ALIMENTACIÓN

III CONGRESO VEGETARIANO DE LA UNIÓN VEGETARIANA ESPAÑOLA

Se celebrará en el Centro de Convenciones Mapfre, de Madrid, los días 14 y 15 de abril. Este evento, cuyo objetivo es la promoción del vegetarianismo, reunirá a destacados expertos y activistas del movimiento vegetariano y animalista, con interesantes conferencias y talleres. También habrá un espacio para expositores, en el área de acceso al auditorio.

Para más información, visitar:

<http://www.unionvegetariana.org/congreso/congre3.html>

MEDIO AMBIENTE

SEVILLA ACOGERÁ EL FORO INTERNACIONAL SOBRE LA SEQUÍA

El Ministerio de Medio Ambiente organiza en Sevilla desde el 17 de junio, Día Mundial de la Lucha contra la Sequía, hasta el 20 del mismo mes, el Foro Internacional sobre la Sequía, un congreso dedicado a este fenómeno extremo en el que participarán especialistas de todo el mundo. La sequía es un grave problema, agravado por el cambio climático, que exige la toma de medidas

por parte de los gobiernos y las instituciones internacionales, la participación de los agentes económicos y sociales y la implicación de todos los ciudadanos.

NUCLEARES EN ESPAÑA

HERRERA PIDE MÁS HECHOS Y MENOS DECLARACIONES

El diputado y portavoz de IU-ICV, Joan Herrera, considera positivas las declaraciones de Rodríguez Zapatero en las que se ha mostrado a favor de las energías renovables y en las que ha asegurado que no está en los planes del Gobierno español retomar un programa para desarrollar la energía nuclear. Sin embargo, Herrera ha recordado al Gobierno el compromiso adquirido con el grupo IU-ICV para el cierre de las centrales nucleares españolas. El ecosocialista ha señalado: "Las declaraciones de Zapatero avanzan de forma decidida en la buena dirección", pero ha pedido al presidente que estas afirmaciones se traduzcan en un gesto de coherencia, en la puesta en marcha de un calendario de cierre de las centrales, que hagan de esta afirmación no sólo una declaración de intenciones.



Foto: EcoArchivo

Joan Herrera, ecosocialista

LIBROS

DOS OBRAS DE ENVERGADURA

Lunweg, con el patrocinio de Caja Madrid, acaba de editar *Nuestras mariposas. Tesoros de biodiversidad*. Es una obra de Pedro Velasco. El volumen, de 222 páginas, contiene unas fotografías de hermosa belleza y de documental relevancia. La obra también es importante para comprender por qué es trascendente conservar nuestra fauna, nuestra flora... Una obra maestra. Por otro lado, SDL Ediciones ha puesto en la calle la segunda edición de *Árboles, leyendas vivas*. Con textos de Susana Domínguez y fotografías de Ezequiel Martínez y la propia Susana, la obra repasa algunos de los árboles más antiguos, más singulares y más bellos de nuestra geografía. Las fotografías son bien descriptivas y los textos ahondan en las culturas, en las idiosincrasias y en las leyendas de nuestros pueblos y comarcas. Imprescindible para los apasionados de los árboles.

BEBÉS

PRODUCTOS CERTIFICADOS

En España, no abunda la cosmética con certificación biológica. Menos aún, para bebés. Pero ahora están disponibles en nuestro mercado los productos de Tautropfen, distribuidos por Anne Marie Borlind. Hablamos de los aceites y bálsamos de la citada firma, ambos con certificación Demeter. La maceración se ha hecho a plena exposición solar. Son especiales para los baños del bebé y para la protección y el cuidado de la piel de los neonatos. No contienen lanolina, ni agua y pueden ser utilizados para pieles muy sensibles sin problema. Mitigan las pieles irritadas y las rojeces. En la actualidad, los productos certificados de cosmética y de cosmética infantil que existen en nuestro país tienen certificaciones foráneas, ya que no existe una legislación en nuestro país en este ámbito de la producción.

LA INSTANTÁNEA

"LA DEDICACIÓN"



Autor: Diego Alquerache · FotoPres'01. "Fundación "la Caixa"

RENTA BÁSICA Y ZAPATISMO

OBRAS DE RAMIRO PINTO Y JUAN VERGARA



Economía social de mercado. ¿Renta básica? Es una obra de Ramiro Pinto que acaba de aparecer. Lo edita Editorial Entinema con el apoyo de la Asociación Renta Ciudadana (Arenci). Del prólogo se ha encargado Fernando Savater. Para los autores, "la renta básica no es sólo un paso más; implica un cambio cualitativo en la economía, que afectará a la cultura y al modo de hacer política. Es un cambio en la Historia de la Humanidad, en un momento en que es necesario que suceda para

garantizar la paz, la convivencia entre los pueblos y lograr un desarrollo global". Si queréis más información: arenci@hotmail.com. Por otra parte, Juan F. Vergara acaba de publicar en España, *México y el nuevo zapatismo*. Vergara incluye una entrevista con varios de los dirigentes del nuevo zapatismo en un libro que ahonda en el conocimiento del porqué de la rebelión zapatista, incluyendo los orígenes de esta lucha. En otro número, ampliaremos información sobre este notorio volumen.

ANTENAS DE TELEFONÍA

REBELIÓN EN ASTURIAS

El Colectivo Ecologista y la Asociación de Vecinos Llaranes-Pozon el Camín solicitó el miércoles 17 de enero ante el ayuntamiento de Avilés la paralización de una antena de telefonía en la Picota en Llaranes que había iniciado las obras de cimentación sin licencia, como viene siendo habitual, nos explican desde el colectivo. A pesar del inicio de las obras y de la obligación de tramitar cualquier solicitud a través del Reglamento de Actividades Molestas e Insalubres con aviso a los colindantes, éstos no tienen conocimiento alguno. Esta antena está ubicada a menos de 80 metros de las viviendas de la Picota- Alto la Carbayeda en Llaranes Viejo, con lo cual no mantiene una distancia prudente para evitar riesgos de efectos sobre los colindantes. El criterio para ubicación de nuevas antenas en entornos semiurbanos es buscar emplazamiento alejados de la población al menos a 500 metros que aquí resulta fácil.

Más información: Colectivo Ecologista de Avilés: 985577587 y 629892624 Vecinos de Llaranes; 985576864 Covadonga

PROYECTO GRAN SIMIO

BOSQUES PRIMARIOS DEL CONGO

Proyecto Gran Simio financió la primeras jornadas que se han celebrado en la Cuenca del Congo, encaminadas a la educación por el respeto de sus bosques primarios y de los grandes simios. El acto tuvo lugar en Punta Negra (Congo-Brazaville) y estuvo organizado por el Instituto Jane Goodall en colaboración con el Proyecto Gran Simio /España. Las jornadas fueron de puertas abiertas a toda la población y colegios del país. Es la primera vez que España está presente en este tipo de iniciativas de tanta relevancia en el mismo corazón de África y que una ONG española, sin subvenciones de ningún tipo, lo financia en su totalidad. Se trata de proteger a toda costa los bosques primarios para salvaguardar a los primates y también los sumideros de carbono.

Más información

www.proyectogransimio.org



Venta de mono muerto en un camino de la selva

Foto: PGS

ELEKTR-ON

Energías renovables - Medición ambiental

Todos los elementos para su instalación solar fotovoltaica:
Paneles, Reguladores, Baterías, Inversores
Kits didácticos y Libros educativos

Instrumentos para medir:
Radioactividad, Electromagnetismo, Radiofrecuencia,
Calidad del agua, Sonido, Luz, Estaciones meteorológicas

C/ Farigola, 20 local 08023 Barcelona Tel. 93 210 83 09 Fax: 93 219 01 07
Horario de 8,30 a 14 h

www.tiendaelektron.com



CENTRO DE REPOSO • ESCUELA DE SALUD

TRES AZULES

En la sierra de Gata. Te ofrecemos un espacio de silencio en medio de la naturaleza, adecuado para reposar cuerpo y mente, rodeando una casa de líneas sencillas y muy cómoda. Comedor y salón con grandes ventanales y chimenea. Habitaciones dobles con baño, calefacción y teléfono, amplio salón de actividades. 40.000 mts. de bosquejardín. Cortamos con piscina.

Alimentación lácteo-vegetariana. Regímenes copurativos. Ayuno. Asesoramiento médico. Propuestas de trabajo corporal, psico-emocional y artístico. Excursiones al río y pueblos cercanos. Abierto todo el año.

Reconocido como Centro Médico-séñala por la Consejería de Sanidad de Extremadura.

Tel. de contacto: 927 44 14 14 Fax 927 44 14 84

Email: centrodereposo@tresazules.com Web: www.tresazules.com

10065 • Cadalso de Gata • Cáceres



K a i h o 8

ARQUITECTURA Y BIOCONSTRUCCIÓN

PROYECTOS DE
ARQUITECTURA
PARA UN HABITAT
SALUDABLE

c/ San Conrado 3. 1ª
Edif. Visto Eder
Entrada por:
c/ Coronel de Diego 6
San Lorenzo de Escorial
(28200) Madrid
Tel. - 91 890 49 66
Fax. - 91 890 82 35
kaiho8@kaiho8.net

HUELLA ECOLÓGICA Y TOXICIDAD PAÑALES CONVENCIONALES Y SU ALTERNATIVA

Los pañales, ¿algo sin importancia? ¿Qué nos jugamos? Cada niño de un país industrializado utiliza en su vida de 5.000 a 6.000 pañales¹. En Francia, por ejemplo, esto representa un consumo anual de tres millones de toneladas de pañales! El desastre es extrapolable a cualquier otro país de nuestro círculo europeo. ¿Es realmente imposible evitar tal despilfarro? Corinne Smith nos lo explica...

Cada año, en Francia, alrededor de 1'9 millones de bebés usan pañales. Lo que representa una muy jugosa cifra de negocios de 595 millones de euros². Si existen alternativas, está claro que no habrá que contar con las multinacionales como Procter & Gamble (que comercializa los pañales Pampers) para proponérselas. Ahora bien, los pañales desechables reúnen tantos inconvenientes que no podemos resumirlos únicamente a una cuestión de derroche.

PELIGROS PARA LA SALUD

Se han levantado ciertas dudas respecto a su toxicidad. Los pañales están en contacto con la frágil piel del bebé durante a veces más de dos años. En su composición encontramos un importante tóxico: el TBT (tributil estaño). Está también presente en la composición de ciertas pinturas, en los barnices de madera, en ciertos desinfectantes...

El caso de los pañales desechables y de su toxicidad ha sido asimismo objeto de una tesis de doctorado en medio ambiente³ que señala el tema y que reúne los estudios sobre este asunto. Análisis realizados por Greenpeace en mayo de 2000⁴ han puesto en evidencia trazas de TBT en ciertos pañales desechables. También se han encontrado compuestos organo-estaños como el estaño dibutílico y el estaño monobutílico. Aunque en menor concentración, el TBT puede dañar el sistema inmunitario del hombre y deteriorar su sistema hormonal. Los tests en cuestión efectuados por Greenpeace han encontrado TBT en seis marcas de pañales. Los pañales desechables contienen entre 4'2 mg y 8'6 mg de TBT/kg. Se han encontrado también otros compuestos de órgano-estaños como el estaño dibutílico y el estaño monobutílico. Un bebé que utiliza cinco pañales desechables por día podría estar en contacto con hasta 3'6 veces la dosis cotidiana tolerable estimada por la Organización Mundial de la Salud. La organización británica WEN (Women's Environmental Network) ha realizado también análisis y ha encontrado TBT en los pañales.

Así pues, los pañales desechables contienen policrilatos, utilizados por su efecto absorbente. Los riesgos de migración de este polvo aumentan en el caso de que el pañal se rompa incluso estando seco.

LA HUELLA ECOLÓGICA

¿Y qué decir del impacto ecológico? Hacen falta varios siglos para que un pañal desechable se degrade completamente. Además, para fabricar estos pañales, hay que talar árboles y producir plástico. Un solo niño consume anualmente 135 kgs de madera, 23 kg de petróleo y 8 kg de cloro.⁵

La asociación Women's Environmental Network encargó un estudio comparativo de los pañales desechables, los pañales reutilizables y los lavables. Los resultados obtenidos son: los pañales dese-



Pañales reutilizables de la firma bebéecológicos.com

chables, en relación con los lavables, consumen 3'5 veces más energía, 2'3 veces más agua, 8'3 veces más materias primas no renovables, 90 veces más materias primas renovables y generan 60 veces más residuos sólidos⁶.

Según el gabinete de estudios Best Foot Forward, la huella de residuos que deja un niño a causa de los pañales se estima entre 4.440 y 8.000 m² si ha consumido pañales desechables, 1.800 y 2.300 m² si ha utilizado pañales lavables lavados en casa⁷. Podemos por todas estas razones escoger los pañales lavables. Son los más ecológicos, sin duda.

LA CUESTIÓN ECONÓMICA

Falta todavía hablar de la cuestión económica. Coste por coste para el monedero, el precio medio de un pañal desechable es de 0'25 €. Podemos estimar así el coste total de pañales desechables en alrededor de 1.200 € por niño, según la marca escogida.

Un pañal lavable cuesta entre 10 € y 22 € (según el tejido, los colores, la calidad). Los más básicos (sin elásticos, pero bien adaptados para los recién nacidos que se mueven poco) cuestan 5 o 6 €. El coste es aún más interesante si nos los fabricamos nosotras mismas.

Los pañales lavables son así más económicos; según la calidad de los pañales escogidos y el número de niños que los utilicen, el ahorro será más o menos importante. Hacen falta un mínimo de 15 a 25 pañales para asegurarnos un lavado cada 3 o 4 días, con un presupuesto de 270 € a 450 €. El coste de conservación de los pañales (detergente, agua, energía) está comprendido entre los 200 y 400 €.

PAÑALES LAVABLES, ¿SON PRÁCTICOS?

Podemos decir que la elección de pañales lavables es económica, pero ¿es práctica? Sus promotores aseguran que no tienen nada que ver con los pañales "arcaicos" de antes de la guerra. Están "reformados" y adaptables fácilmente a la talla del niño. Necesitan, eso sí, ciertos esfuerzos de manipulación.

Algunos proponen incluso tratar el problema desde el punto de vista de la reducción de la duración de utilización de los pañales enseñando al niño a estar limpio más tiempo. ¡No es necesario insistir en las ventajas que esto representa para todos!

Según Ingrid Bauer, autora alemana⁸, es un error creer que los bebés no son conscientes de sus necesidades naturales y que no las pueden dominar ni expresar. La utilización de pañales cada vez más absorbentes tiene efectos negativos en el sentido de que los padres no son conscientes de que el niño ha hecho sus necesidades. A los primeros signos, que se aprenden a reconocer más o menos rápidamente (¡es el autor quien lo dice!), los padres pueden empezar a poner al niño en el orinal. ¡En las sociedades tradicionales, las madres



Foto: EcoArchivo

Una madre y su bebé en Burkina Faso. No se utilizan pañales en las poblaciones más tradicionales y no pasa nada. Los padres conocen a su bebé y nunca se hace pipí intempestivamente. El bebé aprende muy pronto a estar seco.

empiezan esto desde el nacimiento! Para empezar, es posible utilizar pañales sin protección impermeable para que la humedad sea visible con el fin de actuar más rápidamente.

La idea es que el niño controle sus esfínteres más rápidamente para que no tenga que ir húmedo con los pañales (sean lavables o desechables). No hay que dejar de llamarle la atención al respecto desde muy pronto. Pero esto requiere una presencia de los padres y es más cómodo hacerlo en casa que cuando se viaja o en la cuna, y hay que recordárselo ¡Os toca el turno!

Corinne Smith

NOTAS

- 1 Cf. Anne-Sophie Ourth, "Los pañales lavables constituyen una alternativa moderna, ecológica y económica a los pañales desechables", Tesis anexa presentada para la obtención del grado de doctorado en Medio Ambiente, Facultad Universitaria de Ciencias Agrícolas de Gembloux, 2003.
- 2 Cifras del gabinete de estudios Xerfi 2005.
- 3 Anne-Sophie Ourth, *op. Cit.*
- 4 <http://archive.greenpeace.org/pressreleases/toxics/2000may152.html>
- 5 Lehrburger, Mullen, James, *Diapers: Environmental Impacts and Lifecycle Analysis*, Nacional Association of Diaper Services, Philadelphia janvier 1991. Citado por la Real Diaper Association.
- 6 Landbank Consultancy, "A review of Procter & Gamble's Environmental Balances for Disposable and Re-usable Nappies", Julio 1991.
- 7 Nicky Chambers, Craig Simons, Mathis Wackernagel, *Sharing Nature's Interest: Using Ecological Footprints As an Indicator of Sustainability*, Earthscan Publications, 2001, p.155-156.
- 8 Ingrid Bauer, *Sans couches, c'est la liberté !* Ed. L'Instant présent, abril 2006. Dirección del editor: Quartier de Ginouviers, 83250 La Londe les maures. France.

LA HIGIENE NATURAL DEL NIÑO

LIBRO

Asistente maternal y madre de dos niños, Sandrine Monrocher-Zaffarano detalla en esta obra práctica las etapas necesarias para que el niño aprenda (y sus padres) a no utilizar pañales. Sólo en francés.

Sandrine Monrocher-Zaffarano, *L'hygiène naturelle de l'enfant*, Editions Jouvence, 2005, 95 pages.





ACTIMEL

¿QUÉ HAY DETRÁS DE LA ETIQUETA?

El intestino humano es un ecosistema único y la característica principal de todo ecosistema sano es la presencia de una notable diversidad de microorganismos. Si te conviertes en esclavo de las bebidas probióticas, podrías estar favoreciendo un desequilibrio insano en tu organismo.

Ojo con lo que les das a tus niños...



saludable, capaz de promover el buen funcionamiento del sistema inmunológico. Pero la cosa no está tan clara cuando hablamos de productos pseudo-farmacéuticos del tipo Actimel —etiquetados como “alimentos funcionales” —.

Un estudio reciente de la Universidad de Reading demuestra que la mitad de las bebidas probióticas, yogures y suplementos que se analizaron... no reunían los seis criterios básicos de los alimentos de alta calidad. A saber, deben ser seguros para el consumo humano; deben ser *vivos* y capaces de resistir a los jugos gástricos con el fin de alcanzar el intestino en un número suficiente como para ejercer su efecto; que sus beneficios para la salud estén clínicamente probados y científicamente demostrados; tener debidamente definidos sus contenidos; estar claramente etiquetados; y ser estables durante su almacenamiento —con la garantía de aporte de beneficio durante su conservación hasta su fecha de caducidad—.

INGREDIENTES

Yogur, leche desnatada, azúcar líquido (sucrosa 11.3%), dextrosa, estabilizante (almidón de tapioca alterado), aromatizantes, cultivos de *L. Casei* imunitas®, regulador de acidez (citrato de sodio)...

Casi un 70% del sistema inmunológico se encuentra en el intestino. El intestino también tiene un sistema nervioso —el sistema nervioso entérico— que es tan complejo como el sistema nervioso central (el cerebro y la médula espinal) y, al parecer, con la misma influencia tanto en la salud mental como en la emocional. De modo que es importante mantener el intestino sano.

Para conseguirlo, es aconsejable mantener un equilibrio entre las bacterias *benignas* y *malignas* que habitan en el intestino humano. En un intestino sano el número de “las buenas” superan en número a las malas, y, cuando se multiplican, también ayudan a transformar ácidos orgánicos en glucosa, a disminuir la concentración sanguínea de colesterol, a sintetizar vitaminas, a acabar con las enzimas, proteínas y fibras en los alimentos y a fortalecer el sistema inmunológico.

EL YOGUR ES SALUDABLE

Está demostrado que comer yogur natural —rico en organismos vivos beneficiosos conocidos como probióticos— es un hábito

ALIMENTANDO EL INTESTINO

TOMA PLÁTANOS, ALCACHOFAS, TRIGO...

La ausencia de variedad en nuestra dieta deriva en la misma ausencia de variedad en las bacterias de nuestro intestino. Todas las llamadas bacterias “benignas” en el intestino necesitan alimentarse diariamente de forma que los organismos que mueren o son evacuados sean reemplazados con regularidad. Para ello necesitaríamos incluir alrededor de 40g de diversos carbohidratos difíciles de digerir, a menudo llamados “prebióticos” en nuestra dieta diaria. Sin su alimento principal, la carga de bacterias intestinales benignas podría disminuir rápidamente, lo cual produciría un efecto perjudicial tanto en el sistema inmunológico como en otras funciones corporales.

Los prebióticos se encuentran en la mayoría de la fruta, verduras y granos de cereales no alterados —los plátanos, las alcachofas, la achicoria y los granos de trigo son particularmente buenas fuentes—. Cuanto más se incluyan en la dieta, más se estimulará la diversidad saludable de las bacterias benignas que se encuentran en nuestro intestino de forma natural, pudiendo prescindir de suplementos probióticos especiales que aportan superabundancia de una única cepa bacteriana.

Algunos de ellos, como Actimel de Danone, se consideraron “satisfactorios” —es decir, que contenían organismos vivos que sobreviven hasta alcanzar el intestino—. Pero, a pesar de esto, poco se sabe sobre sus beneficios a largo plazo, o sobre si es recomendable para la salud el consumo diario de este tipo de bebidas dulces.

PRODUCTOS RECIENTES

Una de las razones es que las bebidas probióticas son relativamente recientes; hace 12 años no existían en el mercado. Actualmente, en el Reino Unido, lo que se conoce como el mercado de “bebidas activadoras de la salud” —que incluye tanto las bebidas probióticas como las reductoras de colesterol— produce unos ingresos de 227 millones de libras esterlinas con un más que considerable incremento del 65% durante el pasado año. En los últimos 12 meses se vendieron más de 830 millones de envases, lo que equivaldría a 14 envases por individuo del Reino Unido.

De estas bebidas, se compran diariamente más de un millón de envases de Danone Actimel. Las ventas de Actimel alcanzan el 49% de todas las bebidas probióticas adquiridas en el Reino Unido, el doble que cualquier otra marca.

INGREDIENTES

YOGUR, LECHE DESNATADA

Ingredientes básicos

Ambos pasteurizados, lo cual destruye nutrientes y transforma la estructura de las proteínas de la leche (especialmente la caseína) en unas de un tipo que el cuerpo no está diseñado para digerir. Virtualmente elimina las bacterias benignas presentes en la leche y en el yogur de forma natural.

AZÚCAR LÍQUIDO

Edulcorante

La etiqueta no indica si se trata de jarabe alto en fructosa o alto en glucosa. El que se emplea es devastador para la salud, ya que eleva el nivel de colesterol, dificultando la regulación del peso, alterando el balance de magnesio, aumentando la resistencia a la insulina y fomentando la alta presión arterial.

DEXTROSA

Edulcorante

También denominada glucosa. Un azúcar simple que provoca un pinchazo instantáneo en la glucosa de la sangre, provocando una excesiva producción de insulina, una bajada en la glucosa de la sangre, sensación de fatiga y depresión. La dextrosa además es un derivado del trigo —un factor que los intolerantes al trigo han de tener en cuenta—.

ALMIDÓN DE TAPIOCA ALTERADO

Espesante, estabilizante

El almidón de los alimentos alterados es un almidón que ha sido tratado física o químicamente. Este espesante universal, derivado de la raíz de la casava o de la planta de la yuca, lo podemos encontrar tanto en las bebidas de yogur casero, como en adhesivos, explosivos, fabricación de papel y acabados textiles. No es una sustancia que se pueda hallar en la Naturaleza, no aporta ningún valor nutricional y todavía no hay información sobre los efectos que pudiera tener en la salud.

L. CASEI IMUNITASS®

Organismo probiótico

Los estudios muestran que puede ayudar a combatir tanto la diarrea en niños como las bacterias perniciosas tales como *E. Coli* (en ratones). En las personas, estudios no publicados muestran una activación leve de la inmunidad.

AROMATIZANTES

Aporta sabor

Los aromatizantes son perfumes. Derivados de sustancias petroquímicas. Contienen las mismas neurotoxinas, carcinógenos y alérgenos contenidos en todos los perfumes.



Foto: P. M.

Estos productos contienen un exceso de azúcar, algo muy negativo para la salud...

¿FUENTE DE SALUD?

La laxa ley actual de etiquetado en alimentos propicia que los productores no estén obligados a precisar la bacteria “benigna” utilizada, ni la cantidad de organismos que el consumidor recibe por unidad. Para ser saludable, un probiótico debiera contener 10 millones —preferiblemente 10 billones— de organismos vivos viables. Actimel especifica qué cepa contiene —el *L.casei imunitas*® patentado por Danone— pero en ningún momento se hace alusión al número de organismos presentes.

De hecho la etiqueta obedece más a intereses publicitarios que a informativos, induciendo a los padres a incluir un envase de Actimel en la merienda de sus hijos para “protegerlos” y ayudarlos a “mantener sus defensas naturales”.

Mientras que estudios a corto plazo han demostrado que un suplemento de cepas de *L. Casei* puede ayudar a prevenir la diarrea infantil en el mundo desarrollado, y podría —al menos en ratones— activar temporalmente el sistema inmunitario, no hay estudios que demuestren los efectos a largo plazo ni de ésta ni de ninguna otra bebida probiótica.

Cualquier beneficio hipotéticamente atribuible al efecto probiótico de Actimel pudiera bien ser rebatido por tratarse de un producto de alto contenido en azúcar. Cada envase de 100g contiene 13g de azúcar líquido. Para hacernos una idea, un informe reciente de la Organización Mundial de la Salud aconseja a los adultos un consumo diario de azúcar libre o añadida no superior a 12 cucharadas de café (48g). Los nutricionistas opinan que este consumo debiera ser aún menor, alrededor de 10 cucharadas de café (40g). Partiendo de esta base, un envase de Actimel aportaría de un cuarto a un tercio de la máxima cantidad de azúcar libre que un adulto debiera consumir diariamente.

Aunque es cierto que estas bebidas probióticas no contienen los carcinógenos, las neurotoxinas y las toxinas reproductivas que habitualmente se encuentran en este tipo de productos (a excepción de los que se endulzan con edulcorantes artificiales), tampoco existen pruebas de que aporten beneficio alguno, especialmente en aquellas personas que mantienen habitualmente una dieta equilibrada.



Pat Thomas

LIZANOTE DE LA ACRACIA O LA CONQUISTA DE LA INOCENCIA

El poeta Jesús Lizano acaba de publicar

“Lizanote de la Acracia o la conquista de la inocencia” (El Ciervo).

Desde siempre, ha reivindicado el retorno a la inocencia en su práctica poética. Para él, la inocencia no es exactamente un retorno a la infancia, sino la madurez plena.

El capitán no es el capitán...

El capitán es el mar...

Jesús Lizano

Mi madre dice que todos mis allegados son tipos raros. Y eso que no conoce a Jesús Lizano, ja ja. Otro amigo, Jaime Sisa, le define como “el último poeta anarquista del mundo”. Gran polemista, vestido siempre de oscuro con luengas barbas y pelo cano largo, Lizano es entrañable y un pedazo de pan, muy alejado de las truculentas farándulas literarias, o, dicho de otro modo, de lo que él denomina el Poder Literario. Hace cosa de tres o cuatro años, Lizano montó una caravana poética que recorrió las Ramblas barcelonesas a la reconquista de la inocencia. Los transeúntes no entendían muy bien lo que representaba aquella lírica manifestación a la que asistieron poetas como Enric Cassasses, David Castillo y otros. La cosa terminó con los manifestantes montados en las Golondrinas rumbo al ultramar del alma.

“A LOS CABALLITOS”

Desde que conozco a Lizano, he asistido a varios de sus recitales poéticos. Siempre me ha conmovido su entrega a la emoción. Uno de sus poemas que más me ha llegado (sobre todo, cuando él lo declama, con su virulencia lírica) es *Caballitos*. En él, invita a la Humanidad a montar carruseles, tiovivos y caballitos por todo el planeta. Y a subirse a ellos a políticos, jueces, familias, alcaldes, concejales, señoritos... Dice al final: “¡Hacia la confederación de todos los caballitos! / Hasta que todos fuéramos niños...”. Señala: “El anarquismo siempre ha tendido a fundirse con lo político. Mal asunto. Yo fundo lo libertario con lo poético. No me interesa ni la política ni la violencia. Políticos, poderosos, todos... a los caballitos”. ¿Qué diferencia con los textos anarquistas al uso, no, tan cargados de violencia? Algunos tan débiles, en el fondo...

ESCRIBIENDO PARA EL MAÑANA

Afirma Lizano, enfatiza, que para él la inocencia no es la infancia, sino la plenitud, el llegar a ser todos compañeros. Evoca una era de gloria para todos, sin poderosos y sin oprimidos, sin hambrunas y con equidad, con absoluto respeto por la Naturaleza. ¿Ingenuidad? “No escribo para el presente, es evidente. ¿Pero quién sabe si ese tiempo de plenitud pueda llegar algún día cuando se hayan superado las debilidades que nos oprimen a los humanos, el ansia de poder, el ego...”. Propone escapar del Mundo Real Político, como en su propio lenguaje explica, como ya escapamos en su día del Mundo Real Salvaje. Ahora, se trata-

LIZANO REBELDE “LA VERDAD”

Es triste la verdad. Es lo más triste. Vivimos de verdades que nos viven, verdades que inventamos y se escriben como leyes de un mundo que no existe.

La Razón, su locura, se reviste de fantasmas perdidos que reciben nombres que nos dominan y perviven fingiendo la verdad. En qué consiste

esa alucinación que determina el dominio que la convierte en diosa sino en el falso sol de nuestra esencia.

Huye de ese conjuro que la anima, confusa y tan sangrienta y venenosa. No es la verdad la luz. Es la inocencia.



ría de entrar en el Mundo Real Poético: "La conquista de la inocencia a la que me refiero en mis poemas es la conquista de esa tierra, la superación de las enfermedades de nuestra Razón, el racionalismo y el irracionalismo, aún no detectadas y que trato de revelar en Lizania". Este hidalgo caballero no pertenece a este mundo, vaya que no, así que se ha construido su propio paraíso: "Lizania".

UN MÍSTICO LIBERTARIO

Lizano está muy lejos de ser un ácrata al uso. En realidad, le define mejor la figura de místico libertario. Me habla de los tiempos que ha pasado en el monasterio de Montserrat como invitado: "Había una persona que era muy diferente a los demás que residían allí. Es decir, alguien para el que las vidas están por encima de las ideas. Esto hacía que pudiéramos compartir lo que nos unía, que era mucho. Cuando las ideas están por encima de las vidas, como en la política, en las guerras, en las religiones... entonces el ser humano puede llegar a dar de sí mismo lo peor". Aspira Lizano, como las diversas tradiciones espirituales, a religar al hombre a un proceso evolutivo ascendente: "En fin. Pensemos, desdramatizando, con la mayor serenidad, en lo que es ahora este mundo humano y en lo que podría ser si avanzáramos hacia una coordinación, hacia, en fin, el Mundo Real Poético. Sin fatalismos. Porque la posibilidad de superar esta estruc-

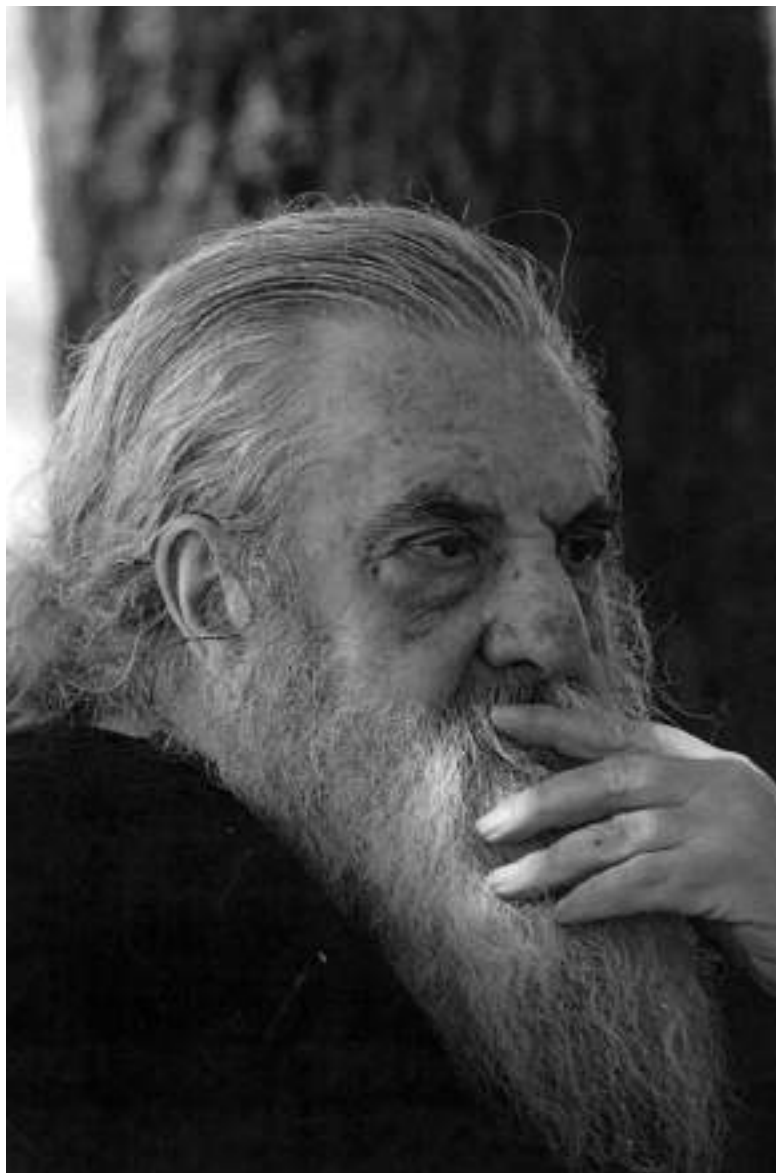
POESÍA FILOSÓFICA

LIZANOTE DE LA ACRACIA O LA CONQUISTA DE LA INOCENCIA
JESÚS LIZANO

El Ciervo (Colección "El hombre sentado")

Insiste Jesús Lizano en su discurso poético, muy ajeno a cualquier corriente, a cualquier moda, a cualquier tendencia de masas, con la quinta parte de su Lizania. La verdad es que uno no sabría decir si es un libro de poesía o de filosofía, porque también se incluyen varios textos no compuestos por versos. Pero es que hay filosofía en su poesía y poética en su prosa. Es Lizano, él. Asegura él mismo en el prólogo: "Esa fusión significa el mensaje definitivo de Lizania, en definitiva, el comunismo poético, que se va desvelando en ella, una llamada a que lo libertario deje de fusionarse con lo político y se fusione con lo poético y que lo poético deje de ser un adorno, algo simplemente estético y se comprenda como el verdadero humanismo, como la definitiva transformación de la especie en su posible plenitud".

www.elciervo.es



Jesús Lizano, ¿tal vez evocando en sus sueños el Mundo Real Poético del que habla?

tura existe, está en las raíces de nuestra especie, que exige un proceso. Y es que no nacemos humanos. La humanización es un proceso a nivel de especie y de individuos truncado precisamente por esa falta de coordinación, de comprensión. ¡Es un proceso creativo! Ah, el día en que lo social fuera clave de esa humanización y no su mayor impedimento. El día en que se coordinaran lo unitario y lo diverso...".

Pedro Burruezo



La opción inteligente
para la gente sana

Si realmente deseas una dieta sana para tu familia, nosotros cultivamos la huerta y te llevamos semanalmente a tu casa las frutas y hortalizas frescas, libres de químicos, plaguicidas y hormonas y con toda la fuerza de su sabor.

A partir de 115 €, 4 cajas (1 por semana)

A partir de 1.270 €, 52 cajas (año)

(transporte incluido)

Pide información ☎ 973 79 13 91



biográ®

La gama más amplia de alimentos de cultivo ecológico
con aval CCPAE de elaboración propia.

SORRIBAS, S.A.

Tel. 93 713 23 24 / Fax 93 713 18 65

EL COMLOT EDUCATIVO...

¿EDUCANDO O CONFUNDIENDO A LOS NIÑOS?

"Vivir educando" es una revista que se define a sí misma como una "revista de actualidad, recursos y tecnología educativa". En un número reciente publicó un artículo sobre los alimentos transgénicos dentro de una sección dedicada al intercambio de experiencias docentes. Este hecho no resulta sorprendente pues los alimentos transgénicos son un tema de gran actualidad y es evidente que es muy necesario que los niños reciban información sobre la procedencia de los alimentos que consumen y sobre los posibles riesgos sobre la salud que los diferentes tipos de alimentación comportan. Pero, ¿qué tipo de "des-información" reciben los niños?

El artículo en cuestión narra una experiencia llevada a cabo por un instituto de Madrid con los alumnos de 4º de ESO. La actividad se dividió en dos partes: una primera en el aula y una segunda en la VI Feria Madrid por la Ciencia. Destaca la descripción del trabajo previo llevado a cabo por las profesoras en lo que llaman "transposición didáctica", es decir, elaborar toda la información disponible de manera que pueda ser correctamente digerida por los alumnos. Este proceso incluye un trabajo basado en la búsqueda de información. Aquí ya sorprende que una de las fuentes de información sean los DVD's de divulgación de la Fundación Antama. Cualquiera que se mueva un poco dentro del sector sabe que la Fundación Antama es totalmente pro-transgénica, formada por departamentos de centros de investigación y universidades con proyectos financiados por las grandes empresas de biotecnología. En uno de sus folletos informativos llega a definir la agricultura no orgánica (en contraposición con la orgánica o biológica) como aquella que "no excluye la moderna tecnología" (como si la agricultura biológica fuese obsoleta) y como si sólo se fuese moderno si se cultivan plantas transgénicas. También sorprende que no se mencione ninguna fuente concreta de información más (a excepción de las revistas *Nature* y *Science*) y se limite a mencionar internet, revistas, prensa o televisión. ¿No se ha consultado a ninguna de las entidades que desde hace años denuncian los peligros de la agricultura transgénica? No lo podemos saber pero, por el carácter del artículo, parece ser que este otro punto de vista no ha sido muy investigado.

SÓLO LAS SUPUESTAS VENTAJAS...

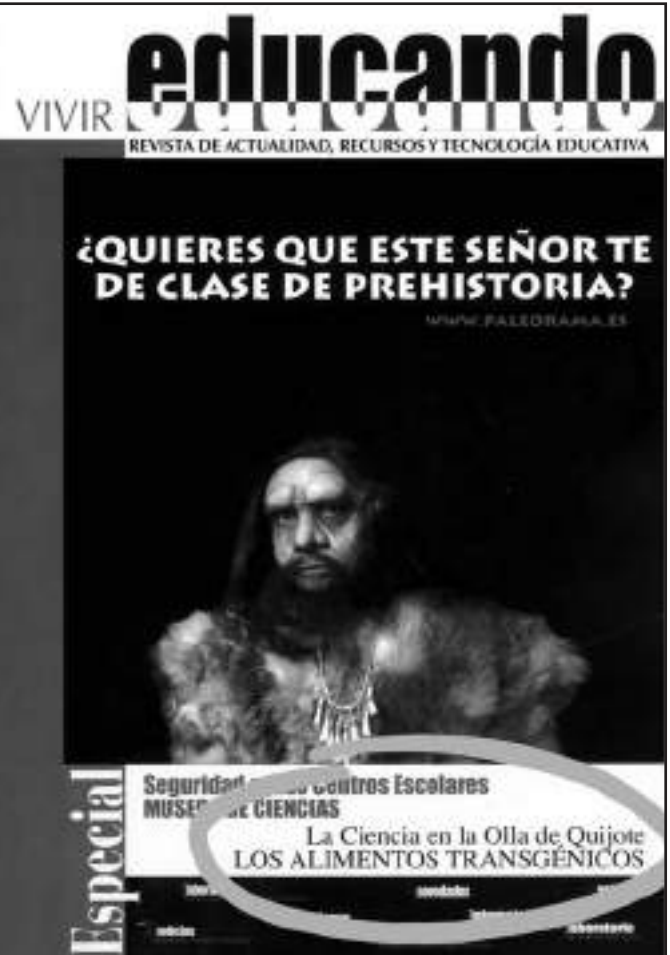
Uno de los materiales didácticos preparados para los niños es una tabla donde se comparan las supuestas ventajas e inconvenientes de los alimentos transgénicos. Es curioso que se limite a enumerar las hipotéticas ventajas (más nutritivos, con nuevos nutrientes, con medicamentos, resistentes a condiciones adversas, etc.) y en cambio muchas de las desventajas van acompañadas de un comentario que suaviza o matiza su posible efecto negativo. Se pueden producir alergias a los nuevos alimentos aun-

que (según el artículo) no existen pruebas de que generen más alergias que los tradicionales. Pueden contaminar el suelo pero aún hay que investigar más sobre la interacción planta y suelo. Es decir que, leyendo la tabla, se ve claramente un apoyo decidido de las autoras del artículo por este tipo de alimentos.

La experiencia va además acompañada de una práctica de laboratorio donde se explica a los niños cómo se fabrica una planta transgénica. Llama muchísimo la atención que el artículo describa el proceso de obtención de un organismo transgénico de la siguiente manera: "El proceso es sencillo, es cuestión de cortar y pegar genes, aunque hay que hacerlo en laboratorio y no es visible a simple vista". ¡El proceso es sencillo! ¡Tan sencillo como cortar y volver a pegar allí donde nos convenga! ¿Sabrán estos niños que la teoría genética no es tan simple como la planteó Mendel? ¿Sabrán que además de las porciones de ADN que codifican proteínas hay grandes cantidades de ADN en los genes cuya función se desconoce? ¿Sabrán que en un organismo el funcionamiento de un gen está regulado por su fisiología, por su contexto genético y por las condiciones del medio donde se desarrolla? ¿Sabrán que ya ha habido casos de plantas transgénicas cuyos resultados no han sido los esperados debido a cambios en la climatología y que este hecho provoca la pérdida de cosechas a los agricultores? ¿Sabrán que las consecuencias a largo plazo de modificar el genoma de un ser vivo son imprevisibles?

TODOS MUY CONTENTOS

La experiencia acaba con la presentación de su trabajo en un stand de la VI Feria de la Ciencia de Madrid. Todos quedan satisfechos: los profesores, los alumnos y el público asistente, que ve en los alimentos transgénicos algo nuevo que probar. Un sencillo experimento: se les da a probar a los visitantes palomitas a elegir entre transgénicas y no transgénicas. El 46% prefiere las transgénicas; el 35 %, las convencionales; y el 19%, no nota diferencias. Y en realidad no las hay porque todas las palomitas salen de la misma bolsa. No queda claro si todos probaron ambos tipos de palomitas o si los que eligieron las convencionales no



se atrevieron a probar las transgénicas. Lo que sí queda probado es que somos muy manipulables y que nos resulta muy fácil creernos lo que nos dicen. Si es así en el caso de los adultos, todavía es más sencillo en los niños, cuyas ideas y criterios todavía no están bien definidos.

No ponemos en duda la buena voluntad de las profesoras que han diseñado esta experiencia. Sin embargo, este artículo pone de manifiesto uno de los problemas más graves de la educación. No enseñamos a los niños a ser críticos. Les enseñamos a aceptar verdades como si fueran absolutas, sin plantearse de dónde viene ese conocimiento y dentro de qué paradigma científico se ha creado. No es cierto que la ciencia sea exacta. Lo que hoy es una verdad mañana tal vez sea una mentira. No es que no se deba enseñar nada en las escuelas. Pero el profesor siempre debería tener en cuenta una visión lo más imparcial posible y transmitir a los niños que ha habido otra forma de ver las cosas y que, incluso ahora, dos personas lo pueden ver de manera diferente. He olvidado muchísimos conocimientos a lo largo del tiempo pero nunca olvidaré a mi profesor de Química Orgánica durante mis estudios universitarios. Él cada día empezaba sus clases con la frase: "Suponiendo que el átomo exista...". Esa simple frase me ayudó a entender que incluso el sabio más sabio o el científico más científico no puede estar seguro de nada pues basa sus conocimientos en verdades que sólo sirven aquí y ahora. Mañana nadie sabe que pasará.

LA GUINDA DEL PASTEL...

Como guinda, el artículo va acompañado de un menú del restaurante "Al rico transgénico", elaborado por los niños. Patatas asadas con gen de calcio, rape al romero con el gen de la hormona de crecimiento humano o tinto de mesa con gen de

Lambrusco son algunas de las exquisiteces. A mí que no me esperen. Sin duda, a muchos se les van a indigestar tales exquisiteces...

Montse Escutia es ingeniero agrónomo de la As. Vida Sana

TRANSGÉNICOS Y HAMBRE

HOY MÁS NIÑOS PADECEN MISERIA

Se dice que la ingeniería genética acabará con el hambre en el mundo, algo que ya prometía la Revolución Verde. Pero es mentira: la ingeniería genética no terminará con el hambre en el planeta, ni mucho menos. Los profesores en cuestión, que prepararon el artículo citado en estas páginas, se olvidaron de citar que, pese a las promesas de las grandes corporaciones, allí donde se han instalado las firmas biotecnológicas hoy hay más hambre que en el pasado. En formarse.com, un portal informativo bonaerense, podemos leer el decálogo de porqué los alimentos transgénicos no son la panacea que nos venden. El punto número 9 dice así:

La ingeniería genética aplicada a la agricultura no solucionará el hambre en el mundo, como afirman las empresas biotecnológicas. Al contrario: tiene el potencial de generar una mayor dependencia alimentaria. Hoy se produce el 50% más de los alimentos necesarios, según el Programa de Alimentos de la Organización de las Naciones Unidas (ONU). Sin embargo, unas 53 millones de personas, sólo en América Latina, pasan hambre. Ellos forman parte de los 795 millones de seres humanos que se encuentran en distintos estados de desnutrición. La cuarta parte de ellos son niños. Mientras en los países industrializados mucha gente se muere por exceso de comida (colesterol, etc.), en el Tercer Mundo muchos pasan hambre, o mueren por malnutrición. Monsanto dice que los alimentos transgénicos pueden alimentar al planeta. Lo cierto es que

la propaganda de Monsanto se alimenta de numerosos mitos de la agricultura moderna en torno al hambre, la producción de alimentos y la propia agricultura. Desgraciadamente estos mitos han sido y continúan siendo repetidos tan a menudo, que se toman como ciertos. La leyenda creada no se refiere al hambre sino a la causa principal que la genera. Monsanto nos hace creer que la producción agrícola no está aumentando al mismo ritmo que crece la población. Hasta ahora numerosos estudios y estadísticas refutan esta afirmación. Aunque el hambre en el mundo aumentó desde 1970, también lo ha hecho en la misma proporción la producción alimentaria *per cápita*. En Sudamérica el número de hambrientos aumentó en un 19%, y los suministros *per cápita* en casi un 18%. En el Sur de Asia el hambre y los alimentos *per cápita* han crecido en un 9%. Estas estadísticas y muchas otras indican que el crecimiento demográfico no ha sido, por lo menos actualmente, la razón principal del aumento del hambre desde 1970. En teoría el volumen total de alimentos disponibles por individuo ha aumentado de manera significativa. El prestigioso biólogo Tewelde Egziabher, el representante de Etiopía ante la Convención sobre Diversidad biológica, indicó: "Todavía hay gente hambrienta en Etiopía, pero padecen hambre porque no tienen dinero, no porque no haya comida... Rechazamos enérgicamente la manera abusiva con que se emplea nuestra pobreza para influir sobre la opinión pública".

LA IMPORTANCIA DE UNA DIETA LO MÁS VITAL POSIBLE NIÑOS SANOS, NIÑOS VIVOS

Dolores Rubio, que dirige una firma dedicada al mundo infantil y a la ecología, madre de dos niños, escribe en primera persona y nos explica cómo cuida de la salud familiar. Nada de químicos, sólo alimentos biológicos y lo más vitales posible. Dolores sugiere aumentar hasta lo máximo posible la cantidad de alimentos vegetales crudos en la dieta de los pequeños y de todos los integrantes de la familia.

Me temo que la física y química del Bachillerato de los 70 me ayuda poco hoy. Ojalá hubieran traído a clase los cosméticos del baño con el hermético lenguaje de sus ingredientes, la irritante crema depilatoria con ácido thioglycolico, el 90% de parabenos que chupamos de la barra de labios con sus implicaciones medioambientales y para nuestros hijos... Por suerte la maternidad ha agudizado mis sentidos. Estudio porque, como todos, quiero lo mejor para mis hijos: salud.

Los padres nacidos en los 60 coincidimos con el uso masivo de la química sintética, pesticidas, fertilizantes artificiales, hormonas de crecimiento, polución medioambiental... Como madre, lo más molesto de las sustancias sintéticas es su "volatilidad". Viven en la grasa del cuerpo y ¡en mi leche! Mi hijo, al final de la cadena alimenticia, puede recibir lo peor del cóctel contaminante interno. La alimentación durante el embarazo puede afectar a la salud del hijo a largo plazo ya que un cuerpo con toxinas puede crear un feto tóxico y pasa factura a generaciones futuras (Dr. Robert Winston). Los nietos enfermarán antes y peor que nuestros hijos (Dr. Fred Paténaude). Hay que cuidarse, hay que huir de las sustancias tóxicas.

¡SUGERENCIA!

Releer *Los tres cerditos* y construir una casa fuerte y saludable para nosotros y las futuras generaciones respetando a los seres vivos -cerditos u otras especies- y sin contaminar la tierra. ¿Y cómo hacemos eso? Yo, personalmente, leo y me guío por el sentido común y la intuición:

- Dieta viva sin carne: ética y ecología aparte, la carne lleva toxinas ingeridas por el animal antes de morir (vacunas, drogas, hormonas); además, contiene orina (ácido úrico) del cual el cuerpo sólo puede procesar 8gr al día (450grs carne = 16 grs áci-



Foto: M. P.

La alimentación con productos orgánicos, frescos y crudos salvaguarda la salud de los pequeños y de toda la familia

do úrico). El Premio Nobel Otto Warburg descubrió en 1931 que las células en medios anaeróbicos (sin oxígeno) o ácidos no pueden convertir la glucosa en energía, lo cual hace que las células cancerígenas se multipliquen. La carne es ácida, luego Australia, el mayor consumidor de carne roja del mundo, tiene también la mayor incidencia de cáncer. En Grecia los atletas se alimentaban de fruta y los soldados de carne... ¡Yo prefiero a los atletas!

- Dieta viva sin leche de vaca: "Bebe mucha leche, que tiene calcio y te harás grande" ¿Familiar? La intención es buena, pero la evidencia es otra. USA, primer consumidor de lácteos, tiene la mayor deficiencia en calcio del mundo y el 70% de personas de más 40 de años sufre enfermedades degenerativas. El *calcio vivo* es asimilable; el inorgánico (calcio "muerto" de la leche común) se almacena sin necesidad. ¿Por qué los niños quieren azúcar? ¿Necesitan calcio? Pruebe leche de sésamo y ¡ahorre en *chuches* y dentistas!

CONSEJO DE EINSTEIN

“Es esencial deshacerse de los prejuicios profundamente arraigados, que a menudo repetimos sin analizar”. Por muy “bebés ecológicos” que sean mis hijos (parto en casa, lactancia materna, pañales lavables, libres de vacunas y *cole*, alimentos biológicos...), tienen algún que otro problema, así que sigo a Einstein y busco con mente abierta.

Cualquier cerdito que se precie de buen constructor usa los mejores materiales. La constante regeneración de las células precisa excelente materia prima para que todo funcione a la perfección en el organismo. No se trata tanto de digerir, sino de asimilar mejor y más rápido los nutrientes de los alimentos. Las verduras y frutas son lo más nutritivo y las ecológicas tienen hasta 10 veces más minerales que las otras.

Al entrar en el cuerpo, los encimas de alimentos vivos (sin calentar a más de 40 grados) envían los nutrientes a los distintos órganos/funciones del cuerpo. Tras completar su misión en el estómago, los encimas *vivos* salen del cuerpo y vuelven a la tierra haciéndonos partícipes del ciclo vital.

La mayor concentración de encimas en la Naturaleza se da en la boca de los niños/jóvenes que comen alimentos cocinados -30 veces más que en adultos-. El cuerpo intenta adaptarse aumentando la presencia de encimas en la saliva para procesar el alimento lo antes posible y así proteger el estómago. Pero con el tiempo...y alimentos cocinados “sin encimas vivos”, el cuerpo recurre a los propios encimas y éstos, tras la digestión, nos abandonan llevándose nuestra salud, belleza y vitalidad... A los 60, y con sólo un 30% de los encimas, ¿cómo no vamos a envejecer y enfermar?

APRENDER Y CAMBIAR

Desde hace unos meses comemos más productos frescos/crudos (75% de nuestra dieta) con resultados absolutamente extraordinarios. ¡¡¡Mis hijos duermen!!! ¡¡¡Y sus padres también!!! (¡Por fin, después de 5 años!).

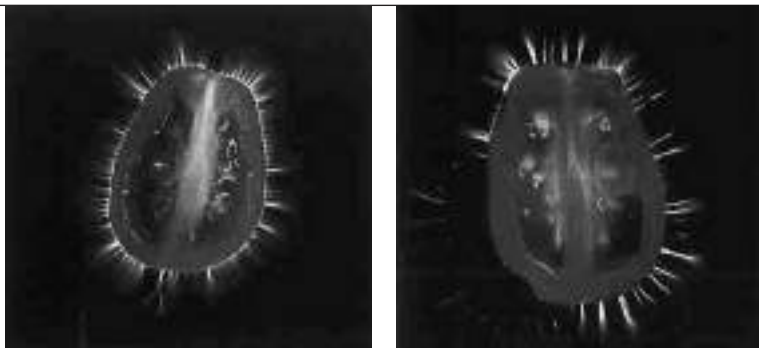
Siempre me ha causado admiración el ver a niños relajados, dulces y amables... e intuía que su dieta era distinta. Pues bien, el cambio en el comportamiento de mis hijos es enorme y ahora disfruto mucho más de ellos. Gracias a la dieta viva.

Un cuerpo sano es 80% alcalino y 20% ácido. Una dieta de muchas proteínas, grasas y azúcar artificiales crea un cuerpo más ácido con estrés y mucha tensión física y emocional. Al dar alimentos alcalinos a los hijos los hacemos más tranquilos, felices ¡y cooperativos! El cristal empañado no deja ver; si los cuerpos de los niños están limpios, su carácter y su interior es más visible y accesible a todos. Ponedlo en práctica y veréis. ¡Sus ojos brillan de un modo especial!

La clorofila tiene una estructura química muy parecida a la sangre, así que, cuanto más verde coman, más limpia y nutrida estará su sangre. Además de limpiar, fortalece el sistema inmunológico para combatir las sustancias tóxicas.

¿Os acordáis de Popeye el Marino? ¡Y eso que eran espinacas en lata! ¿Y de King Kong? Pues bien, mi hijo Tristán, que pesa 19 Kgs, levanta a su hermana de 15 kgs. Es decir, un 80% de su masa corporal; no está mal para 5 años, cuántos adultos quisieran...

En los años 30 se estudió la respuesta del cuerpo ante alimentos naturales o cocinados. Los científicos del Instituto de



En las fotos tomadas con la cámara kirlían se aprecia muy bien cómo el tomate biológico fresco (izquierda) tiene mucha más vitalidad que el tomate bio que ha sido un poco cocinado (derecha)

Foto: EcoArchivo

Química Clínica de Lausanne (USA) observaron una migración masiva de leucocitos al estómago para proteger al organismo de “algo extraño no natural” y a ese proceso lo llamaron “leucocitosis digestiva”.

La primera vez que damos algo cocinado al bebé, la inteligencia innata de nuestro extraordinario organismo crea una película mucosa por todo el cuerpo para proteger la sangre de su toxicidad. Mi hijo Tristán no tiene prácticamente mocos; de hecho, cuando los tiene, no quiere sonarse porque no está acostumbrado. Sin embargo, mi hija Cassia, vacunada en China, donde vivió 18 meses, no sólo insiste en limpiarse sola, sino que muestra su enfado sonándose vigorosamente. Así prueba nuestra paciencia y elimina mocos al mismo tiempo. ¡Bien hecho, Cassia!

DESINTOXICACIÓN NATURAL

Lo que ponemos sobre nuestra piel es tan importante como lo que comemos. La piel es el órgano más grande del cuerpo y el último en nutrirse por ser el más distante del aparato digestivo. Absorbemos el 70% de todo aquello que entra en contacto con la piel, por lo tanto es esencial nutrirla por dentro y por fuera. Cada vez que el cuerpo tiene la oportunidad, aprovecha para desintoxicarse. Tristán tiene una piel preciosa y suave. La diferencia con su hermana, vacunada en China, donde recibió otra alimentación y cuidados, es evidente en su eczema. Según el experto en nutrición David Wolfe, eso es el resultado de una gran toxicidad en los órganos. Esa toxicidad, habiendo pasado a la sangre, es necesario eliminarla a través de la piel.

Después de años sin poner nada en mi piel (no suena muy femenino, pero es la pura verdad), ahora en casa todos usamos la cosmética viva de una firma, Raw Gaia. No sólo tiene los ingredientes más puros, sino que, por primera vez en el mundo, los ingredientes son 100% vivos. La piel se alimenta de la fuerza vital de antioxidantes, minerales, vitaminas y aminoácidos por no haber sido sometidos a temperaturas superiores a 40 grados. Son cremas vivas que además ayudan a eliminar toxinas. Toda la gama familiar se hace de forma artesanal por expertos en reiki, de ahí que además contengan la energía universal de la vida.

Como los alimentos vivos, la crema con MSM (Methyl-sulfonyl-methane) es literalmente un regalo del Cielo para nuestros cuerpos.

...Y el lobo (o la enfermedad), con el rabo cocinado, se marchó dejando a los cerditos tranquilos en su nueva casa, donde vivieron felices y activos ¡más de 120 años!

Dolores Rubio es directora de *Bebés Ecológicos SL*.
www.bebesecologicos.com

UN EJEMPLO: LA FIGUERA DE SAMALÚS APRENDER DE LA FORMA MÁS NATURAL

A medio camino entre Granollers y el Parc Natural del Montseny se ha creado La Figuera de Samalús, un espacio para que los más pequeños inicien su camino por la vida de forma armónica. La relación de los maestros con los niños se basa en una profunda comprensión, respeto y amor por lo que es la individualidad de cada uno.

“**A**quí creamos un espacio al margen de las interferencias de la sociedad de consumo, de la fetichización tecnológica y del estrés de las ciudades”, señala Ricard Ramos, impulsor de un proyecto que nació en 2005. Se trata de una escuela para niños de 2 a 7 años, situada en una masía que está rodeada de campos de cereales y bosques de pino y encina.

La iniciativa de crear este espacio denominado La Figuera de Samalús, pero al que todos llaman con cariño *l'escoleta*, nació hace unos siete años cuando este ingeniero técnico agrícola y diplomado en Magisterio en la especialidad de Musicología buscaba escuela para sus hijas: “Con otros padres y maestros nos dimos cuenta de que el sistema educativo era demasiado uniforme y cuadrulado. Un sistema en el que todos los niños tenían que aprender los mismos contenidos en el mismo momento, sin tener en cuenta la individualidad de cada cuál”.

Según Ricard, la escuela está más pensada en función de las necesidades de los adultos que de los pequeños. “Hay un autoritarismo camuflado cuando a los niños, que aún no han llegado a la ESO, se les advierte que ‘¡ya verás en la ESO!’; y cuando están en la ESO se les advierte que ‘¡ya verás en el Bachillerato!’”. Para este pedagogo, esta actitud lo único que hace es contener la iniciativa de cada uno porque fomenta el aprendizaje a través del miedo.

Por el contrario, en *l'escoleta* se pretende que cada niño despliegue su individualidad de forma natural y que al lado tenga maestros que lo estimulen en el camino que quiere tomar el niño, no en el camino que quiere el adulto.



Foto: La Figuera de Samalús

Los niños de la Figuera de Samalús, bajo la lluvia. El contacto con los ritmos de la Naturaleza es muy importante...



Foto: La Figuera de Samalús

Los niños de *l'escoleta*, jugando. Se estimula su imaginación... Unos troncos pueden transformarse, en su fantasía, en una gran puente o en un simple tronco podrido...

PEDAGOGÍA SIN DOGMAS

En este sentido, el proyecto encuentra buena parte de su inspiración en la pedagogía Waldorf, creada por Rudolf Steiner, quien partía de la base de que “la pregunta que debemos hacernos no es qué conocimientos y capacidades precisa el hombre para contribuir al orden social existente, sino qué vive en su interior y qué puede despertarse en él”. Otra de las fuentes que también les ha dado herramientas útiles son las indicaciones de la doctora Emmi Pikler, que tiene por axioma respetar el desarrollo natural del niño. De todas formas, como apunta Ricard, “nosotros más que seguir una pedagogía u otra, seguimos al niño, así que utilizamos la pedagogía que más se acerque a lo que consideramos que es su propia esencia”.

Por este motivo en el espacio se promueve que el menor aprenda experimentando y descubriendo por sí mismo, en contraposición a la tendencia de dar al niño todo de forma ya masticada o a través de doctrinas preconcebidas. “La clave es no precipitar etapas o descubrimientos que el niño hará de forma natural”, explica Ricard; y aclara que “si yo me avanzo a él, le estoy robando la posibilidad de aprendizaje. Por el contrario, cuando descubrimos algo por nosotros mismos se produce una profunda sensación de alegría y ese aprendizaje no se olvida, y por esto permite avanzar en el conocimiento de uno mismo y del mundo”.

SIN JUGUETES APRENDEN Y DISFRUTAN MÁS

Una de las consecuencias de esta idea es que en la escuela haya pocos “juguetes” y muy sencillos. “En los juguetes convencionales el fabricante decide qué es, para qué sirve y cómo se utiliza”, advierte Ricard. Y continúa: “En cambio nosotros dejamos que el niño pro-

yecte su imaginación y creatividad en cada objeto, que, en sí mismo, puede ser muchas cosas. Mientras que un niño hiperestimulado en un palo sólo ve un palo, otro verá un avión o diez mil cosas más”.

Otra de las ideas que se aplican en *l'escoleta* es que “los niños no son sacos vacíos que se han de llenar de conocimientos. Hay que olvidarse de la idea de que los niños no son nada si nadie les enseña o de que... porque soy el maestro sé lo que él necesita”. Más aún: “El ser humano por naturaleza es curioso, quiere conocer el mundo y quién es él. Y este afán de conocer, experimentar y descubrir es insaciable. Lo que hacemos aquí es ordenar y canalizar esta sed”. En este punto Ricard señala que “evidentemente no se les puede tratar como a adultos, así que nosotros sólo ponemos límites pero que no los ahoguen. A partir de aquí, no hace falta que les enseñemos nada. Sencillamente son ellos los que aprenden”.

EL NIÑO NO ES UN DISCO DURO DE PC

Una de las medidas para que este proceso de conocimiento se haga de forma armónica es no acelerar el aprendizaje intelectual. “Aquí no se les dice que esto es un triángulo o esto otro es amarillo, sino que más bien intentamos preservarlos de todo este bombardeo”.

En este sentido, la maestra Marta Bitlloch, quien ha completado su formación de diplomada en Magisterio pasando tres años en centros de Pedagogía Waldorf en Suiza, indica que “no les enseñamos a leer y a escribir y sin embargo la experiencia demuestra que cuando estos niños van a entrar a los 7 años a la escuela obligatoria... en tres meses aprenden a hacerlo como los demás, cuando a éstos les ha llevado un proceso de años”. Ricard reconoce que, en algunos casos, hay niños que necesitan apoyo para hacer esta adaptación, “pero después se adaptan sin problemas”.

Por el contrario, la misma psicología indica que hasta los siete años el aprendizaje de los niños se hace de forma sensorial y no intelectual. “A esta edad todo lo quieren tocar, lamer, o saber cómo suena. Por el contrario intentar avanzar la etapa en que se adquiere conocimiento intelectual con contenidos abstractos equivale a lo que sería darle un bistec a un bebé que todavía está sin dientes”, dice Marta.

CUANDO LOS ADULTOS MATAMOS SU INDIVIDUALIDAD

Esta maestra remarca lo frágil que es el mundo interior del niño a esta edad, y el daño que los adultos pueden hacerle con conductas aparentemente inocuas. “Los niños hacen cosas por el placer de descubrir el mundo por sí mismos. Por ejemplo pueden disfrutar haciendo un dibujo, experimentando lo que es coger un pincel, poner un color sobre una superficie blanca. Y en esta actividad tan placentera, y a la vez tan iniciática, en los más pequeños no hay ni tan sólo el objetivo de querer dibujar algo”.

Esta pedagoga advierte que “cuando el adulto le pregunta ‘¿qué es?’, o cuando le dice ‘¡qué bonito!’”, hay que recordar que para el niño no es ni bonito ni feo: simplemente, es”, explica. Y aclara que “el niño no necesita la aprobación del adulto. Necesita su amor. Ellos esperan un compartir, un estar juntos. En cambio, en este tipo de situaciones cuando aprobamos o desaprobamos lo que hace le creamos dependencia porque a partir de entonces el niño pasará a hacer algo para gustar o no al adulto. De esta manera se habrá perdido lo que le era genuino, el gusto en sí de experimentar y descubrir”.

Esto provoca que cuando sea mayor, como advertía José Ortega y Gasset en *La rebelión de las masas*, ese adulto no encuentre en sí mismo la justificación de sus actos, y por ello busque esta justificación en los demás; y sea incapaz de tener ideas propias y sea fácilmente manipulable. Sencillamente porque perdió su individualidad.



Foto: La Figuera de Samalús

Se aprende de la cotidianidad. Dar de comer a los animales de la granja es una de las tareas diarias. Pero no se les obliga. Ellos imitan...

LA COTIDIANIDAD COMO FUENTE DE APRENDIZAJE

Por lo que hace referencia a las actividades, en *l'escoleta* el aprendizaje se extrae de la cotidianidad. “Nosotros observamos a los niños pero también hacemos los trabajos cotidianos como barrer, hacer pan, dar comida a los animales de la granja o arreglar el jardín. Los niños, si quieren, ayudan”. No hay que olvidar que en esta edad el niño actúa por imitación. Así que un niño puede quedarse anonadado contemplando lo que hace el adulto. “Sea lo que sea, si el niño lo percibe, lo imitará y lo adquirirá”, dice Marta, y reconoce que “si estás feliz, gozoso, ellos lo captan. Y al final los mismos niños recogen las cosas jugando”.

Ricard sintetiza lo que es La Figuera de Samalús: “Esta es una casa de payés. No hay pisos, televisión, prisas o ruidos. Está rodeada de bosques y prados, tenemos algunos ‘juguetes’ de madera, barro y cera para hacer manualidades..., y todo está disponible a través de unas jornadas en las que alternamos las actividades de expansión, como los juegos, y las de recogimiento, como son las comidas”. Y finaliza remarcando que “muy especialmente en esta etapa el pequeño necesita sintonía absoluta con los ritmos de la Naturaleza, que son de por sí crecimiento, armonía, y una fuente continua de aprendizaje. Romper esta relación es fuente de enfermedades a nivel individual y colectivo”. Así lo comparten muchos padres porque este proyecto, y otros similares en todo el mundo, tienen lista de espera.

Guillermo Caba Serra es periodista

Para contactar con *l'escoleta*: Associació Espai per als Infants: lafigueradesamalus@gmail.com

DIME QUIÉN TE EDUCA Y TE DIRÉ QUIÉN ERES... OTRAS FORMAS DE VER EL ASUNTO DE LA EDUCACIÓN

- Xarxa d'Educació Lliure
<http://www.educaciolliure.org>
- Associació Waldorf Steiner El Til·ler:
<http://www.escolawaldorf.org>
- Associació Escola Lliure Rosa d'Abril
<http://www.waldorfbarcelona.org>
- Krisol, un espai per a la infància
annamariasui@yahoo.es
- Associació per al Desenvolupament de l'Educació Lliure.
<http://www.educacionlibre.org>
- <http://www.clonlara-esp.org>
- La Llavor
lallavor@terra.es
- L'Escoleta. Associació per a la pedagogia Waldorf-Steiner de Girona
<http://www.waldorfjirona.org>

PRODUCTOS TÓXICOS EN LAS AULAS OTRAS SOLUCIONES A LAS PLAGAS

En las aulas, en cualquier parte de la escuela, se soluciona la aparición de insectos y de otros animales utilizando productos muy tóxicos que pueden poner en peligro la salud de los alumnos y del personal docente. Pero hay otras formas mucho menos agresivas de solucionar estos temas... Explicamos el ejemplo de la Escola Proa de Barcelona...

El presente artículo presenta una experiencia que se ha realizado en una escuela de primaria/secundaria de Barcelona y pretende ser una buena práctica exportable al conjunto de escuelas.

Proyectos similares han tenido lugar en los Estados Unidos de América y en algunos estados europeos desde hace algunos años (Integrated Pest Management –IPM- at school) y se enmarcan en las estrategias de reducción o eliminación del uso de sustancias tóxicas peligrosas para la salud y el medio ambiente ante las evidencias de graves accidentes que han afectado seriamente a la salud de niños y adolescentes, así como del personal docente y de apoyo.

ESCOLA PROA

Las madres y padres del centro escolar Escola Proa, alertados por la dirección del centro a causa de una invasión de unos insectos perforadores de madera en el Pabellón de Deportes, decidimos conjuntamente con el Comité de Seguridad y Salud de la escuela NO aplicar plaguicidas químicos sintéticos y profundizar en la metodología de Gestión Integrada de Plagas (adelantándonos a un reciente decreto de la Generalitat de Catalunya). El primer paso fue saber qué tipo de insecto estaba invadiendo las instalaciones y si se podía hablar de plaga.

LA DESCRIPCIÓN DE LA PLAGA

El Dr Eduardo Mateos nos pidió muestras del “bicho” para su clasificación y resultó ser *Nacerrdes Melanura* (Linnaeus, 1758), un coleóptero de la familia *Oedemeridae*. Un insecto totalmente inofensivo para la salud, aunque no para las estructuras de madera.

ELIMINANDO PLAGUICIDAS

¿Cuántas veces, al ver una pequeña hilera de hormigas por la cocina de casa, o un escarabajo en un aula, o moscas..., hemos cogido rápidamente el pulverizador de insecticida y hemos atacado a los intrusos hasta acabar con “la plaga”? La primera vez que aparecieron en el pabellón deportivo de la escuela aquellos insectos alados hicimos algo parecido: llamamos a una empresa especializada y acabamos con ellos utilizando un producto químico bastante potente.

Pero, cuando hacemos eso, ¿somos conscientes de que acabamos de extender por todo aquel espacio un producto químico que es tóxico? Aunque contemplemos todas las medidas de se-

guridad que indica la normativa, ¿podemos estar seguros de tener aquel producto controlado? ¿Nos hemos preguntado en alguna ocasión si podríamos haber hecho otra cosa para resolver aquel problema?

Evitar el desarrollo de plagas en casa o en el colegio es importante, pero es mucho más importante hacerlo bien. En la escuela Proa, con la colaboración y asesoramiento de padres del centro

NACERDES MELANURA “EL BICHO” DE LA MADERA

Los ejemplares adultos son de cuerpo estrecho y deprimido, de 9 a 13 mm de longitud, de color parduzco o rojizo amarillento y recubierto de pubescencia densa; las puntas de las alas, los ojos, los lados del tórax, las patas y la región ventral son negruzcas; las antenas son la mitad de largas que el cuerpo. Las larvas maduras tienen el cuerpo de color crema recubierto de sedas marrones y presentan un típico abultamiento sobre los dos últimos segmentos del tórax y los dos primeros del abdomen (ver Vázquez 1993 para una descripción detallada de la especie).

Los adultos vuelan y se aparean entre mayo y junio, frecuentando la vegetación y las flores y pudiendo ser atraídos por la luz. Las hembras depositan los huevos en madera húmeda; las larvas que eclosionan se alimentan de esta madera, formando galerías durante su actividad. El ciclo de vida suele durar un año y los adultos emergen de la madera formando a veces nubes de gran número de ejemplares.

La fase potencialmente dañina de esta especie es la larva, ya que se alimenta de la madera húmeda habiéndose citado casos de infestaciones masivas causantes de graves deterioros en fundamentos de edificios portuarios de madera (Balsbaugh, 1979; Morris, 1980). Es una especie europea que se ha extendido al resto del mundo debido al comercio de madera o madera a la deriva, ya que las larvas soportan una elevada concentración salina y periodos de inmersión (Arnett 1951).



Nacerrdes Melanura pertenece a la familia Oedemeridae

que son técnicos de prevención y socioambientales, hemos comenzado a aplicar los principios de la gestión integrada de plagas.

El primer paso consistió en revisar el plan de desinsectación que el colegio tenía contratado con una empresa especializada y reunir al Comité de Seguridad y Salud de la escuela para plantear la trascendencia del tema y establecer un protocolo de actuación lo más seguro posible. El primer acuerdo que se tomó fue detener todas las acciones preventivas que se estaban realizando con productos químicos. También se acordó asistir a una jornada monográfica sobre plaguicidas de uso ambiental que se realizó en el Centro de Seguridad en el Trabajo, a cargo de profesionales en la materia (médicos y técnicos de prevención)

TOMANDO MEDIDAS

Empezamos a tomar algunas medidas físicas para interceptar la salida de las larvas del subsuelo y su penetración en el Pabellón de Deportes. Otro paso consistió en aprovechar las auditorías de seguridad y salud para detectar cualquiera de los factores que favorecen el desarrollo de las plagas; se realiza una observación atenta de los espacios físicos del centro tomando nota de cualquier posibilidad y, si se detecta algún problema, se actúa siempre según los principios de la gestión integrada.

Un paso más consiste en informar a todo el mundo de lo que se está haciendo y de su importancia. Se hizo publicando en la revista de la escuela un artículo sobre prevención y gestión integrada de plagas y la referencia de espacios web con información sobre el tema.

Carles Núñez, *director General de Escola Proa*; **Dr. Eduardo Mateos**, *Universitat de Barcelona. Facultat de Biologia*; **Toni Oller**, *Ecologistas en Acció de Catalunya*.

Bibliografía

- Arnett, R.H. 1951. A revision of the nearctic Oedemeridae. *American Midland Naturalist*, 45: 257-391.
- Balsbaugh, E.U. 1979. The wharf borer *Nacorda melanura* L. (Col. Oedemeridae) in North Dakota. *The Coleopterist Bulletin*, 33(4): 455-458.
- Morris, R.F. 1980. Notes on the occurrence of the wharf borer, *Nacordes melanura* (Coleoptera: Oedemeridae), in Newfoundland. *The Canadian Entomologist*, 112: 217-218.
- Vázquez, X.A. 1993. Coleoptera Oedemeridae, Pyrochroidae, Pythidae, Mycteridae. En *Fauna Ibérica*, Vol 5. Ramos M.A. et al (eds.). Museo Nacional de Ciencias Naturales. CSIC. Madrid. 181 pp.



Foto: P. M.

En las escuelas, nuestros hijos podrían estar sometido a peligros "invisibles" si los controles de plagas se siguen llevando a cabo utilizando peligrosos productos biocidas químicos...

OPINIÓN

PRESIONEMOS A LAS ENTIDADES PÚBLICAS

En lo que llamamos control de plagas, ya sea en la agricultura o en el gimnasio de un colegio, en cualquier centro público o en la bodega de una casa de campo, se realizan muchas labores preventivas (aplicar biocidas a troche y moche aun cuando no hay constancia de plaga alguna), que, en realidad, lo único que hacen es seguirle el juego a los directivos de potentes corporaciones químicas. Las plagas, en cualquiera de los lugares citados, se pueden controlar de muy distintas formas. Cuando el problema es muy grave, una podría llegar a entender que se utilizara algún procedimiento agresivo. Lo que yo jamás podré entender es que, aun cuando el problema sea sólo una hipótesis, centros públicos y privados y particulares se dejen grandes cantidades de dinero en prevenir algo que en muy pocas ocasiones ocurrirá verazmente. Es algo parecido a lo que ocurre con las vacunas. ¿Por qué se realizan labores preventivas sistemáticas en colegios, bodegas, hospitales, hogares...? Porque buena parte de la ciudadanía vive engañada y porque algunos lumbreras invierten lo suficiente en mantener ese *status quo*. No sólo hay otras soluciones (más naturales) al control de plagas basado en biocidas de síntesis, sino que, además, la mayor parte de las labores preventivas son completamente ineficaces y muy contaminantes. Presionemos en los centros escolares para saber qué tipo de medidas toman en estos temas, ya que la salud de nuestros hijos puede estar en juego.

Ángeles Parra es directora de BioCultura



ESCUELA DE SALUD FUNDACIÓN LOS MADROÑOS

Ofrece en su programa un espacio para renovar la Energía Vital, a través del reencuentro con la naturaleza y con uno mismo, charlas y talleres de trabajo corporal, técnicas de manejo del estrés, autoconocimiento y desarrollo personal, la alimentación vegetariana, excursiones (monte y playa)... Con el fin de recuperar la armonía y la salud personal y social. Piscina.

12594 Oropesa del Mar (Castellón)
Tel.: 902 199 741

<http://www.casadereposo.com>
e-mail: casadereposo@casadereposo.com

BIOAGA USA CORP.

Abonos y piensos naturales Desde 1960
Los Angeles, Cal. USA
Web:: www.bioaga.com
E-mail: bioaga@bioaga.com

Rte. en España
BIOAGA
Tudela, Navarra
Tel. 902 154 531

BIOAGA a la cabeza de la alta tecnología con sus abonos EKOLOGIK, conocidos internacionalmente por sus excelentes resultados: producción y calidad.

FERTILIZANTE EKOLOGIK Y PIENSOS BIO-KLEN ECOLÓGICOS:

RECORD CON EKOLOGIK:

- ✓ 14.000 Kgs. de ARROZ por Ha. con 2,1 mg/kg. de Vitamina A
- ✓ 215.000 Kgs. de TOMATES por Ha. con 11% Brix Vit A +29%, Vit. C +3%
- ✓ 415 Kgs. de ACEITUNAS por árbol más 3° de grasa, +7% Rto. -1,5° acidez
- ✓ 14.000 Kgs. de UVA de viña en secano por Ha. 14°+1° Brix+17,5 Resveratrol
 - ✓ 80.000 Kgs. de PATATAS por Ha. +46% Vitamina A
- ✓ 22.000 Kgs. de MAIZ por Ha. con 155 mg/Kg. triptófano y 10 mg/kg Vit. E

RECORD CON BIO-KLEN: Aumento de proteína y menos colesterol.

MARKETING, PUBLICIDAD Y COCA-COLA

En la web del Observatorio de Corporaciones Transnacionales

(IDEAS / Iniciativas de Economía Solidaria) se le dedica todo un apartado a la Coca-Cola.

La mejor forma de boicotear a la firma es no consumiendo sus productos.

Las razones están claras...



Foto: F. M.

Coca-Cola busca fidelizar al máximo a sus clientes y para ello necesita "engancharlos" desde la infancia, para que sean clientes durante toda su vida

Coca-Cola fue la marca con más valor en el mundo en el año 2003. Según InterBrand,¹ la marca vale unos 70,453 millones de dólares. En el año 2002 la empresa invirtió 1.775 millones de dólares en publicidad. Según Deutsche Bank Securities, los gastos en publicidad de Coca-Cola en 2003 constituyeron la parte más grande de sus costes totales, llegando a un 25% de sus ventas. Esto equivaldría a más de 5.000 millones de dólares que Coca-Cola destinó a publicidad en 2003. Coca-Cola se une así al grupo de empresas transnacionales que en vez de producir un producto venden una imagen. Los valores que Coca-Cola usa en sus campañas actuales son individualistas (estilo de vida, *movimiento Coca-Cola*) y, a la vez, presuntamente solidarios, humanitarios (la Campaña Juntos por África) y medioambientales.

PUBLICIDAD AGRESIVA

En EE.UU. su publicidad se dirige de forma agresiva hacia jóvenes, niñas y niños. En una de sus recientes campañas usa imágenes de Harry Potter en las latas. Coca-Cola se dirige a institutos y colegios en los que, a través del patrocinio de concursos de lectura, uniformes de deporte o material escolar, siempre con el logotipo de Coca-Cola, se abre paso a la venta de sus productos. En EE.UU., también, patrocina varias organizaciones del ámbito educativo, como la Asociación de Madres, Padres y Profesoras/es (*Parent Teacher Association, PTA*) y la Academia Americana de Odontología Pediátrica (*American Academy of Pediatric Dentistry, AAPD*). Ya que un 4% del presupuesto de la PTA viene de empresas, y el convenio con la entidad es de alrededor de un millón de dólares, se teme que esta colaboración

imposibilite a las asociaciones para tomar posiciones fuertes en asuntos como la declaración del contenido de azúcar añadido en alimentos o en contra de las expendedoras de refrescos en las escuelas y colegios. Las “subvenciones acaban con la posibilidad de criticar a la empresa por el daño que los refrescos puedan causar en la dentadura de niñas y niños”.²

MARKETING CONTRADICTORIO

La imagen que la corporación pinta de sí misma no es coherente con su comportamiento. Entre todos los hechos mencionados, quizás uno de los más graves es la detección de la explotación laboral de la infancia. Según la Marcha Global contra la Explotación Laboral de la Infancia, los balones de promoción de Coca-Cola para la Copa del Mundo en 2002 fueron cosidos por niñas y niños de Pakistán.³ En cada país surgen grupos que cuestionan los productos de la firma y su presunta inocuidad. Algunas webs se pueden considerar como un espejo de los escándalos y conflictos con la sociedad en los que la empresa está involucrada. En India, la empresa responde a las acusaciones de la existencia de agentes tóxicos en sus refrescos y de la venta de sustancias tóxicas de sus embotelladoras como fertilizantes. En el apartado internacional, entre otras, la firma tiene que hacer frente a acusaciones sobre problemas en la calidad e higiene de sus productos y efectos negativos para la salud.

RESISTENCIA A LA TELEVISIÓN

CONSEJOS DE PBSPARENTS.ORG

La Coca-Cola y muchos otros productos llegan a la población a través de la televisión, a través de fraudulentas campañas en las instituciones públicas y a través de una distribución y presencia bien planificada en los lugares de abastecimiento, bares, supermercados, etc. Podemos no comprar esos productos. Podemos negarnos a que nuestros hijos sean utilizados en campañas de mercadotecnia abusiva en colegios y escuelas... Y también podemos oponer resistencia al bombardeo televisivo. De una parte, no encendiendo la TV. Si está encendida, pbsparent.org recomienda:

5 formas para promover el sentido común ante la publicidad

1 Cuando vean la TV con su hijo o hija, cuestionen los anuncios. Expresen su escepticismo formulando preguntas como las siguientes: ¿Quién crees que ha creado este anuncio? ¿Cuál crees que sea el mensaje? ¿Qué es lo que el publicista no nos está diciendo? ¿Tú crees que puedes creer en lo que estás viendo? Empiecen con metas obvias (anuncios que promueven alimentos con alto contenido de grasas, por ejemplo) y luego sigan con otros anuncios más sutiles, tales como los que promueven un estilo de vida “buena onda” o atractivo. Explíquenle la manera en que los anuncios están hechos para hacer que la gente sienta que les falta algo en sus vidas.

2 Explíquenle a su hijo sobre las compras de la familia.

Ayuden a que su hijo vea por qué compran ciertos artículos y no otros. Guíenlo para que comprenda que ustedes están haciendo una elección consciente. Aclárenle que las compras pueden reflejar sus valores.

3 Fomenten que su hijo cuestione lo que se emite en el mensaje publicitario.

Señalen cuando un anuncio no es realista o promueve un estereotipo. ¿Qué es lo que la compañía no nos está diciendo? ¿Conoces a alguien que se vea así? ¿A alguien que viva así?

4 Promuevan el escepticismo acerca de las nuevas formas de publicidad en la Red.

Algunos de los elementos comerciales son obvios (como el anuncio en las bandas de anuncios publicitarios, por ejemplo). Otros elementos comerciales, sin embargo, son menos claros; estos incluyen los programas de computadora que se ejecutan automáticamente o “bots” interactivos (tales como criaturas electrónicas que aparecen en la primer pantalla del ordenador, o pantalla escritorio, para promover un producto) así como sitios completos tales como Reactorz.com, que recaban opiniones de los niños como parte de investigaciones que realizan para sus clientes. Recuérdenle a su hijo que nunca debe dar su información personal en línea.

5 Permitan que su hijo se exprese en contra de la publicidad agresiva.

Señalen los anuncios que aparecen en lugares que consideren inapropiados.



Foto: P. M.

Pbsparents.org busca impermeabilizar lo máximo posible a los niños ante la agresividad de los reclamos publicitarios

Coca-Cola está bien informada de las campañas que se realizan en contra de sus operaciones. Hace uso de Internet para confundir los mensajes de las organizaciones activistas. La comparación de las siguientes páginas: www.killercoke.org y www.killercoke.com es un ejemplo. La corporación invierte muchos recursos en la reparación de su imagen pero cuando se trata de una mejora real Coca-Cola no parece invertir el esfuerzo adecuado.

Observatorio de Corporaciones Transnacionales (IDEAS / Iniciativas de Economía Solidaria)

NOTAS

- 1 InterBrand, http://www.interbrand.ch/pdf/03Global_Brands_Ranking.pdf, (noviembre, 2003)
- 2 Ecologist (01/05/2003) Issue No. 33/4 Page No. 8
- 3 Global March, Informe de Pakistan, mayo 2002
- 4 OMS, Globalization, Diet and Noncommunicable Diseases, 2003



¿POR QUÉ LA COCA-COLA ES DAÑINA?

ALGUNOS DATOS RECOPIADOS POR PILAR GALINDO PARA "REBELIÓN"

En *Rebelión*, Pilar Galindo asegura: "Una lata de Coca-Cola u otros refrescos, como las bebidas para deportistas, contiene 35 gr de azúcar; supera por sí sola la dosis mínima recomendada y no aporta ningún tipo de nutrientes. Estas calorías vacías de elementos nutritivos y cargadas de azúcar refinado que ingerimos con los alimentos industriales son la causa principal de la obesidad, que crece como una epidemia en las sociedades modernas". Continúa: "La obesidad ha alcanzado las dimensiones de una epidemia mundial. Mil setecientos millones de personas presentan alto riesgo de desarrollar enfermedades como diabetes y cardiopatías, relacionadas con el exceso de peso. En la Unión Europea, durante la década de los noventa, 279.000 muertes de mayores de 25 años (el 7,7% del total) son atribuibles al exceso de peso".

NIÑOS OBESOS EN ESPAÑA

Galindo asegura: "En España, el 14,5% de la población adulta es obesa y el 38,5% tiene sobrepeso. Entre la población infantil y juvenil (de 2 a 24 años) los porcentajes son, respectivamente, del 13,9% y del 26,3%. La tasa de obesidad de

los niños entre 6 y 12 años (16,1%) es de las más elevadas de Europa, se ha triplicado en sólo 10 años y supera la obesidad en adultos. Según la Federación Internacional de Diabetes y la Organización Mundial de la Salud (OMS), el sobrepeso y la obesidad que padecen los menores están cada vez más vinculados a la diabetes tipo 2, hasta hace poco considerada diabetes de adulto porque requiere, para su aparición, de un exceso de peso prolongado".

Las altas tasas de obesidad se relacionan con el sedentarismo pero, sobre todo, con los malos hábitos alimentarios promocionados por las grandes corporaciones transnacionales. Galindo afirma: "La Academia Americana de Pediatría ha alertado del riesgo del consumo de bebidas azucaradas. El organismo metaboliza hasta 100 gr de azúcar en el hígado y 200 gr en los músculos. El resto se transforma en grasa. Un estudio de la dieta de la población escolar en EE.UU. demostró que una lata diaria de bebida azucarada incrementaba el riesgo de obesidad infantil en un 60%. El aumento de células grasas es difícil de combatir a esa

edad porque la restricción calórica necesaria para eliminar tales células podría afectar a su desarrollo. El 30% de los niños y niñas obesos acaban siendo adultos obesos".

PROBLEMAS PARA EL MAÑANA

El trabajo de Galindo para *Rebelión* también critica: "Niños, adolescentes y jóvenes son el objetivo primordial de las presiones publicitarias de las multinacionales de comida basura. Esta presión degrada sus hábitos alimentarios en una etapa de aprendizaje para toda la vida. McDonald y Coca-cola llevan más de 50 años atacando la cultura y la soberanía alimentaria de los pueblos para imponer su comida y su bebida basura. Hasta ahora nadie ha obligado a estas empresas a informar de los peligros que sus productos suponen para la salud. Por el contrario, con el número de establecimientos y las ventas de estas multinacionales crecen también la obesidad y la diabetes de nuestros niños y niñas, así como las enfermedades cardiovasculares en las etapas posteriores de su vida".

PARTOS VIOLENTOS Y CONDUCTAS VIOLENTAS EL VÍNCULO ES LA CLAVE

El nacimiento es un cambio de nivel. Es el paso de entrada al mundo temporal. Cuando una mujer da a luz a su bebé nada ni nadie debe interponerse en lo que le dicta su instinto. El vínculo que crea el bebé con su madre es el troquel para todos sus vínculos posteriores. Un parto violento puede verse traducido en un comportamiento violento a edades avanzadas.

*El parto apenas comienza cuando se nace.
Todavía quizás para siempre estaremos pariendo a empujones.
Viajando por la vida con la nostalgia de habernos separado,
amando la cueva oscura, el silencio fluido, amniótico,
de la más íntima cercanía, pero también en la luz, el aire,
la existencia distinta del uno y del otro.*

*El misterio de la vida nos acerca y nos aleja
Pero el amor es más grande que todas
las contradicciones*

Gioconda Belli

¿Qué es el parto natural? Contra la creencia generalizada que habla de él como una melancólica vuelta al pasado, Isabel Fernández del Castillo, miembro de la organización El Parto es Nuestro y autora de *La revolución del nacimiento*, lo define de esta manera: “Un parto natural es aquel que se produce gracias a la maravilla de la fisiología, y en el que los procedimientos obstétricos se aplican únicamente en caso de necesidad”. Por el contrario, un parto medicalizado es aquel en el que la intervención de la obstetricia convencional prima sobre la fisiología de la mujer, aquel donde la Naturaleza es doblegada por la tecnología, aquel en el que una violencia encubierta pisotea los instintos femeninos.

“El análisis científico de la capacidad de amar, al otro y a uno mismo, revela que ésta se construye a partir del comienzo de la vida; en particular, durante el parto”, expone Michel Odent, autor de *El bebé es un mamífero* o *La cientifización del amor*. En la década de los 90, numerosos estudios han constatado que la primera hora que sigue al nacimiento es clave para el desarrollo de nuestra capacidad de amar. Justo después del parto tanto la madre como el bebé están impregnados de hormonas naturales (oxitocina, endorfina, prolactina...) que cumplen un papel clave en el desarrollo del vínculo entre madre e hijo. Este equilibrio hormonal tiene un periodo de duración corto y, además, nunca más vuelve a presentarse.

DELINCUENCIA JUVENIL

“El crecimiento de la delincuencia juvenil es un problema grave en todo el mundo”, informa la ONU en el *Informe sobre la juventud mundial 2005*. Las causas son múltiples pero, en general, responden a un proceso global de un Sistema que ha dejado de respetar al ser humano para venderse a la razón y a la tecnología. Sin embargo, la crudeza de las rutinas hospitalarias que se están im-



Foto: Estelita Villalobos

El bebé se provee de la hormona del amor gracias al contacto con la piel de su madre y a la leche materna.

niendo desde Occidente en todo el planeta hace medio siglo sólo es un aspecto más del caos social en el que estamos sumergidos, casi ahogados. La desvinculación de la madre con el bebé en el parto es fundamental para explicar el posterior desarrollo de múltiples conductas violentas en los jóvenes.

Además, un parto en el que, a través de diversas tecnointervenciones (epidural, cesárea, episiotomías, fórceps, etc.), no permite el desarrollo del vínculo entre la madre y el bebé... puede crear este tipo de sentimiento desapegado de la figura materna. Hace aproxi-

Foto: Montse Vilhoido



Todavía existen culturas que respetan el vínculo: la madre o cuidadora lleva al bebé pegado a ella, duermen en contacto y le da de mamar en función de su llanto.

madamente un cuarto de siglo, muchos padres y madres reconocen no sentir un amor paternal hacia sus hijos. El profesor Henry Kempe, presidente del Departamento de Pediatría del Centro Médico de Colorado, descubrió en sus investigaciones realizadas a mil familias que el 20% de las madres tenía dificultades para despertar el instinto maternal. Es bien sabido por los ganaderos que, cuando había que practicarle una cesárea a una cabra, ésta, después, se negaba a amamantar a su cría. Los pastores se veían obligados, pues, a engañar a la cabra introduciéndole una piedra forrada en lana para que la expulsara por la vagina. Sólo así reconocía a su cría. No se recomienda tocar a los gatitos recién nacidos porque la madre gata los puede rechazar al no reconocer en ellos su olor. En la Naturaleza se dan este tipo de casos, que, aunque aislados, son opuestos al eterno vínculo entre madre e hijo. ¿Pero en qué medida el parto medicalizado puede contribuir a que el desapego materno-filial haya adquirido dimensiones considerables?

LA CREACIÓN DEL VÍNCULO

La química del cuerpo asociada con el trabajo de parto y la expulsión lleva a madres y bebés, en palabras de David Chamberline en su artículo *La maravilla del vínculo afectivo*, a un "íntimo acercamiento donde el mero contacto de los labios del bebé con el pezón estimulan una cascada de hormonas del amor que bendicen tanto a la madre como al bebé". Durante aproximadamente la hora y media posterior al parto, "si no son molestados, el bebé y la madre entran en una especie de embelesamiento, mirándose mutuamente y experimentando una serie de emociones y sensaciones físicas placenteras ampliadas en el nuevo entorno fuera del útero". Muchos estudios otorgan a esta hora y media un papel decisivo para los lazos afectivos que se crean entre la madre y su hijo, un neonato que se encuentra en un estado de alerta que favorece el aprendizaje y la toma de contacto antes de caer en largos periodos de sueño.

Un vínculo afectivo superior entre la madre y su bebé también es el resultado de un embarazo consciente, en el que la madre se ha sentido protagonista de la gestación de vida en su interior. Y se continúa desarrollando si, por citar algunos de los aspectos imprescindibles a los que alude Jean Liedloff en su obra *El concepto del Continuum*, hay un contacto físico permanente con su madre, familiar o cuidador desde el nacimiento hasta el comienzo de la fase arrastre y gateo, en torno a los seis u ocho meses; y si se amamanta al bebé con leche materna siempre en función de sus señales corporales.

INSTINTO DE MAMÍFERAS

Pero continuemos con el parto. El instinto de mamíferas nos dicta cómo debemos dar a luz, sin necesidad de dejarnos avasallar por unos miedos estúpidos inculcados desde el Sistema que contemplan a la paridora como ignorante e incapaz para llevar a cabo un nacimiento que la atañe directamente a ella. Paradójicamente, debemos observar a las mamíferas para volver a humanizar nuestro parto.

Las hembras mamíferas en el momento del parto se esconden del resto de la manada. De esta manera evitan intervenciones inoportunas de animales de su propia especie o de depredadores. Cuando una hembra se siente amenazada por un depredador potencial o cuando esta intimidad es invadida, se libera una hormona llamada adrenalina que permite a la hembra posponer el parto hasta encontrar un nuevo lugar tranquilo y seguro. El estrés inhibe el parto. Necesitamos intimidad y seguridad.

Cuando el médico Moisés Paciornik preguntó a unas indias de Brasil cómo parían, ellas respondieron: "¿Cómo? ¿Cómo que cómo?, ¿Cómo todo el mundo! En cuclillas". Cuando el doctor les explicó que las mujeres occidentales daban a luz acostadas, incrédulas preguntaron: "¿Cómo? ¿Acostadas? ¿Y cómo puede nacer la criatura así?". Muerta de risa, imitando un parto occidental, una de ellas dijo: "¿Y para defecar? No me digas que también se acuestan..." (F. Estellita, 1983). Quién sabe a dónde podemos llegar. En definitiva, la posición horizontal, impuesta para la comodidad de los médicos, estrecha el canal vaginal; en cambio, la posición vertical acorta y amplía la vagina, además de estimular la producción interna de oxitocina—u hormona del amor—por la presión de la cabeza del bebé sobre el cuello del útero. El parto debe llevarse a cabo en la postura en que la mujer se sienta más cómoda para expulsar a su bebé. En cambio, se sustituye la fuerza natural de la gravedad por episiotomías y fórceps, con aberrantes efectos para la madre y el recién nacido.

DOLOR Y PLACER

Otro punto básico es la violación de la cultura occidental al concepto de dolor. El dolor es una parte de la vida igual de importante que el placer. Las indias yecuanas lo aceptan y saben perfectamente que un parto produce sufrimiento pero, a la vez, un bienestar y una plenitud inimaginables. En Occidente nos hemos propuesto mitigar, si no eliminar, el dolor utilizando la ciencia como arma. Pero hundirse en el dolor es una condición necesaria para la liberación de endorfinas u hormonas del placer, opiáceos naturales por parte del organismo humano. También el bebé genera, expone Michel Odent en *El nacimiento y los orígenes de la violencia*, sus propias endorfinas. Por tanto, "en la hora siguiente al nacimiento, tenemos a una madre y a un bebé impregnados de opiáceos. Es entonces cuando se establece esa relación de apego o vínculo, ya que los opiáceos crean un estado de dependencia", de la misma manera que dos amantes, impregnados de opiáceos después de una relación sexual, dependen mutuamente el uno del otro. Gritar, llorar, expresar nuestro dolor es lo que ayuda a nuestro organismo a mitigarlo de forma natural y no una anestesia epidural, que incrementa las posibilidades de practicar cesáreas.

El cerebro humano se puede dividir en dos partes fundamentales: el "hipotálamo" o "cerebro primitivo", en términos biológicos, que se activa por hambre, sed o durante las relaciones sexuales, el nacimiento y la lactancia; o en términos *gestálicos*, "hemisferio emocional o intuitivo". Y, por otra parte, el "hemisferio lógico o racional" o "neocórtex", estructura cerebral recientemente descu-

bierta por las ciencias biológicas, que alberga el intelecto. Parir es un acto innato, intuitivo y natural para la mujer; pero, a veces, si se estimula el neocórtex, éste inhibe el proceso de nacimiento. Como afirma Michel Odent, resulta irónico que los mamíferos no humanos, cuyo neocórtex no está tan desarrollado como el nuestro, cuenten con una estrategia para dar a luz en privado. Una conversación lógica, sentirse observada, luces fuertes... producen un efecto inhibitorio del cerebro primitivo. Seguridad e intimidad en el entorno son, también, condiciones indispensables, para gozar de un parto placentero. Una de las hormonas más importantes en el parto es la oxitocina, también conocida como hormona del amor. Se ha descubierto que cuando se inyecta oxitocina en el cerebro de una rata virgen, se vuelve maternal y empieza a cuidar a sus crías. Uno de los momentos de la vida de una mujer con mayor liberación de la hormona del amor es el parto, siempre y cuando no medien hormonas en sustitución, no actúe el neocórtex o la adrenalina –casi imposible en un parto medicalizado–. El bebé también libera su propia oxitocina y se provee aún más de ella gracias al contacto con la piel de su madre y a la leche materna. Como se decía al principio del artículo, éste es el estado de equilibrio hormonal donde se crea el vínculo entre madre y bebé.

LA VULNERABILIDAD

Momentos después de nacer, un bebé es pura alma, todavía no tiene la capacidad de pensar, reflexionar o juzgar. El recién nacido es mucho más vulnerable en sus sensaciones que el adulto, ya que no tiene ningún precedente para clasificar sus impresiones. Después de un proceso desencadenado de liberación de hormonas del amor, psicológicamente, el bebé necesita el contacto con la madre porque al salir del útero no tiene conciencia del sentido del tiempo, sólo siente que ya no está pegado al cuerpo de su madre. “De ahí que su llanto no pueda contener ni siquiera un vestigio de esperanza”, expone Liedloff. Durmiendo o no, “el bebé que no está en contacto con el cuerpo de su madre lo vive en un estado de vivo deseo insatisfecho en medio de un inhóspito universo vacío”. En cambio, el bebé que está en contacto con su madre vive una plenitud integral.

La madre debe, por su parte, satisfacer la necesidad de su cría. Se lo dicta su instinto, el *continuum* ancestral de su especie. Por muy cansada o hambrienta que esté, su principal deseo es acariciar, acoger a su bebé. Es en este momento donde se crea el vínculo afectivo. Pero si, como en los hospitales modernos, a una madre le arrebatan de los brazos a su criatura, ella cae en un estado de profunda tristeza. Después el estímulo se pierde y ella se siente culpable por no haber tenido “instintos maternos” y sufre el trágico trauma postparto occidental.

EFECTOS DES-MADRADOS

Es después cuando el 20% de las madres dicen no sentir instinto maternal. Y es después cuando existen niños que no se sienten queridos o a los que no se les ha demostrado amor. Quizás después, puede ser que estos mismos niños ya crecidos, ante la necesidad de recibir una atención que no les fue dada en su infancia, sigan manteniendo una relación infantil, a través de la criminalidad, con una sociedad que también le niega signos de amor. El nacimiento es, pues, un factor de riesgo en la avanzada delincuencia juvenil. Pero hay más hechos que demuestran que el vínculo afectivo es una verdad profunda y conlleva una variedad de consecuencias para el bebé. Un estudio de 1994 sobre 8.000 mujeres citado por Chamberline... mostraba que los bebés “no deseados” tienen un riesgo 2,5 ve-

ces mayor de fallecer en los primeros 28 días después del parto. Durante la última década, en California se descubrió una correlación importante entre los fallos aparentes de vinculación y la frecuencia del asma en los niños. En Japón, un estudio demostró que un conjunto de bebés que fueron alumbrados mediante medicamentos y con una semana de antelación corrían más riesgo de volverse autistas. Ésta fue una conclusión a la que llegó, también, el premio Nóbel, experto en Etología, Nico Tinbergen. Según Odent, el suicidio en la adolescencia y la anorexia nerviosa son otros tantos ejemplos.

Para los bebés de nacimiento precoz el sufrimiento es más crudo aún. Las complicaciones que suceden durante el parto afectan a la personalidad, a la capacidad relacional, a la autoestima, y a los esquemas de comportamiento a lo largo de toda la vida (Shore, 2001). Si a ello se le añade, comenta Nils Bergman en su artículo *El modo canguro de tener al bebé*, el rechazo de la madre y la ausencia de vinculación, podemos constatar una fuerte correlación con un comportamiento criminal y violento. La creación de nidos en los hospitales y el aumento de la frecuencia de las separaciones precoces de la madre son correlativas a los problemas de vinculación afectiva, al abandono de la madre, y al aumento de comportamientos adictivos.

INSTINTO DE MADRES

Nuestro instinto de madres nos llama a sentir a nuestro bebé. Si, justo después del parto, nos olvidamos de la importancia del vínculo, del contacto piel a piel, de satisfacer los deseos de nuestro bebé, después ya será tarde. Los efectos para el bebé, hemos visto, pueden ser desastrosos pues ni él ni la madre desarrollan la capacidad de amarse. La violencia sólo es un comportamiento que reproduce la pérdida de nuestro instinto, la muerte de nuestra parte salvaje. Nunca es tarde para recuperarlo. Nunca es tarde para renacer.

Iara Houghton

SI QUIERES PARIR EN CASA... DANDO VERDADERAMENTE A LUZ

Nacer en Casa

Esta asociación, creada en 1988, asegura aglutinar al 90% de los profesionales de España dedicados al parto en el domicilio. Se comprometen a mantener contacto durante el embarazo, a asesorar sobre la lactancia y garantizan un parto con respeto a la madre y al bebé.

Más información en: www.nacerencasa.org

Red Europea de Doulas

Organización de matronas que, tomando como criterio la asociación DONA de Estados Unidos, sugieren crear una red de doulas a nivel europeo. Las doulas son “mujeres, en su mayoría madres, que acompañan a otras mujeres durante el parto”. Tradicionalmente estos conocimientos se transmitían de madre a hija; las doulas surgen para “retomar esta red de apoyo entre mujeres”.

Más información en: www.doulas.es

Más matronas disponibles en:

www.titania-tasco.com

www.migjorn.net

www.comadronas.org

doulesllevedores@hotmail.com

¿QUÉ ES LA AGRICULTURA ECOLÓGICA?

ESTER SÁNCHEZ

Pintar Editorial – www.pintar-pintar.com

Una está acostumbrada a topar en no pocas ocasiones con libros para niños que dejan, en efecto, mucho que desear. Suelen ser flojos, más *infantiloides* que infantiles, más *facilongos* que sencillos... Los niños son, en realidad, mucho más inteligentes de lo que nosotros creemos.

El libro del que nos ocupamos hoy es un manual de introducción a la agricultura ecológica para pequeños (en realidad, es muy válido para todo aquel que desee tener unas nociones básicas sin tener que profundizar demasiado).

Cuenta con unos exquisitos dibujos que nos muestran hortalizas, animales de granja, abejas, árboles frutales, plantas melíferas, dehesas donde pastan los gorrinos, prados donde se alimentan las ovejas y las vacas, cómo tiene que ser un correcto gallinero para que pueda denominarse “ecológico”... Los padres que quieran introducirse en el mundo de la agricultura y ganadería ecológicas aprenderán también mucho con este volumen, si es que carecían de información al respecto.

UNA AGRICULTURA INTEGRAL

Porque, como decíamos, éste es un libro infantil pero no un libro bobalicón. Por si alguien tenía alguna duda, desde la contraportada se nos anuncia que: “La agricultura ecológica... NO es la simple sustitución de productos agroquímicos por orgánicos. NO es una vuelta a la agricultura de comienzos del siglo XX. NO conlleva un cambio en el estilo de vida del agricultor”. La agricultura ecológica es una agricultura integral.

El libro empieza señalando que nuestro planeta es un ecosistema y que vivimos en él. Luego, de forma concisa y entendible para cualquiera, nos describe qué es la agricultura “bio” y cómo funciona. Lo mismo hace con la ganadería ecológica.

La obra también incluye alguna cita: “Alimenta al suelo y que él alimente a la planta” (Eve Balfour).

RAZAS AUTÓCTONAS

Se nos muestran dibujos de diversos productos de la huerta y algunos animales. Y se incide en el concepto de razas autóctonas, razas rústicas. Esto es muy importante para que el pequeño llegue a comprender que, cuando un animal o una planta es la que está más adaptada a una clima-

LA FERTILIDAD

En este breve pero intenso libro se pretende que el niño comprenda que es más correcto fomentar la fertilidad de la tierra de una forma natural que saturar los suelos de productos químicos, algo que, tarde o temprano, acabará pasando una factura demasiado cara. Por ello, la obra también incluye un capítulo dedicado a las lombrices, el humus, el cómo mantener la humedad de la tierra. Se dice: “Las lombrices son muy buenas agricultoras. Excavan galerías comiéndose la tierra que encuentran por delante. Por ellas entra el agua y el aire dentro de la tierra. Los pelos de las raíces consiguen, a través de las galerías, obtener agua y aire”.

PEQUEÑO DICCIONARIO

Al final del libro se incluye un pequeño diccionario con una breve descripción de palabras y conceptos como: “malas hierbas”, “compuestos orgánicos”, “biodiversidad”, “polinización”, “rotación de cultivos”, “plaga”... Incluso, aparecen los diferentes logotipos de los diferentes

comités reguladores de las comunidades autónomas y toda una página dedicada a cómo identificar un producto ecológico. Se nota que ha sido un libro trabajado con cariño por alguien que conoce y que ama la ecología. Éstos son los libros que deberían leer nuestros niños, libros que ayudan, libros que enseñan cosas que valen la pena. En vez de estar perdiendo el tiempo, tantas veces, con libros, teorías y productos que no conducen a ninguna parte y que perpetúan la destrucción de nuestro planeta.

María Bienvenida de Vargas



tología concreta, a un lugar, necesitará menos cuidados, sufrirá menos enfermedades... De esta forma se puede luchar muy fácilmente contra el uso de productos químicos y nocivos, cuando la agricultura y la ganadería echan mano del sentido común. Se trata de que se imiten “los procesos de los ecosistemas de la zona, estableciendo un equilibrio entre los bosques, las praderas, los árboles frutales, el huerto, las abejas y los animales”. Es decir: aprovechar de la mejor manera los recursos, no despilfarrarlos, comprender el mundo y la agricultura de una forma holística.

20

anys

ICV

Iniciativa per Catalunya Verds som dones i homes que volem canviar la societat. Per això som d'esquerres, ecologistes i feministes. ICV és una força radicalment democràtica, catalana, solidària amb tots els pobles que pateixen opressió i compromesa amb totes les persones que volen transformar el món. Som l'esquerra verda nacional.

TREBALLANT PER UN CREIXEMENT SOSTENIBLE



Alimentación ecológica de calidad superior

proteínas vegetales



Tel. +34 938 666 042 - Fax: +34 938 666 250
info@natursoy.com - www.natursoy.com



Cultivamos 3.600 Has. de producción ecológica (almendro, olivo, pimiento de pimentón, miel y frutas y hortalizas frescas).



Premio Nacional de Medio Ambiente 2002
MINISTERIO DE MEDIO AMBIENTE



Premio a la Mejor Empresa Alimentaria Española 2001 y 2004
MINISTERIO DE AGRICULTURA, PESCA Y ALIMENTACIÓN



EUROPEAN AWARDS FOR THE ENVIRONMENT 2002
Premio Europeo de Medio Ambiente de la Unión Europea



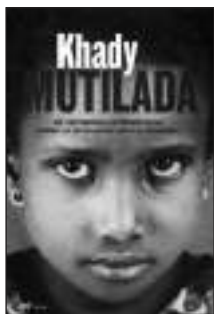
LIDERES EN CALIDAD SOSTENIBLE

Sociedad Cooperativa de Comercialización Agraria. Ctra. de Mazarrón, s/n.
30850 TOTANA (MURCIA) Telf.: 968 42 46 21 - Fax: 968 42 16 12
e-mail: coato@coato.com

MUTILADA

KHADY
MR EDICIONES

Khady nació en Senegal. A una edad muy temprana, mutilaron sus genitales. A los 13 años, fue casada con un senegalés que vivía en Francia. Hoy, además de madre de tres hijos, a sus 45 años, preside la Red Europea en la Lucha Contra la Mutilación Genital Femenina. En el libro se explica en primera persona, con frases cortas, afiladas a veces, tiernas otras, cómo llegó hasta donde hoy está. Cómo fue la mutilación, qué pasa después, cómo es la vida de una mutilada, como fue la vida recién llegada a Francia... (Ojo, por cierto, hoy algunas mujeres mutiladas pueden retomar las riendas de su placer gracias a la ayuda de un cirujano). Muy pronto, nuestra protagonista se quedó sin niñez y experimentó sensaciones que no debería padecer nadie. Incluso fue la promotora de la mutilación genital de sus propias hijas. Pero hoy es una combatiente sin tregua contra el dolor y la humillación.



LA ESCUELA DE LAS OPORTUNIDADES

FRANÇOIS DUBET
GEDISA



Existe el comercio justo. Más o menos, todo el mundo sabe ya qué es eso y de qué va. Pero, ¿qué es una escuela justa? ¿Cómo podemos respetar a la persona cuando evaluamos al alumno?

¿Tiene las mismas bases para acceder al éxito escolar el hijo de unos padres acomodados, cultos, con tiempo, que ayudan a sus hijos a formarse... que los hijos de los menos favorecidos, que deberán apañarse por sí solos? Evidentemente, no. La escuela justa buscaría tratar dignamente a los que tienen menos, no cortar el futuro con baches en forma de diploma o título... Sea como fuere, a la escuela convencional le llueven críticas por todas partes.

Hacen falta cambios importantes. Y Dubet sabe de lo que habla porque tiene en su haber una voluminosa bibliografía al respecto. Un sistema escolar justo, según el autor, no puede cerrar los ojos ante el problema social que presentan los niños de familias desestructuradas y empobrecidas.

NACIMIENTO EN CASA

SHEILA KITZINGER
ICARIA

Si quieres parir en casa, si estás pensando en hacerlo, es posible que asalten tu mente, cada día y cada noche, muchas dudas al respecto. La mejor forma de despejarlas es informarte sobre el tema. Para ello, tendrás que consultar a los profesionales, a los que saben, y leer la información más fidedigna sobre el tema. En ese sentido, te recomendamos *Nacimiento en casa*, para que saques tus propias conclusiones. El libro es casi un manual sobre el tema, fácil de leer y muy directo. Incluye, también, algunos textos de las propias madres. "Pude poner a mi bebé sobre mi vientre y acariciarle tiernamente. Las luces suaves, la habitación estaba caliente y olvidé el no hacer ruido: reía y llamaba a las dos niñas para que vinieran a ver a su hermanito. Era magnífico para ellas saber que estaba allí... Y más tarde tomé un delicioso baño, mientras que mi marido, con la ayuda de las dos niñas, bañaba suavemente al bebé al lado mío". Todo lo que querías saber y no te atreviste a preguntarlo, que diría Woody Allen.



VIDA Y ENSEÑANZAS DE SRI ANANDAMAYI MA

DR ALEXANDER LIPSKI
EDICIONES OBELISCO

Hoy, en todo el mundo, es conocido el ejemplo de Amma. Pero Sri Anandamayi Ma la precedió. Sin duda, estamos ante una gran santa de la tradición hindú, fallecida a principios de los años ochenta. En un momento en que los niños aprenden, sobre todo, cosas que acrecientan



su egoísmo, su materialismo, su consumo... no estaría mal que alguien les leyera o les acercara algunos de los succulentos pasajes de esta obra, toda ella inundada de espiritualidad tradicional. No es un libro de erudición espiritual, sino una obra sencilla y amorosa que se acerca a la vida y a la doctrina de esta gran seguidora del haz de luz divino que todos tenemos en nuestro interior. ¿Por qué el mundo reniega de la espiritualidad en pos del negocio? Oh, niños del planeta, no escuchéis a los banqueros, a los usureros, a los hipócritas... Hoy, sobra información y falta ternura. Sri Anandamayí era casi analfabeta...

LO QUE NO TE HAN CONTADO SOBRE LA PRÓXIMA GUERRA NUCLEAR CONTRA IRÁN

ALFREDO EMBID
MEDICINAS
COMPLEMENTARIAS

Alfredo Embid vuelve al candelero editorial con otra de sus propuestas radicales y enjundiosas. El libro se subtítulo: *La guerra del Líbano y los atentados virtuales*. La cosa está clara: lo que sabemos no es lo que realmente pasa. Dicho de otro modo: de lo que pasa en el circuito geoestratégico-energético mundial... no sabemos ni de la misa... la mitad. Embid acude con informaciones que ponen la piel de gallina para desvelarnos muchos secretos del ayer, del presente y del futuro. La situación es alarmante.



RADIACIÓN SOLAR Y DISPOSITIVOS FOTOVOLTAICOS

E. LORENZO
WWW.PROGENSA.COM

Libro de importante información para aquellos profesionales de la "revolución solar" que ya estén trabajando o para los que deseen hacerlo en el futuro. Material teórico y práctico para el gran cambio energético que la Humanidad necesita dar en breve.



María Bienvenida de Vargas

LA HISTORIA DEL CAMELLO QUE LLORA

BYAMBASUREN DAVAA / LUIGI FALORNI

Divisa Home Video. www.divisared.es

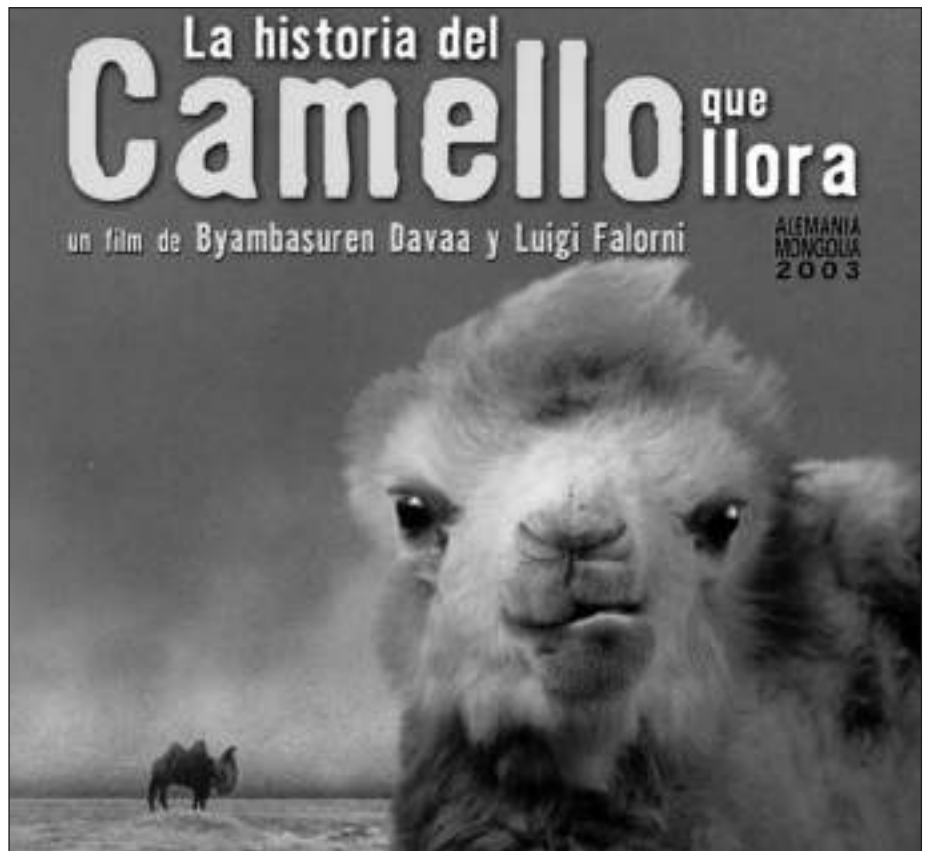
Impresionante película, que se parece mucho a un documental, sobre una familia que vive en algún punto de Mongolia dedicada al noble oficio de pastores de cabras y camellos. En las diferentes tiendas (es decir, juntos pero no revueltos) viven cuatro generaciones de la misma familia: los bisabuelos, los abuelos, los padres y los retoños. Y todos conviven con perfecta armonía, una armonía familiar que se extiende a una vida en perfecta sincronía con el hostil medio en el que se desarrolla el filme, la tundra centroasiática.

LA MÚSICA ENNOBLECE

Lo más hermoso de la película: la música y el arte pueden devolver a una madre camella el amor por su propio hijo, al que no quería amamantar. El trasfondo de la película es: la vida tradicional es bella y no la mentira en la que Occidente nos ha querido introducir desde hace decenios. Sí, otro mundo es posible, vale. Pero ese otro mundo posible tiene más que ver con esta película que con el laberinto de nuevas tecnologías redentoras que, según el fundamentalismo tecnológico, van a venir a salvarnos de todos los males que nos acechan, cosa bastante pueril, pues lo que hacen esas nuevas tecnologías no es salvarnos, sino empeorar nuestra situación. En la película hay un ejemplo: a los niños de la estepa les seduce la TV, una TV cuyo principal objetivo es prepararlos para el mundo tecnológico y arrancarlos de los brazos de sus amadas y protectoras familias.

ESCENAS BELLÍSIMAS

La película les encanta a mis hijos porque salen niños y porque el lenguaje, aunque es adulto, lo pueden comprender y les dice muchas cosas. Tiene un lenguaje directo, fácil, hermoso. Hay dos escenas de una tremenda belleza. Por un lado, la escena en la que el violinista y la madre cantan y tocan al unísono hasta que la camella empieza a llorar. Por otra parte, la escena en que toda la familia recorre un largo camino para encontrarse con unos monjes budistas: todos juntos realizan una hermosa ceremonia en mitad de la desnudísima tundra. Los monjes denuncian la locura del mundo actual. También es bellísima la secuencia de imá-



genes en la que toda la familia se reúne en una de las tiendas para cantar y departir junto al violinista y su acompañante.

UNA APUESTA CLARA

Como explicaba, tras el argumento central del filme, se esconde algo inquietante y revolucionario, una apuesta clara y rebelde. Los integrantes de la familia, a pesar del clima hostil, a pesar de las carencias, viven con plenitud. No tienen que pagar hipotecas, ni tienen agua corriente y para viajar hay que subirse al camello y sufrir tempestades de arena. Pero son felices. Más felices, diría una, que la mayoría de ciudadanos de a pie de cualquiera de nuestras grandes urbes. ¿Y por qué son felices? Porque tienen lo esencial. ¿Y qué es lo esencial? Una familia unida, un medio ambiente limpio, un futuro digno y las necesidades básicas cubiertas... Claro que, para muchas feministas y para algunos comunistas, su forma de vida no sería correcta. Pues que se vayan a hacer puñetas con sus prejuicios y su

paternalismo, que eso sí que es típico y tópicico del patriarcado occidental.

¿CARENCIAS?

No, los niños no van a la escuela, pero saben todo lo que tienen que saber sobre el lugar en que viven y, por si eso fuera poco, son superrespetuosos con sus padres y con los demás familiares. La madre no tiene una asistenta filipina para tener limpio su hogar, pero tampoco necesita ir al psicólogo ni a la asistenta social. Y el marido no pierde ni el tiempo ni el dinero en un gimnasio; bastante tiene con lo que le ha tocado. Oh, claro, posiblemente no es una sociedad idílica... pero, si abrimos nuestras orejas, se le parecerá bastante. Y escuchen esto claramente: esa gente no necesita ni quiere guarderías ni geriátricos, porque los niños y los abuelos están con quien deben estar, y no con "profesionales".

María Bienvenida de Vargas



15 AÑOS **ALTER NATIVA³**
de COMERCIO JUSTO



www.alternativa3.com



Alternativa3. S. Coop.
Ctra Castellar 526 08227 Terrassa Barcelona
Tel 937 869 379 Fax 937 310 058
E. alternativa3@alternativa3.com



Aceite de Oliva Virgen Extra
de cultivo **Ecológico**



Avda. de Granada, s/n.
14800 - Priego de Córdoba
CÓRDOBA (España)
Email: info@gomeoliva.com
Telf.: 0034 957 70 05 84
Fax: 0034 957 54 29 59
www.gomeoliva.com



Los bebés modernos usan pañales modernos

¡Sin dañar el medio ambiente ni el bolsillo!

Productos naturales, ecológicos y prácticos para bebés y mamás.

Algodón biológico y de comercio justo para toda la familia.

bebés ecológicos

Juan XXIII, 26
Huércal - Overa
04600 Almería
Tel: 950 13 57 00
Fax: 950 61 65 13



www.bebesecologicos.com - info@besecologicos.com

menstrual solution



1 Año + GARANTÍA

RESPETE
su cuerpo y nuestro planeta
Con la COPA MENSTRUAL más cómoda, ecológica y rentable

bebés ecológicos

C/. Juan XXIII, 26
04600 HU RCAL-OVERA (Almer a)
Tel.: 950 13 57 00 ¥ Fax 950 61 65 13
<http://www.bebesecologicos.com>
info@besecologicos.com

DEJAD QUE LOS NIÑOS SE ACERQUEN A MÍ

La infancia es un estado casi virginal. Reproducimos algunas citas de autores y de textos sagrados de diferentes tradiciones que nos hablan de la belleza de la niñez, de la maternidad y de otras cosas...

• Conoce lo masculino, mantente en lo femenino y sé el Arroyo del Mundo. Ser el Arroyo del Mundo es caminar constantemente por el sendero de la Virtud sin desviarse del mismo, y retornar de nuevo a la infancia.

Lao Tse
Tao te King

• Un bebé es un mamífero.
Michel Odent

• El Amor es la fuente del Conocimiento.
Proverbio sufi

• Los ancianos han dicho: "Si ves a un joven subir al cielo haciendo su propia voluntad, agárralo del pie y devuélvelo a la tierra, pues el suyo es un cielo equivocado". (N 244).

La voz del desierto
El legado espiritual de los eremitas cristianos
Arca de Sabiduría

• Fue un día en que yo no te esperaba. Y entraste, sin que yo te lo pidiera, en mi corazón, como un desconocido cualquiera, Rey mío; y pusiste tu sello de eternidad en los instantes fugaces de mi vida. Y hoy los



Foto: EcoArchivo

En busca de la inocencia perdida...

encuentro por azar, desparramados en el polvo, con tu sello, entre el recuerdo de las alegrías y los pesares de mis anónimos días olvidados. Tú no desdenaste mis juegos de niño por el suelo; y los pasos que escuché en mi cuarto de juguetes son los mismos que resuenan ahora de estrella en estrella.

Rabindranath Tagore
Gitanjali

• Duerme, no queda nada.
Una danza de muros agita las praderas
y América se anega de máquinas y llanto.
Quiero que el aire fuerte de la noche más
[honda
quite flores y letras del arco donde duermes
y un niño negro anuncie a los blancos del
[oro

la llegada del reino de la espiga.

Federico García Lorca
De su Oda a Walt Whitman

• No te quiero a ti sola:
te quiero en tu ascendencia.

Y en cuanto de tu vientre descenderá
[mañana.
Porque la especie humana me ha dado por
[herencia
la familia del hijo será la especie humana.
Con el amor a cuestras, dormidos y
[despiertos,
seguiremos besándonos en el hijo profundo,
besándonos tú y yo se besan nuestros
[muertos,
se besan los primeros pobladores del mundo.

Miguel Hernández
Cancionero y romancero de ausencias
(De su poema *Hijo de la luz y de la sombra*)

• Llevaron a mi padre a la prisión; un capítulo de mi vida se cerraba; otro se abría, pero aún más dramático que el precedente. Ya entraba de lleno en el mundo de los adultos. Mi padre está en prisión; yo heredo sus responsabilidades. Sólo tengo nueve años.

Eleuterio Sánchez
Camina o revienta. Memorias de "El Lute"
Cuadernos para el diálogo

Alto Al Resurrección

Alto Al Resurrección es una
recorrida de 1.000 metros
el sistema Andaluz que tiene
como objetivo dar a conocer la
cultura de Al Andalus y pro-
mover la cohesión entre
los diferentes colectivos.

Para nosotros es muy impor-
tante que nuestros visitantes
disfruten de un curso de bascu-
nia y disfruten sus sentidos
tanto en clases y salidas
diferentes a lo habitual.
Ante de ser de las zonas con
buenas o la conservación de
un mundo donde los pueblos
se reconstruyen entre sí.

C/ Buenos Aires, 3 Valencia (puerto de Basual)
Tel: 96 322 81 29 Corredor el Llano
Abierto de 17h a 24h
Sábados y vespers de fiestas de 17h a 2h

Repuestoría Andaluz
Tradicional y integral
Fabricación y venta en
Sueca
Telfax: 96 171 11 43

Miny
Taibat

NO TE PIERDAS NI UNO

Nombre y apellidos.....
D.N.I./C.I.F.:.....
Calle/Plaza.....
Ciudad.....
Provincia..... C. P.....
Teléfono..... Edad.....
Profesión..... Fecha.....
Firma

The Ecologist - Àngel Guimerà, 1, 1º 2ª - 08172 - Sant Cugat -
BCN- España - Tel. 935 800 818 - Fax: 935 801 120

Deseo adquirir el número

- 0 (Monsanto) 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22
 23 24 25 26 27 28 Agotados

DOMICILIACIÓN BANCARIA

Nombre y apellidos (o empresa) (titular).....
D.N.I. / CIF (titular).....
Banco / Caja de ahorros.....
Domiciliación oficina..... C. P.....
Población..... Provincia.....

ENTIDAD	OFICINA	DC	NÚMERO DE CUENTA			

Precios para cada número: 3,5 €

Atención: oferta especial. Paquete con los números 0, 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 24, 25, 26, 27 y 28: **65 €**. Gastos de envío, gratuitos.
- Agotados

THE ECOLOGIST LA MIRADA DE UN NIÑO

Suscríbete

BOLETÍN DE SUSCRIPCIÓN

- Sí, deseo suscribirme a The Ecologist en español, por 4 números anuales, desde el nº 30. Precio de la suscripción (por 4 números al año): 14 euros
 Sí, deseo suscribirme a la edición electrónica de The Ecologist. Un año de acceso a todos sus archivos. 14 euros
 Sí, deseo la suscripción combinada, en papel y electrónica. 24 euros

ATENCIÓN: 10% de descuento para estudiantes

Deseo realizar el pago, mediante: Estado español: 14 euros

- Talón nominativo a favor de The Ecologist Comunidad Europea: 22 euros
 Giro postal (adjuntar copia) a favor de The Ecologist América (vía Air Mail): 30 euros

Ingreso en nuestra c/c 0081-0432-06-0001036509 (Asociación Vida Sana), del Banco Sabadell

DATOS PERSONALES

Nombre y apellidos:
D.N.I./C.I.F.:
Calle/Plaza:
Ciudad: C.P. Provincia

Teléfono: E-mail:
Edad: Profesión:

Enviar la suscripción a: The Ecologist. C/ Àngel Guimerà, 1, 1º 2ª. 08172 Sant Cugat. Barcelona. España.
e-mail: suscripciones@theecologist.net

DOMICILIACIÓN BANCARIA

Nombre y apellidos (o empresa) (titular)
D.N.I. / CIF (titular)
Banco / Caja de ahorros
Domicilio oficina C.P.
Población Provincia

ENTIDAD	OFICINA	DC	NÚMERO DE CUENTA			

Ruego se sirva cargar en mi cuenta corriente/libreta y hasta nuevo aviso, los recibos que le sean presentados por Asociación Vida Sana, en concepto de suscripción a la revista The Ecologist.

Firma del titular:

Fecha: / /

CÓMO SUSCRIBIRTE MÁS FÁCIL TODAVÍA

POR CORREO: Remítenos este boletín o una fotocopia a: The Ecologist:

Àngel Guimerà, 1, 1º 2ª - 08172 Sant Cugat (Barcelona). España

POR TELÉFONO: Llámamos y danos tus datos: 935 800 818

POR FAX: Envía una fotocopia del boletín cumplimentado al 935 801 120

POR E-MAIL: suscripciones@theecologist.net y www.theecologist.net

ENTREVISTA A BIGAS LUNA, DIRECTOR DE "YO SOY LA JUANI" Y HORTELANO



Bigas Luna es un apasionado de la estética y de la vida sencilla, cosas perfectamente compatibles

LA JUANI Y CIENTOS DE MILES DE JÓVENES SÓLO TIENEN MODELOS Y REFERENCIAS QUE SON UNA AUTÉNTICA PORQUERÍA, POR ESO...

“ELLAS SON SUPERVIVIENTES”

Bigas Luna tiene varias películas por las que ya ha entrado en la historia del cine español: “Bilbao”,

“Jamón, jamón”, “Las edades de Lulú”... Su último trabajo ha sido “Yo soy la Juani”.

En este monográfico, que también tiene que ver con la adolescencia y sus afines, no podía faltar una entrevista con este apasionado del arte que confiesa que “las juanis... son supervivientes.

Sus modelos y su sociedad son una porquería, pero ellas sobreviven. Es increíble el afán de supervivencia del ser humano”.

Jordi Bigues, amigo nuestro y ecologista y polemista insaciable, nos pone en contacto y nos habla del afán de Bigas Luna por la agroecología y la Naturaleza en general. Luna no es en absoluto un personaje inexpugnable. Al contrario, se muestra afable en todo momento y nos invita a un almuerzo exquisito con pan con aceite, nueces y vino ecológicos producidos por él mismo. Visitamos su esplendoroso huerto, la viña, los almendros. Ahora, tiene también burros. No son de raza autóctona. "Son charnegos", dice Bigas Luna bromeando. Con el estiércol de burro "el huerto ha cambiado, tiene mucha más vida. Se fabrica un compost de una gran calidad que le da una gran vitalidad a las plantas; el que compraba antes olía a antibiótico". Todo el huerto, la viña, la vinificación, el aceite... Todo es ecológico. Para Bigas Luna "es muy importante tocar la tierra una vez al día. Yo hago todo lo que puedo. Ahora, con los burros, vengo cada día. Con Carmen Chaves Gastaldo, la guionista que trabaja conmigo, incluso, hemos convertido la tarea más desagradable del huerto, el quitar las hierbas, en algo muy interesante, ya que desherbamos mientras hacemos meditación".

Bigas Luna está muy interesado, también, por la forma en que la sociedad actual nos está privando de cosas elementales. Por ejemplo, de una alimentación sana. O de una niñez feliz. Para él, "lo importante no



Según Bigas Lunas, "chicas como la Juani son supervivientes"

es tanto que la sociedad funcione, las industrias, las autopistas... Sino que podamos ser felices. Primero, hay que buscar la felicidad. No sé si es muy importante que pueda llegar a mi casa veinte minutos antes o no si para ello hay que construir una gran autopista que destruirá todo el paisaje donde vivo y al que pertenezco. Si la sociedad funciona o no a pleno rendimiento es algo más secundario. Lo importante es vivir a gusto. Tal vez habrá que empezar a vivir con menos. El discurso de los políticos, que siempre piensan en más, en crecer, en generar más, es horroroso". A todo esto, la Juani y sus amigas y amigos viven en un mundo que no es marginal, pero que sí es carne de cañón del Sistema. Modelos basura, comida basura, cultura basura... Todo es basura a su alrededor. La película de Bigas Luna nos ha dejado dicho que, pese a todo eso, "ellas y ellos sobreviven. Buscan algo más. Viven en un agujero horrible, pero quieren salir de él. Hay que escucharles".

"Si tú llevas bien un huerto, tu vida irá mejor, sin duda. Si en la vida o en una película tienes un problema, en el huerto está la solución. Tocar tierra una vez al día es importante. En mis talleres de cine digital, invito a los alumnos a trabajar en huertos ecológicos, a tocar tierra, a tener una piedra al lado de la pantalla..."

¿CÓMO CRECE UNA LECHUGA...?

—Usted ha dicho que dirigir *Yo soy la Juani* es como hacer crecer una lechuga... Explíquenoslo otra vez, por favor.

—Sí, sí, es verdad. Todo es como el huerto. En realidad, a menudo, todo lo que hago o lo que veo lo comparo con el huerto. *Yo soy la Juani* fue un trabajo complejo. A la vez, quería que fuera una película intensa y divertida, con la que la gente se lo pasara bien. Y, evidentemente, hay muchos paralelismos entre la forma en que funcionar con un huerto y con una película. O, al menos, digamos que se puede aprender mucho de cómo llevar un huerto y extrapolarlo a otras parcelas de nuestra vida. Si tú llevas bien un huerto, tu vi-

MODELOS A SEGUIR

JORDI BIGUES, GASPAR CABALLERO...

Bigas Luna empezó a adentrarse en el mundo de la ecología, como él mismo confiesa, "siguiendo modelos de amigos que veía que estaban haciendo cosas buenas, coherentes, sanas, que les aportaban felicidad. Mi primo Jordi Bigues, que siempre ha sido muy coherente, un luchador. Gaspar Caballero, que crea unos huertos que funcionan muy bien con muy poco. Guillem Ferrer, que tiene la casa más bonita del mundo, muy sencilla. Por mi trabajo, veo casas de gente que tiene mucho dinero, y que son horribles. Se puede tener muchísimo gusto, muy sencillo, y tener una casa muy bonita y muy bella que te aporte bienestar". Según el cineasta, el problema de mucha gente joven, como la Juani, es que sus modelos son horripilantes, gente que sale en la televisión sin nada que decir, anuncios que sólo venden porquería... Los modelos que interesan hoy no se ven. La perversión del mundo mediático no los muestra.

da irá mejor, sin duda. Si en la vida o en una película tienes un problema, en el huerto está la solución. Tocar tierra una vez al día es importante. En mis talleres de cine digital, invito a los alumnos a trabajar en huertos ecológicos, a tocar tierra, a tener una piedra al lado de la pantalla...

—También ha explicado que comer los productos que usted mismo cultiva le hace sentirse mucho mejor, tanto en lo físico como en lo emocional...

—En lo emocional y en lo espiritual. Insisto. Lo más importante para mí es tocar tierra. Simbólicamente y también en la práctica. Es muy sano en todos los sentidos. Como ya expliqué anteriormente, la tarea de desherbar el huerto la hemos convertido en algo interesante y profundo. El huerto, la meditación... me han hecho mejor persona. En el huerto, hacemos siempre una pequeña oración: 'Tierra, te cuidaremos a ti y a lo que nos das'. Tampoco es tan complicado tener una relación satisfactoria y armónica con la tierra. Tal vez somos nosotros los que nos complicamos la vida. Hay que pensar un poco en ir hacia atrás, sin olvidar algunas nuevas tecnologías que pueden ser positivas. Pero, en general, hay que pensar en pasar con menos, en ir a lo esencial, en volver a la tierra, que es la que nos sustenta.

HUERTOS URBANOS

—Si no lo tengo mal entendido, usted quiso convertir todo el Paseo de Gràcia de Barcelona en un gran huerto ecológico. ¿No entendieron su propuesta?

—Sí, es cierto. Ésa era mi propuesta. Yo creo, por ejemplo, en una sociedad tecnoagrícola. Como decía, volver al pasado pero sin renunciar a tecnologías limpias y a formas de producción que respeten la Naturaleza. Si nos fijamos en nuestra sociedad, sigue existiendo la agricultura, la parte industrial y la tecnología. Hay que conservar la agroecología y las tecnologías limpias, pero saltarnos el proceso industrial, que es la parte más contaminante. Si nos fijamos, las ciudades están construidas para los coches. Esto es antiecológico y antihumano. Yo pensé: si Barcelona realmente quiere ser punta de lanza en Europa, qué mejor que convertir una de sus calles más bonitas en todo un huerto ecológico, donde se unen la alimentación sana, el amor a la tierra, a las tradiciones, a la Naturaleza... El día en que algunas de nuestras calles se conviertan en huertos será maravilloso. No me hicieron mucho caso, pero las cosas pueden cambiar en el futuro... Las microutopías son posibles, son un camino.

—¿Por qué personas de tanto calado intelectual como usted no hacen películas, discos, novelas... con temas de fondo tan importantes y básicos como la agricultura ecológica, la soberanía alimentaria, el calentamiento global, los problemas creados por los pesticidas...? Hay muchos trabajos al respecto que son ensayos, conferencias, ponencias... Pero casi no es posible encontrar trabajos de ficción sobre estos temas...

Foto: P. B.



Bigas Luna planea, en un próximo trabajo, llevar el fascinante mundo de la agroecología al universo de la ficción... algo que se echa de menos en el panorama cultural nuestro y en el internacional

“Incluso, un día, en una entrevista a la que fuimos juntos la Juani y yo, salió este tema y ella contestó: ‘Yo sólo como hamburguesas y Coca-cola porque lo demás me sienta fatal’. Esta frase dice mucho de cómo es su vida y de lo que les rodea”

—Es muy cierto. Llevo un tiempo dándole vueltas a este tema. Ahora mismo, me estoy planteando poder llevar el mundo de la agroecología al universo de la ficción, que sea el trasfondo de una película, que la gente joven vea cómo se poda una viña, cómo se hace un huerto, cómo hacer el compost... Todo este mundo es un mundo apasionante. ¿Por qué no puede apasionar a más personas? ¿Por qué no unirlo también a la ficción? De verdad que estoy pensando crear un proyecto alrededor de todo esto...

—Algunos dirán que su postura de hortelano ecológico es una “boutade” más... Pero usted, la defensa de una alimentación sana, se la ha tomado bien en serio. ¿Ha habido un cambio espiritual en usted desde “Bilbao”...?

—Lo que piense la gente no me importa demasiado. Si a alguien se le ocurre pensar que vivir de una forma lo más armónica con la tierra... es una “boutade”, pues allá ellos. Una parte importante de la población va contra aquello que les sorprende. Si les sorprende que haya gente que se haga el vino y el aceite, por ejemplo, reaccionan criticando esa historia. Es curioso. Aunque luego, con el tiempo, también se aprende incluso de aquello que se ha criticado. Yo mismo me encuentro a mucha gente que se toman con mucho escepticismo todo lo del huerto, el compost, lo de querer hacer el propio pan en horno y con levadura madre... Sí, se muestran escepticos. Pero van pasando los años y ves cómo empiezan a cambiar actitudes, incluso los más reacios. Yo quiero transmitir con todo esto el hecho de que, desde que empecé a cambiar hábitos, me siento mejor. Este transmitir felicidad pienso que es lo que puede llegar a la gente para que haya cambios reales en la sociedad. Es cierto que a más crecimiento económico... mayor posibilidad de colapso y de catástrofe. Y, de hecho, esto es una realidad intangible, que ya se está produciendo en buena parte del planeta. Pero yo prefiero no transmitir sensación de ruina y de cambios perturbadores, sino de felicidad. Va más conmigo. Creo que la gente se engancha más a eso.

ADICCIONES A LA BASURA

—¿Cree usted que a las chicas como la Juani les importa mucho la alimentación? ¿No han sido educadas para comer

DESESTRUCTURACIÓN SOCIAL

TODO FORMA PARTE DEL MISMO PAQUETE

Según Bigas Luna, con o sin *Yo soy la Juani*, basta con echar un vistazo a nuestra sociedad para ver la tremenda desestructuración social y familiar existente. De hecho, la película refleja, también, en parte, todo eso. El padre se ha alcoholizado porque no puede soportar la forma en que vive. La especulación inmobiliaria y la economía del tocho le han llevado a vivir en un infierno del que, encima, le quieren echar. Todo lo que tiene a su alrededor la Juani es feo, está desequilibrado, roto... Bigas Luna señala al

respecto que los problemas sociales y los problemas medioambientales “forman parte del mismo paquete. Todo está absolutamente interrelacionado. La sociedad en la que sobrevive la Juani también es la sociedad del calentamiento global. Pero la Juani y otros chicos y chicas, a pesar de estar muy integrados en el Sistema, a pesar de ser el último escalón o casi, no quieren seguir viviendo así y luchan por salir del agujero. Hay que ser positivos. Puede haber salida. Aunque la cosa no está fácil, es verdad”.



La comunicación con la Naturaleza es muy importante para el director, que señala que "hay que tocar tierra una vez al día"...

basura? ¿O comer bien no es una cuestión de dinero sino de entendimiento?

—Las chicas como la Juani, efectivamente, una enorme parte de la población de la gente joven, en general, no tiene muy en cuenta la calidad de la alimentación. Sus modelos publicitarios en torno al tema de la alimentación son basura pura. Y en sus casas no siempre hay alguien que cocine, que cocine bien, que se preocupe de comprar lo mejor y no lo más barato. Son supervivientes, insisto. Todo lo que les rodea es asqueroso o casi, y la cosa no da para más. Incluso, un día, en una entrevista que hicimos a una Juani, salió este tema y ella contestó: "Yo sólo como hamburguesas y Coca-cola porque lo demás me sienta fatal". Esta frase dice mucho de cómo es

Entrevista

su vida y de lo que les rodea. Les han acostumbrado tanto a ciertas basuras, que les es muy difícil escapar a ellas. Porque comer bien no es una cuestión de dinero, sino algo más que eso. Ahora, por ejemplo, estoy leyendo a un chef, Bittor Arginzoniz, que habla de la importancia de volver al pasado, a volver a comer bien, y él sólo cocina con fuego de leña.

—Hablemos de otras adicciones... En *Yo soy la Juani* no aparece nadie ni fumando ni consumiendo ningún tipo de estupefaciente. ¿Es algo buscado? ¿Por qué?

—Bueno, con el tema del tabaco ha sido realmente casualidad. No aparecen jóvenes fumando porque, simplemente, no lo pensamos. Con el tema de las drogas ha sido diferente. Hasta el último día tuvimos discusiones al respecto. Había diferentes puntos de vista en torno a esta cuestión. Finalmente, opté por no sacar a chavales consumiendo drogas. ¿Por qué? En ese mundo, hay gente muy metida en las drogas, pero también mucha gente joven que no consume absolutamente ningún tipo de drogas, aunque lleven el pelo

de una determinada forma o tengan el coche "tuneado". También hay gente que consume de una forma esporádica, pero que no están en eso las 24 horas del día. El cine es muy impactante y haber metido drogas en las imágenes hubiera podido significar para una parte importante de la opinión pública que esos jóvenes están todo el día en eso, cuando no es así, o al menos no es así en muchísimos de los casos que yo he conocido. Lo que quieren es vivir, sobrevivir, a pesar de todo...

Pedro Burruezo
burruezo@theecologist.net



Foto: P. B.

Los burros de Bigas Luna no son autóctonos, sino "chamegos"...

LA "REALIDAD" SOCIAL DEL MUNDO DE LA JUANI

CHÚPATE ESA

- Viendo como promedio unas dos horas de televisión al día, cualquier ciudadano está sometido al impacto de unos 17.000 anuncios al mes. La mayoría de la publicidad televisiva tiene que ver con productos alimentarios de calidad muy dudosa, con coches que los jóvenes no pueden comprar o con otro tipo de productos de muy fraudulento gusto. La televisión basura crea estilos de vida basura que satisface no las necesidades de la gente, sino las necesidades de las grandes corporaciones, de los medios y de los estados.

- Un grupo de jóvenes catalanes se han organizado para grabar entrevistas de trabajo y colgarlas en Internet. La mitad de los nuevos asalariados en 2005 cobraron menos del salario mínimo. Reponedores, camareros, pero también periodistas, informáticos o diseñadores se quedan en quinientos euros. Están cansados. La generación precaria empieza a organizarse, según la web de UGT.

- La era de la estética ha dado lugar a una generación de jóvenes que parece haber encontrado en la moda deportiva un nuevo símbolo de rebeldía. Sin embargo, los precios de estos productos suelen coincidir, más bien, con el deseo de lucir determinadas enseñas. Dicho de otro modo, con frecuencia se paga más por la marca que por el

producto. Así, una camiseta diseñada por una firma deportiva puede llegar a costar hasta 80 euros, lo que supone multiplicar el coste de fabricación por un mínimo de treinta o cuarenta. Lo dicen en *expansion.com*. Los grandes del deporte, como Ronaldinho y otros, son cómplices de este vender a los chavales prendas basura a precio de oro. Vaya modelos de honradez... Para colmo, muchos jóvenes los siguen con los ojos cerrados.

- En sólo cinco años el consumo de pastillas supuestamente adelgazantes se ha duplicado entre las jóvenes de Estados Unidos. Según un estudio de la Universidad de Minnesota realizado con 2.500 mujeres de entre 19 y 20 años, el 14,2% de ellas ingieren pastillas adelgazantes. Hace cinco años ese porcentaje era del 7,5%. Además, la investigación señala que el 21,2% de las encuestadas realizaba "comportamientos de control del peso muy poco saludables". Bajo esa categoría incluyen las pastillas adelgazantes, los vómitos provocados, los laxantes, o saltarse comidas. Por otra parte, el 62,7% de las adolescentes controla su peso de manera poco saludable. Lo asegura *20 minutos*. El problema es extrapolable a todo el mundo occidental u occidentalizado.

- Las perspectivas de empleo de los jóvenes de

los 29 países comprendidos en la Organización Regional Interamericana de Trabajadores (ORIT) son "realmente malas", especialmente en Latinoamérica, lo que hace que cada vez más jóvenes terminen desempeñando su labor en la economía informal. Gabriela Bonilla, asistente técnica del Programa de Juventud de la ORIT, con sede en Costa Rica, explica que esta situación se traduce en "un desempleo multitudinario" de los jóvenes. "Los empleos son precarios e inestables y no garantizan perspectiva alguna", puntualiza.

- El reciente estudio sobre el índice de calidad de la televisión argentina, realizado por la Universidad Austral con el auspicio de la Cámara Argentina de Anunciantes, encontró que el 92% de los programas de entretenimiento analizados utiliza un lenguaje vulgar, el 55% de los programas de ficción transmite disvalores como la mentira; el engaño, en un 60%. El problema es el mismo en todas las televisiones del mundo. Se promocionan estructuras sociales distorsionadas y conductas perfectamente amorales, aunque dentro de la legalidad vigente. El engaño, la falsía, la usura, el "pelotazo" sin talento, el mal gusto, la comida basura, los hábitos cutres... Esa es la realidad que promociona la TV, una realidad completamente irreal.

The Ecologist CITA EN BARCELONA

A la derecha de este texto, en esta misma página, por cortesía de la As. Vida Sana y de la dirección de BioCultura, encontraréis una entrada gratuita para la próxima edición de BioCultura en Barcelona (Palau Sant Jordi. Del 4 al 7 de mayo). La entrada es válida para el viernes 4 y para el lunes 7. La entrada la podéis recortar o, mejor, si coleccionáis las revistas, podéis llevar el ejemplar entero para no tener que recortarlo. Como cada año, estaremos en BioCultura con nuestro tenderete una vez más. Al lado del de la As. Vida Sana. Podréis adquirir en nuestro stand los números históricos de *The*

Ecologist y los más recientes. Podréis suscribiros o renovar vuestra suscripción. También podréis adquirir nuestros discos (el de las nanas, el de Bohemia Camerata...) o los libros (el de Edward Goldsmith, el de *Las semillas de la muerte*...). Se aceptan tertulias y sugerencias a pie de stand... Todos los que compréis revistas, discos, libros u os suscribáis, recibiréis algún obsequio: exquisitos espaguetis por cortesía de Biocop SA; café biológico procedente del comercio justo, por gentileza de Alternativa 3; aceite biológico extra virgen de Gomeoliva; o deliciosas pastas andaluzas elaboradas siguiendo añejas recetas de Al-Andalus, por cortesía de la empresa Mina Taibat. Consultad horarios en la *Guía de Actividades* de BioCultura: www.biocultura.org. Nos vemos en el Palau Sant Jordi.



ALIMENTACIÓ BIOLÒGICA • SALUD • TERÀPIES
COSMÈTICA • HIGIENE • CALZADO • ROPA
BIOCONSTRUCCIÓ • TURISME RURAL
ECOLOGIA • ENERGIES

www.biocultura.org

feria de las alternativas y el Consumo Responsable

BioCultura

BARCELONA 2007
DEL 4 AL 7 DE MAYO
PALAU SANT JORDI

ENTRADA GRATUITA
BioCultura
RESERVA PARA LOS DÍAS DE

5 €

ENTRADA UNICAMENTE PARA EL VIERNES, 4 DE MAYO Y EL LUNES, 7 DE MAYO
HORARIO: DE 10 A 19 H

www.matria.cat

gaudir

cuina mediterrània vegetariana

MÀTRIA edicions

Un llibre amb receptes cuites a foc lent durant els 25 anys d'alimentació vegetariana de l'autora.

A partir de les receptes tradicionals de la cuina mediterrània, la nostra, la de sempre, la de casa.

A la venda a les principals llibreries. Serem presents del 4 al 7 de maig a la fira BioCultura de Barcelona.

EDUCACIÓN, CRIANZA, ALTERNATIVAS...

La educación en familia, como una forma de continuación de la crianza, es una opción que cada vez eligen más padres concienciados. Pero cada familia tiene que elegir su camino porque cada caso es distinto. Al final del texto, tenéis una web para que cada uno amplíe la información que necesite...

Cuando empezamos la relación con nuestro hijo, incluso antes de que nazca, empezamos a sentir una mezcla de regocijo interno y de conciencia de responsabilidad al saber que vamos a ser padres. Somos conscientes como nunca de que la relación empieza a establecerse desde antes del parto y no sólo le hablamos y cantamos, sino que algunos incluso empiezan a pensar en cómo estimular desde bien temprano su inteligencia, y comienzan todo el proceso educativo de sus hijos desde el embarazo, ya sea con cinturones específicos, con cd's de música especiales para el periodo prenatal, etc. Cuando por fin llega el día del parto y nuestro bebé ve la luz por primera vez, por fin podemos mantener un contacto físico con él de forma intencionada. Le abrazamos, acariciamos, dormimos con nuestro cuerpo pegado al suyo, le damos el pecho a demanda, cargamos con él todo el tiempo yendo de un lugar a otro... A partir de ahí, no sólo la relación emocional se estrecha, sino toda la forma en que nuestros hijos y nosotros empezamos a ver el mundo. Todo



Foto: A. C.

transcurre de forma natural, nuestros hijos y nosotros interactuamos constantemente entre nosotros y con el "medio" sin fisuras, aprendiendo juntos, comiendo juntos, descubriendo cada día muchas cosas juntos, y después de todo ese período de "continuo" natural nos tenemos que enfrentar a que tenemos que decidir, entre los 3 y los 6 años, aproximadamente, según las necesidades familiares, de qué forma queremos que nuestros hijos se eduquen, como si la educación se pudiera separar de alguna forma de la crianza.

EDUCAR EN CASA

Hay muchos tipos de escuelas. Más allá de la simple opción en-

tre pública y concertada o privada, cada vez hay un panorama más amplio, que nos permite escoger, también, entre un diverso y nutrido grupo de proyectos educativos alternativos. Además de todo eso, aún nos queda otra opción, una que nos permite continuar con la crianza que habíamos escogido sin ningún tipo de interferencias, una que hace que el devenir de nuestros días no tenga que cambiar de golpe de un día para otro porque pasó un cumpleaños concreto... Estamos hablando de educar en casa.

"ATTACHMENT PARENTING"

Esa opción, la de educar en familia, en el hogar, es una opción con cada vez más éxito en-

tre algunos de aquellos padres que decidieron, desde muy temprano, llevar para con sus hijos lo que se conoce como la Crianza con Apego (*Attachment Parenting*). Este tipo de crianza es aquella que promueve la cercanía, el contacto y el vínculo entre padres e hijos desde el mismo momento del parto, a poder ser natural, obviamente. Y sí, además de los consabidos motivos esgrimidos para optar por el *homeschooling* (la ideología y pedagogía que se inculca a nuestros hijos desde las escuelas, los casos de *bullying*, etc), el hecho de practicar la Crianza con Apego (o con Vínculo) es un motivo/aliciente en sí mismo. De hecho, es el motivo cada vez más decisivo por el que muchos padres eligen esta vía de educación para sus hijos. Y es que para algunos no tiene mucho sentido tener que interrumpir un estilo de vida que tiene que ser llevado a cabo sólo por las influencias sociales externas, ajenas a la familia, y no por las necesidades verdaderas de ésta.

Azucena Caballero

Familia asociada a ALE (Asociación para la Libre Educación) <http://www.educacionlibre.org/>

brotasol
NUEVOS PRODUCTOS

COLINES DE ESPELTA Y COCHAYUYO

Alga cochayuyo

TROLAS

Nutritiva y depurativa. Para enriquecer tu dieta

Alimento con alto contenido en calcio, magnesio, azufre, yodo y hierro. Importante fuente de proteínas, aminoácidos, coenzimas y de fibra rica en ácido algínico.

Brotasol S.L. - Ap. comens 76 - 08759 Vallirana
601 340 641 - brotasol@telefonica.net - www.brotasol.com

H2OPOINT www.h2opoint.com

Agua para beber y cocinar
Sistemas para la cal
Filtros para la ducha
Ahorrradores de agua
Gestión de agua de lluvia
Depuración de residuales
Kits de análisis
Equipos de potabilización
...y mucho más.

Rector Triadó 13
08014 Barcelona **902 252 900**

**un per a mi,
un per a tu.**

**fiesta del
comerç
just
i la banca
ètica**

**Fiesta del Comerç Just
i la Banca Ètica
9-10 i 16-17 de juny**

a la Pl. Catalunya de Barcelona
i a 60 municipis més de Catalunya
més informació:
www.festacj.org

coordina: **Setem** participen: **ACTE** **CC** **Intermón Oxfam**
i més de 160 entitats locals de solidaritat

Els productors del sud reben només el 7% del cost final del café que consumim al nord.

Col·laboradors nacionals: Fons Català de Cooperació al Desenvolupament, Generalitat de Catalunya, Abacus, Bon Preu-Esclat, Com Ràdio, El Periòdic, Televisió de Catalunya. **Col·laboradors regionals:** Diputació de Barcelona, Diputació de Girona, Diputació de Tarragona. **Col·laboradors locals:** Ajuntaments de les localitats participants, BTV, Xarxa de Televisions Locals de Catalunya, TMB, FNAC, ràdios i televisions locals.

21 i 22 d'abril
Parc de la Ciutadella, Passadís Lluís Companys
Barcelona

12^{ena} Fira Terra per la Terra

*Solidaritat, artesanía, comerç just, productes ecològics, salut,
educació ecològica, teràpies no convencionals, creixement personal,
ecologia, compatibilitat, energies netes, cançons, danses, música, ...*

www.diadelaterra.org

Suscríbete

a la versión electrónica de The Ecologist. Por sólo 14 euros, podrás acceder por un año a más de 2.000 archivos sobre medio ambiente, salud pública, globalización, agricultura, manipulación genética, contaminaciones alimentarias...

Idiomas: castellano, inglés y francés. Los mejores especialistas. Los documentos más rigurosos.

Llámanos: 935 800 818. O envíanos tus datos de correo electrónico y de domiciliación

bancaria a: suscripciones@theecologist.net

www.theecologist.net

Mi Belleza es Natural

Equilibrio Natural

*Nire edertasuna
naturala da*

*A miña beleza
é natural*

*La meua beleza
és natural*



Línea LL REGENERATION

Suave crema de día con LL BioKomplex, hamamelis, caléndula, equinácea, salvia y manzanilla.



Línea ROSENTAU

Los extractos de aceite de aguacate, ginkgo, agua de rosas, cera de rosas, lúpulo y pepino colman la piel de generosa hidratación.



**ANNEMARIE
BÖRLIND**

NATURAL BEAUTY

Nuevo: TAUTROPFEN

Utilizando la línea Rosas no sólo cuidará su piel sino que también apoyará el proyecto "Rosas en vez de Opio".



TAUTROPFEN
COSMÉTICA NATURAL CONSEQUENTE



INFORMACIÓN: TEL. 93 285 11 94

Maderas Nobles de la Sierra de Segura en BioCultura Barcelona 2007

Les invitamos a visitarnos en el stand nº 343 y a asistir al siguiente programa de actividades:

Sábado 5 de mayo. Sala 5

- 17.00 h. Responsabilidad. + Árboles X un buen clima
Rafael Blázquez, director comercial de Maderas Nobles.
- 18.00 h. Presentación del Primer Encuentro Internacional de Amigos de los Árboles (23 de junio de 2007 en Barcelona).
Javier Sánchez, presidente de la Fundación + Árboles.

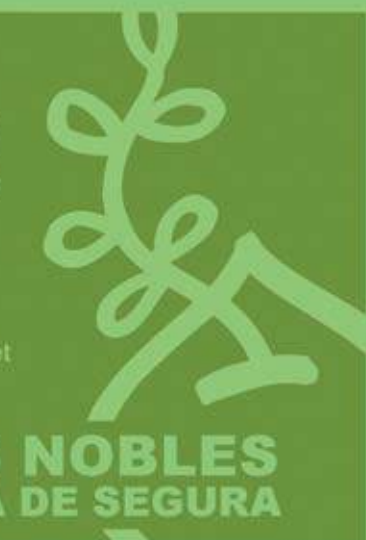
Domingo 6 de mayo. Sala 5

- 17.30 h. Presentación del libro de Al Gore *Una verdad incómoda*, coeditado en castellano por Maderas Nobles y Gedisa.
Jordi Bigues, periodista y ecologista.
- 18.00 h. Observatorio Forestal.
Jordi Bigues y Ramón Arribas, director del Consell Asesor de Desenvolupament Sostenible.

*plantar árboles
nos beneficia a todos*

967 435 907
central@maderasnobles.net
www.maderasnobles.net

**MADERAS NOBLES
DE LA SIERRA DE SEGURA**



DISPONIBLES EN DVD A PARTIR DE MAYO

El Perro Mongol

De la directora de "La Historia del Camello que Lloró"

UNA ENTRAÑABLE APROXIMACIÓN
AL MUNDO DE LOS NÓMADAS MONGOLES.

CINE DE CALIDAD Y SENSIBILIDAD.

UNA VERDADERA JOYA DEL CINE ORIENTAL.



PVP
18'95
Euros

HIMALAYA

NOMINADA AL OSCAR®
MEJOR PELÍCULA EXTRANJERA

UN EXCITANTE VIAJE
AL CORAZÓN DEL TIBET

EMOCIONA POR LA NOBLEZA DE SUS
PERSONAJES Y POR LA FUERZA DE SUS
IMÁGENES



PVP
18'95
Euros

conversaciones con dios

"Un increíble
viaje emocional"

EN CADA UNO DE NOSOTROS
HAY UNA VOZ QUE HABLA LA VERDAD.

DEL LIBRO QUE INSPIRÓ
A MILLONES DE PERSONAS
LLEGA LA PELÍCULA QUE CAMBIARÁ TU VIDA.

PVP
19'95
Euros

