

GUIÓN DE LA PRESENTACIÓN "LOS ALIMENTOS ECOLÓGICOS. CUIDA LO QUE COMES, COME LO QUE TE CUIDA"

El objetivo de este guión es orientar y facilitar la presentación "*Los alimentos ecológicos. Cuida lo que comes, come lo que te cuida*" a todas las personas que quieran hacer uso.

Antecedentes

La agricultura ecológica, biológica u orgánica se empezó a desarrollar en Alemania, el Reino Unido y Suiza durante la primera parte del siglo XX. Es, sin embargo, a partir de los años 80 que aparece en Europa como una alternativa agrícola al sistema dominante basado, entre otros, en los fertilizantes y los fitosanitarios de síntesis química (agroquímicos). A partir de aquel momento, la agricultura ecológica empieza a ganar importancia, aumenta el número de productores y aparecen nuevas iniciativas para el procesado y la comercialización de los productos procedentes de este tipo de producción.

Paralelamente, los Estados miembros de la Unión Europea reconocen la agricultura ecológica, la introducen dentro de sus líneas de investigación y adoptan legislación específica. De esta manera, en 1991 aparece el Reglamento (CEE) 2092/91, sobre la producción agrícola ecológica y su indicación en los productos agrarios y alimenticios, y así se unifican las normas de producción y control para todos los países de la Unión.

Asimismo, en 1992 se publican las primeras ayudas dentro de la política agraria comunitaria a la agricultura ecológica, aunque no llegan al Estado español hasta 1998.

En un primer momento, el control de los productores y elaboradores de la agricultura ecológica lo realizaba el Consejo Regulador de la Agricultura Ecológica, ubicado en Madrid. En 1994 se crea el Consejo Catalán de la Producción Agraria Ecológica (CCPAE) como órgano desconcentrado del Departamento de Agricultura, Alimentación y Acción Rural de la Generalitat de Catalunya.

Desde un primer momento, este tipo de producción ha experimentado un crecimiento continuado. Asimismo, cada vez hay más consumidores interesados en este tipo de productos.

Gracias a los beneficios ambientales y sociales¹ que comporta la producción agraria ecológica, tanto la Unión Europea como diferentes Estados miembros están

¹ La producción ecológica puede ser una alternativa viable para algunas explotaciones pequeñas y medias de nuestro país. Garantizar la continuidad de estas explotaciones es indispensable para poder consolidar un medio rural vivo y rico. Además, la producción ecológica, en utilizar prácticas de manejo muy cuidadosas con los animales y en no poder utilizar plaguicidas (como los herbicidas) de síntesis química, suele requerir más mano de obra por unidad de superficie. Se generan, así, puestos de trabajo en el mundo rural. Por otra parte, los productos ecológicos se suelen comercializar frecuentemente a través de canales cortos de comercialización, donde el productor y el consumidor establecen un vínculo comercial basado en el conocimiento mutuo y la confianza y, de esta manera, se acerca el consumidor al medio rural.

aprobando planes estratégicos o planes de acción para estimular la producción y el consumo de estos tipos de alimentos.

En Cataluña, en marzo de 2005 tuvo lugar en Mollerussa el primer Congreso de la producción agroalimentaria ecológica. De este Congreso, salió el encargo al Departamento de Agricultura, Alimentación y Acción Rural de elaborar el Libro blanco de la producción agroalimentaria ecológica en Cataluña. En este Libro blanco, que se publicó en septiembre de 2006, se recogen los diferentes aspectos de la problemática del sector, del momento y a largo plazo, y se confrontan con las reflexiones de los implicados.

El 25 de noviembre de 2008, el Gobierno catalán aprobó el **Plan** de acción para la alimentación y la agricultura ecológicas para el periodo 2008-2012, a cargo de 7 departamentos de la Generalitat: Agricultura, Alimentación y Acción Rural, Economía y Finanzas, Educación, Innovación, Universidades y Empresa, Medio Ambiente y Vivienda, Presidencia y Salud.

Este Plan de acción, que incluye un total de 105 actuaciones y un presupuesto de casi 37 millones de euros, tiene que permitir conseguir el incremento y la mejora de las producciones y del consumo de los productos agrarios y alimenticios ecológicos en Cataluña.

Esta presentación es una actuación del Plan de acción y pretende ser una buena herramienta para difundir que son los alimentos ecológicos entre los consumidores.

Diapositiva 1. Presentación

Presentación del ponente y de la temática y el objetivo de la charla.

Objetivo: difundir a la población qué son los alimentos ecológicos y los beneficios de este tipo de producción y alimentos.

Hay que explicar que esta presentación está publicada por la Generalitat de Catalunya en el marco del Plan de acción para la alimentación y la agricultura ecológicas 2008-2012.

Este Plan se acompaña de la imagen institucional JoBio.



Diapositiva 2. ¿Qué son los alimentos ecológicos?

Los alimentos ecológicos, aunque se ha acordado que a nivel español se describen con la mención ecológico, a nivel de la Unión Europea también se pueden llamar con

las palabras **biológicos** y **orgánicos**, así como con los diminutivos **eco** y **bio**. De hecho, en todos los Estados miembros, las tres menciones (ecológico, biológico y orgánico) están protegidas, y cualquier producto que lleve estas indicaciones hace falta que esté certificado por un organismo autorizado y que cumpla la normativa específica de la producción ecológica.

Diapositiva 3. ¿Cualquier tipo de alimento puede ser ecológico?

Sí, casi cualquier tipo de alimento puede ser ecológico.

A menudo los consumidores asocian la producción ecológica con los productos vegetales, como las hortalizas o las legumbres. Por este motivo, una de las primeras cosas a explicar es que cualquier producto puede ser ecológico, siempre que cumpla la normativa pertinente y esté debidamente inspeccionado y certificado. Por lo tanto, los alimentos ecológicos pueden ser tanto productos vegetales como productos animales o elaborados.

Eso quiere decir que en el mercado de los alimentos ecológicos podemos encontrar tomates, peras, lechugas, garbanzos, judías, pero también mermeladas y conservas de legumbres. Como también hay ganadería ecológica, podemos encontrar carne y embutidos certificados de agricultura ecológica. Así, también leche, yogur y quesos. La miel, procedente de la apicultura ecológica, también se puede encontrar con el sello. El vino y el cava es otro producto que se puede encontrar certificado ecológico, así como el aceite y el pan.

También podemos encontrar en el mercado pescado ecológico procedente de la producción acuícola, y algas.

La alimentación de los animales ecológicos tiene que ser a base de piensos y forrajes procedentes de la agricultura ecológica.

Como la agricultura ecológica es un sistema de producción, hay que saber, sin embargo, que los productos de la caza y de la pesca de animales salvajes no se pueden considerar de la producción ecológica. Por lo tanto, de momento no se pueden encontrar ni jabalí ni sardinas ecológicos.

Diapositiva 4. Prácticas de la producción agroalimentaria ecológica

Aquí hay que explicar las prácticas que se utilizan para la obtención de los alimentos ecológicos:

La producción agraria ecológica utiliza un conjunto de técnicas que son muy respetuosas con el medio ambiente y el bienestar animal, y que tienen por objetivo conseguir un producto de mucha calidad.

A la presentación se destacan las prácticas siguientes:

Producidos sin pesticidas ni fertilizantes de síntesis química.

Se evita así la liberación de estas sustancias en el medio y se contribuye de manera decisiva a la ausencia de residuos en los alimentos de consumo humano.

Prohibidas las técnicas para forzar las producciones vegetales y animales.

Otra técnica preventiva que permite mejorar la sanidad de los vegetales y animales en producción ecológica es la producción a unos ritmos de crecimiento más lentos, menos intensivos. De hecho, muchos de los problemas sanitarios que se dan de forma reiterada en producción convencional están directamente relacionados con ritmos de producción demasiado intensivos.

Uso restringido de aditivos alimenticios.

Durante el proceso de transformación y elaboración de productos alimenticios ecológicos sólo se pueden utilizar un número muy reducido de aditivos, que son los indispensables para asegurar que la transformación se hace con todas las garantías de seguridad y que no alteran la calidad final del producto.

Alimentación del ganado a base de pasto, cereales y forrajes.

La producción agraria ecológica obliga a alimentar los animales según la fisiología de cada especie. Así, como característica propia de este sistema, en producción de animales herbívoros se tiene que garantizar un uso máximo del pasto y que, como mínimo, la dieta de estos animales incluya un 60% de forrajes.

Utilización de terapias naturales para garantizar la salud de los animales. Restricción en el uso de antibióticos.

En ganadería ecológica la prevención sanitaria es muy importante. Así, tal como se ha comentado anteriormente, produciendo a unos ritmos de crecimiento más lento y diseñando dietas adaptadas a la fisiología y comportamientos de cada especie animal, se reduce mucho el riesgo de tener problemas sanitarios. Además, si un animal ecológico enferma, se da preferencia a la homeopatía o la fitoterapia, ante la medicina convencional. Sin embargo, si estas terapias no funcionan y el bienestar del animal se ve amenazado, se permite un uso restringido de antibióticos.

No organismos modificados genéticamente (OGM).

Las normas de la producción ecológica prohíben explícitamente el cultivo y el uso de organismos modificados genéticamente, ya sea para la alimentación animal o para la humana.

De todas formas, hay que decir que, aunque los OGM están permitidos en alimentación humana no ecológica en soja y maíz, a fecha de hoy no hay en el mercado.

Control y regulación muy exigentes.

Los operadores ecológicos están sometidos a un sistema de inspección y control muy exigente. En este sentido, el Consejo Catalán de la Producción Agraria

Ecológica, que es la autoridad de control en esta materia en Cataluña, inspecciona cada año los sistemas de producción de cada uno de los operadores, tanto las prácticas utilizadas como las entradas y salidas de productos.

Diapositiva 5. La calidad de los alimentos ecológicos

Aquí se observan los beneficios de estas prácticas.

En las próximas diapositivas se analizan estos resultados de uno en uno, a partir de los resultados de estudios científicos.

Diapositiva 6. Alimentos sabrosos

Los resultados de la investigación hasta la actualidad, principalmente en relación a frutas y hortalizas, han mostrado que los productos ecológicos tienden a tener un sabor acentuado y placentero.

Este hecho parece que sería porque los alimentos ecológicos contienen menos agua, de manera que los componentes de la planta –incluyendo las sustancias que afectan al sabor- están presentes en concentraciones más elevadas y la textura de las frutas y hortalizas se ve realzada.

Diapositiva 7. Alimentos de alta calidad

Dado que en producción ecológica no se utilizan fertilizantes ni fitosanitarios de síntesis química, es improbable que haya residuos en sus productos, lo cual supone una gran garantía para el consumidor.

De esta manera, se protege a las personas y al medio.

Diapositiva 8. Alimentos nutritivos

Algunos estudios concluyen que los alimentos ecológicos tienen la misma riqueza nutricional que los convencionales. Sin embargo, otros estudios demuestran que los alimentos ecológicos tienen concentraciones más altas de algunos nutrientes concretos (antioxidantes, vitamina C y ácidos grasos saludables). Parece que estas concentraciones superiores en alimentos ecológicos son debidas a una menor acumulación de agua a causa de un crecimiento más lento.

Los antioxidantes son unas sustancias que se encuentran de forma natural y en cantidad variable en alimentos como vegetales, frutas, cereales, legumbres y nueces, entre otros. Son los encargados de contrarrestar los efectos negativos de las agresiones diarias que puede sufrir nuestro cuerpo porque son capaces de impedir la oxidación celular que es la causa del envejecimiento y de la aparición de diversas enfermedades.

La vitamina C es un antioxidante esencial para el desarrollo y mantenimiento del organismo. Por eso, como antioxidante, tiene todas las propiedades antes mencionadas. Además, tiene efecto directo sobre el desarrollo de dientes, encías, huesos, cartílagos, ayuda a la absorción del hierro y a la unión de las células de la piel, entre otros.

Los ácidos grasos saludables son aquéllos que, entre otras propiedades, disminuyen los niveles de colesterol en la sangre. Se encuentran en alimentos como el **pescado**, los aceites vegetales y los frutos secos.

Diapositiva 9. La leche y la carne

Las diferencias en la alimentación utilizada en producción animal ecológica (mayor contenido de forrajes en las raciones diarias de ganado) y convencional pueden influir en el valor alimenticio de la leche y de la carne.

El ácido omega 3 es uno de los ácidos grasos saludables que se han citado anteriormente.

El ácido linoleico es un ácido esencial, es decir, es una sustancia necesaria para los humanos y que no somos capaces de sintetizar y, por lo tanto, lo tenemos que obtener a través de los alimentos.

Estos compuestos tienen efectos beneficiosos para la salud.

Diapositiva 10. Frutas y verduras

El magnesio es necesario para transformar los alimentos en energía para el organismo, así como para contribuir a la liberación de insulina que regula el nivel de azúcar de la sangre. Contribuye a la reparación y el mantenimiento celular, y controla el movimiento del calcio dentro de y fuera de las células. Por lo tanto, entre otros, tiene un efecto beneficioso en el mantenimiento de los huesos y los dientes. Se encuentra en frutos secos, cereales, verdura y fruta, lácticos y pescado blanco. La mayor parte del contenido del magnesio se pierde cuando los productos se procesan o se cocinan en agua.

El hierro es fundamental para la vida, ya que es un componente esencial de la sangre. Para la absorción de hierro, es bueno consumir conjuntamente alimentos que contengan vitamina C (ved diapositiva 8). Algunos alimentos que contienen hierro son: hortalizas de hoja verde, legumbre, carne y perejil. Algunos estudios han observado un contenido ligeramente más elevado de vitamina C (ácido ascórbico) en el caso de diversas frutas y hortalizas cultivadas de forma ecológica.

En producción ecológica, no se pueden utilizar fertilizantes químicos de base nitrogenada. Por este motivo, los alimentos ecológicos parece que tienen una menor concentración de nitratos, evitando de esta manera efectos no deseables de estas sustancias para el organismo.

Se considera que muchas de las sustancias sintetizadas a lo largo de los procesos de metabolismo secundario de las plantas tienen propiedades promotoras de la salud (son, entre otros, antioxidantes y antiinflamatorios). Algunas de estas sustancias son sintetizadas por la planta como defensa contra plagas y enfermedades. Algunos estudios estiman que el contenido de metabolitos secundarios en hortalizas ecológicas es de uno 10 a un 50% más alto del que en el mismo tipo de producto de origen convencional.

Este hecho puede ser debido a que la utilización de productos de protección vegetal está limitado en el caso de las plantas producidas de forma ecológica. Este tipo de plantas tienen que trabajar más llevar para defenderse de las influencias externas y, de resultados, producen cantidades más granos de determinados metabolitos secundarios.

Diapositiva 11. Respeto para el medio ambiente

En los últimos años se han realizado numerosos estudios para calcular y evaluar el impacto que tiene la producción agraria sobre el medio ambiente y qué diferencia hay entre el impacto que genera la producción agraria ecológica y la producción agraria convencional. De estos estudios, se desprende que la agricultura ecológica genera un impacto negativo muy menor sobre el medio que la convencional. Eso es porque la agricultura ecológica:

- No utiliza fertilizantes ni fitosanitarios de síntesis química que pueden contaminar el medio (suelo y aguas superficiales y subterráneas) y que, además, demandan mucha energía para su producción.
- Los suelos tienen un elevado contenido de materia orgánica, que les confiere más estructura, más actividad biológica, mejor capacidad de retención de agua y menor riesgo de erosión. Más materia orgánica también hace que el suelo secuestre menos CO₂ y que se contribuya así a mitigar el cambio climático.
- Hay una mayor diversidad de flora y fauna silvestre, porque no se utilizan herbicidas y porque se fomenta la vegetación de los márgenes como refugios de fauna útil y las cubiertas vegetales.

La producción agraria ecológica representa, pues, un camino hacia el desarrollo sostenible.

Diapositiva 12. Respeto por el bienestar de los animales

Desde el punto de vista del bienestar animal, se garantiza la calidad de la producción ganadera ecológica porque:

- Se recomienda utilizar razas apropiadas a las condiciones de la localización.
- Se busca la optimización, y no la maximización, del rendimiento potencial de los animales.

- Se tiene especial **cuidado** en las condiciones de los alojamientos de los animales, que tienen que tener una superficie mínima para que los animales se puedan mover con libertad. La superficie mínima que se pide para cada animal en producción ecológica es mucho mayor que la que se pide en producción convencional. Además, en producción ecológica se obliga a que los animales tengan acceso a patios y pastos.
- La alimentación del ganado tiene que estar adaptada a la fisiología de cada especie. En el caso de los herbívoros, por ejemplo, en producción ecológica se tiene que incluir un alto porcentaje de forraje a la dieta. De esta manera, se evitan problemas de salud creados directamente por pautas alimenticias demasiado intensivas.
- La salud de los animales se basa en la prevención de enfermedades, el uso de terapias naturales y la restricción en el uso de antibióticos.

Diapositiva 13. Alimentos seguros - I

Los alimentos ecológicos cumplen todas las normas de calidad y de seguridad, así como las inspecciones pertinentes, que cumplen todos los alimentos. Además, también cumplen todas las normas y reciben las inspecciones específicas de producción ecológica.

Diapositiva 14. Alimentos seguros - II

Además, y tal como se ha comentado anteriormente, los operadores ecológicos están sometidos a una normativa europea específica para este tipo de producción: el *Reglamento (CE) 834/2007, del Consejo, de 28 de junio de 2007, regula la producción y el etiquetado de los productos ecológicos*; y el *Reglamento (CE) 889/2008, de la Comisión, de 5 de septiembre de 2008, establece disposiciones de aplicación del Reglamento (CE) 834/2007, del Consejo, respecto de la producción ecológica, su etiquetado y su control*. En Cataluña, además, la producción agroalimentaria ecológica está regulada por el Cuaderno de normas técnicas. Estas normas sólo son de obligado cumplimiento para los operadores ecológicos y son las que establecen las características diferenciales de los sistemas de producción de alimentos ecológicos.

Por otra parte, para garantizar y certificar el cumplimiento de esta normativa, está el Consejo Catalán de la Producción Agraria Ecológica (CCPAE). El CCPAE realiza anualmente, como mínimo, una inspección a cada uno de los operadores ecológicos, un control documental muy exhaustivo y toma de muestras.

*(En todas las próximas diapositivas de los **mitos** hay que seguir el mismo procedimiento: se plantea el mito a los asistentes y se dejan unos segundos de reflexión y/o de respuestas espontáneas antes de destapar la resolución. Hay que intentar guiar la ponencia hacia las respuestas a las cuales interesa que salgan: se hace referencia y se refuerzan las explicaciones y mensajes que expuestos a lo largo de la presentación.)*

Diapositiva 15. Mitos y realidades: ¿Los alimentos ecológicos son demasiados caros?

En general, los alimentos ecológicos son más caros que los convencionales. Este incremento de precio se explica por distintas razones:

Las dos razones básicas que explican este incremento de precio son:

- Un incremento de costes motivado por la repercusión de las técnicas específicas que se utilizan en producción ecológica, como por ejemplo el control de las malas hierbas, que implica un coste de mano de obra más elevado, o el hecho de criar el ganado durante periodos de tiempo más largos, en instalaciones más amplias y utilizando alimentos ecológicos certificados, o la falta de maquinaria adaptada a los requerimientos de las técnicas ecológicas.
- La dispersión de la producción, la falta de estructuras suficientes de distribución y comercialización específicas, la falta de economías de escala derivadas del aún reducido tamaño de este sector y, en ocasiones, una política comercial un tanto abusiva, son factores que pueden explicar incrementos de precio difíciles de entender por otros motivos.

Ahora bien, dicho esto, también se observa que, a lo largo de la temporada, los productos ecológicos tienen un precio más estable que no fluctúa tanto como los de los productos del mercado convencional.

Diapositiva 16. Mitos y realidades: ¿los productos ecológicos son menos agradables a la vista?

En general, no se puede afirmar que los productos ecológicos tengan un aspecto menos agradable. Sin embargo, en algunos casos, como la fruta y la verdura ecológica, es frecuente que tengan un calibre más pequeño si la comparamos con la convencional. Eso es debido a que en producción ecológica no está permitida la aplicación de fertilizantes químicos que hacen que las plantas y los frutos tengan un crecimiento muy elevado y rápido. Además, en producción ecológica no se pueden utilizar ceras u otros productos que dan brillo y que sí que se utilizan en la fruta convencional.

Hay que saber, sin embargo, que en los últimos años los consumidores nos hemos acostumbrado a comprar productos muy homogéneos y con un aspecto exterior muy atractivo. Incluso, este hecho muchas veces pasa por encima de la propia calidad del producto.

Diapositiva 17. Mitos y realidades: ¿Consumir alimentos ecológicos es una moda?

Algunos de los detractores de los alimentos ecológicos afirman que el consumo de este tipo de productos es una moda pasajera y que sólo está pensado para rentas medias o altas.

El interés por los alimentos cultivados de forma ecológica no es una cosa de ahora. Desde los años setenta, como respuesta al inicio de la intensificación masiva de la producción, consumidores de todas partes empezaron a reivindicar otras formas de producir alimentos, más respetuosas con el medio ambiente y el bienestar animal, como la producción ecológica.

Así pues, el incremento de consumo de alimentos ecológicos no es una moda pasajera, sino que está directamente relacionada con la adquisición de nuevos valores de la sociedad como son el con respecto al medio ambiente y al bienestar animal.

Diapositiva 18. Mitos y realidades: ¿Están controlados los productos ecológicos?

Tal como se ha comentado anteriormente, los alimentos ecológicos cumplen todas las normas de seguridad alimentaria en su producción y transformación que tiene que cumplir cualquier tipo de alimento. Además, también están sometidos a una normativa y unas inspecciones específicas. Por lo tanto, se podría decir que los alimentos ecológicos incluso están más controlados que muchos otros alimentos.

Diapositiva 19. Mitos y realidades: ¿La agricultura ecológica puede alimentar al mundo?

A mediados del siglo XX muchos ciudadanos creyeron que la intensificación de la producción agrícola y ganadera (conocida como revolución verde porque a corto plazo llevó un incremento de producciones muy elevado) podría acabar con el hambre en el mundo. Sin embargo, se ha ido viendo que producir más por unidad de superficie no representa, ni mucho menos, que la población de los países más empobrecidos tengan garantizada una dieta mínima. Generalmente, este objetivo depende más de aspectos geopolíticos y de distribución de riqueza que de la propia capacidad de producción de alimentos. Así, las desigualdades en el consumo de alimentos y de otros productos, lejos de empequeñecerse, han ido creciendo. De esta manera, se puede afirmar que el hambre que hay en el mundo no es un problema de producción de alimentos, sino de distribución de riqueza.

Por otra parte, la forma de consumir que se ha desarrollado en los últimos años en la mayoría de la población de los países ricos (consumo muy elevado de productos cárnicos por habitante) necesita mucha superficie. Esta forma de consumir, además, tiene consecuencias negativas sobre la salud de las personas, ya que genera problemas sanitarios importantes, como la obesidad. Por lo tanto, la cantidad de

superficie y la capacidad productiva del suelo necesarias para combatir el hambre en el mundo varían mucho en función del tipo de dieta que tiene la población.

Finalmente, si se hace un balance energético global, se observa que la producción ecológica es más eficiente, es decir, produce más por unidad energética invertida. Se observa también que necesita menos agua y que genera menos gases efecto invernadero. Sí que es cierto, sin embargo, que necesita más superficie de suelo. A pesar de todo, este último aspecto negativo podría quedar compensado por las mejoras que puede ofrecer la investigación y la experimentación.

Diapositiva 20: ¿Cómo puedo reconocer un alimento ecológico?

Los alimentos ecológicos se identifican por la etiqueta, que tiene que llevar la referencia al método ecológico de producción, mediante el uso del término ecológico, biológico u orgánico. Además, la etiqueta también tiene que incluir un código que identifica el organismo responsable del control de la última fase de producción y un logotipo europeo específico para los alimentos ecológicos, de uso obligatorio.

También se pueden identificar por el uso de los logotipos de los organismos de control, que en el caso de Cataluña, es el del Consejo Catalán de la Producción Agraria Ecológica.

Si queréis encontrar dónde poder adquirir alimentos ecológicos cerca de vuestra casa, podéis consultar los puntos de venta que figuran en el portal de la Generalitat www.Gastroteca.cat.

Diapositiva 21: Muchas gracias

Bibliografía

Publicación "Calidad y Seguridad de Productos Ecológicos. Sistemas alimenticios comparados", Instituto para la Investigación en Agricultura Ecológica (Forschungsinstitut für biologischen Landbau, FiBL, Suiza), traducido al catalán por el Departamento de Agricultura, Alimentación y Acción Rural, y publicado en pdf en la web del Departamento: <http://www.gencat.cat/dar/pae>

Revisión del estudio del FSA realizada por The Organic Center (USA)

(<http://www.organic-center.org/reportfiles/Respuesta%20del%20Organic%20Center%20sobre%20el%20estudio%20FSA.pdf>)

Publicación: "New Evidence Confirms the Nutritional Superiority of Plant-Based Organic Foods", State of Science Review, March 2008" de "The Organic Center" (http://www.organic-center.org/science.nutri.php?action=view&report_id=126)

Artículo de Consumer: "El valor nutritivo de los alimentos orgánicos"

(http://www.consumer.es/web/es/alimentacion/aprender_a_comer_bien/alimentacion_alternativa/2009/11/10/189070.php)

Web del Organic Food Quality and Health

(<http://www.organicfqhresearch.org/index.html>)

Organic Food Quality & Health Newsletter March 2009

(http://www.organicfqhresearch.org/downloads/newsletter/fqh_news_march2009.pdf)

Libro "Alimentos Ecológicos, Calidad y Salud", de María Dolores Raigón Jiménez, 2007, Junta de Andalucía

(<http://www.juntadeandalucia.es/servicios/publicaciones/detalle/51528.html>)

Entrevista a María Dolores Raigón

(<http://www.agendaviva.com/revista/articulos/Entrevistas/Mar-Dolores-Raig-n-Jim-nez-Ingeniera-agrCompleta>)

Artículo: Presentación Barcelona del estudio de la UE que confirma que los alimentos ecológicos sueño más nutritivos y saludables, 05/2009

(http://www.ecoalimenta.com/es/notices/presentacion_en_barcelona_del_estudio_de_la_ue_que_confirma_que_los_alimentos_ecologicos_son_mas_nutritivos_y_saludables_3611.php)

Web del proyecto integrado de la Comisión Europea dentro del 6º programa marco de investigación y desarrollo tecnológico "Quality Low Input Food"

(<http://www.qlif.org/index.html>)

Página Organic eprints, buscador de bibliografía científica: Items in the subject area "Food systems > Food security, food quality and human health"

(<http://orgprints.org/view/subjects/2security.html>)