



Época II N° 9

Diciembre 2012

CONSUMIR: Soberanía alimentaria, diez principios

Suplemento del Cuaderno núm. 180 de **CRISTIANISME I JUSTÍCIA** - (n. 214) - Septiembre, 2012

Dudábamos de si era oportuno o no publicar este decálogo que nos hicieron llegar nuestros buenos amigos del espacio de consumo responsable El Rincón Lento de Guadalajara. Con la que está cayendo, ¿cabe hablar de soberanía alimentaria y de consumo responsable? Pero al final creímos decididamente que sí, y más que nunca. La crisis que vivimos no es solamente una crisis de deuda o una crisis financiera, es también una crisis sistémica: la crisis de un sistema que tiene en un consumo irracional una de sus principales columnas. Por esta razón, desde hace tiempo (y nos hemos hecho eco de ello en nuestras publicaciones) están surgiendo alternativas económicas y de consumo más justas, más democráticas y más respetuosas con el medio ambiente. Tenemos que estar atentos a los cambios, en ellos hay la única esperanza posible en medio de un panorama realmente desolado.

La soberanía alimentaria es una alternativa para abordar la desaparición del medio rural, los problemas de la pobreza y el hambre y los daños ambientales de todos los rincones del planeta. En definitiva, una propuesta de cambio social, desde el ámbito de la agricultura y la alimentación, que se fundamenta en tres pilares: considerar la alimentación como un Derecho Humano básico, reclamar para todos los pueblos y Estados el derecho a definir sus propias políticas agrícolas, y poner en el centro de estas políticas a quienes producen los alimentos: agricultores, granjeros y pescadores.

CONSUME:

1. Productos locales

Los productos locales tienen la ventaja de poder llegar más frescos a nuestra mesa, y por tanto con todas sus cualidades nutricionales intactas. Al haber recorrido una menor distancia en su transporte es más probable que estos productos hayan sido recogidos en su estado óptimo de maduración y no hayan tenido que pasar por procesos artificiales antes de ser consumidos. El transporte de alimentos consume más de un 4% de toda la energía utilizada a nivel mundial. Este transporte se realiza a través de tres grandes medios, aéreo, marítimo y por carretera. Este consumo de combustibles fósiles afecta al cambio climático y a la contaminación atmosférica. Al consumir productos de cercanía, el transporte es mínimo, con lo que reducimos la

contaminación. Además, al reducir los costes, los productores pueden recibir un mejor precio por su producto, a la vez que los consumidores pagamos también precios más ventajosos.

2. Productos de temporada

Consumir productos de temporada implica el consumo de productos locales, ya que consumimos las hortalizas y frutas que crecen en una determinada época del año en la zona donde residimos. A través del consumo de productos de temporada apoyamos a los agricultores de nuestra área de residencia y les aseguramos ingresos durante todo el año, para que puedan seguir dedicándose a una actividad que nos beneficia a todos. Una sociedad rural viva es necesaria para nuestra alimentación y para nuestro disfrute.

Si los productos que consumimos son de temporada, nos aseguramos también que no han sufrido muchos de los tratamientos artificiales que se realizan para la conservación, transporte y maduración. Entre estos tratamientos podemos destacar la congelación, la conservación en cámaras de oxígeno cero o la maduración con bromuros.

3. Comercio Justo

Algunos alimentos no se pueden producir cerca de nuestras casas y tienen que venir de fuera de nuestras fronteras. Es el caso del chocolate, el café o el té por ejemplo. Muchos de estos productos se han incluido en nuestra dieta y es normal que queramos consumirlos habitualmente

En estos casos, una alternativa acorde con los principios de la soberanía alimentaria, es el comercio justo. Los productos certificados como comercio justo nos aseguran que han sido producidos en condiciones sociales que respetan algunos criterios como la igualdad de género, las retribuciones justas para los productores, el no uso del trabajo infantil o el respeto a los derechos humanos, y en algunos casos también la producción ecológica.

4. Ecológico

La agricultura ecológica consiste en el cultivo de alimentos de forma natural, usando semillas tradicionales, productos ecológicos en el tratamiento de los cultivos y respetando los procesos naturales con el uso de la rotación de cultivos y los cultivos multispecíficos.

La agricultura ecológica respeta el medio ambiente, evita la contaminación de tierras y acuíferos, reduce las plagas, asegura la

biodiversidad y es una alternativa que ayuda a mantener un medio rural vivo.

5. Canales cortos de distribución

Los canales cortos de distribución, en los que productores y consumidores están en contacto gracias a pocos o ningún intermediario son una buena solución para conseguir precios competitivos tanto para productores como para consumidores, y asegurar la calidad de los productos.

Como alternativa a las Grandes cadenas de distribución que controlan la mayoría de la venta de alimentos, existen en nuestro país, cada vez más pequeñas tiendas y comercios que ofrecen la posibilidad de consumir productos locales y de temporada.

También proliferan los grupos de consumo: grupos de personas preocupadas por lo que compran y que se asocian para hacer pedidos de diferentes mercancías como fruta, verdura, conservas, carne, leche, etc, directamente a productores.

6. Críticamente

Cada vez que consumimos estamos tomando una decisión que afecta a muchas personas, productores, intermediarios, distribuidores y a nuestra familia.

Al consumir debemos hacerlo críticamente.

Con nuestro consumo estamos apoyando para que una manera de producir o de distribuir se imponga sobre otra. Son nuestras decisiones como consumidores las que pueden conseguir que se modifiquen de alguna manera los métodos de producción y distribución.

No debemos intentar cambiar todos nuestros hábitos de consumo de manera instantánea. Podemos empezar por pequeños cambios, como consumir algunos productos periódicamente en tiendas de comercio justo como el café y el chocolate, o productos baratos y básicos como la pasta y el arroz en comercios ecológicos.

Una vez inculcados estos hábitos podemos ampliarlos a otro tipo de productos como conservas, verduras, frutas o carne. Los grupos de consumo no sólo benefician económicamente a productores y consumidores, sino que también nos ayudan en este proceso, ya que compartir inquietudes, aprender de los demás y participar en este tejido social nos ayudará a dar pasos en nuestro consumo crítico.

7. Libremente

Cuando acudimos a realizar la compra de productos alimentarios o de otros productos, normalmente lo hacemos influenciados por la cantidad de mensajes publicitarios recibidos a lo largo del día. Se calcula que los españoles vemos casi 100 anuncios diarios, y evidentemente esto nos influye a la hora de consumir.

Debemos ser conscientes de ello, e intentar abstraernos de estos condicionantes para consumir de manera libre. Lo más importante es huir de las necesidades creadas. Hay cientos de productos que se nos ofertan día a día que ni son necesarios ni en muchos casos sanos para nuestras familias. Muchos de los problemas de salud que aparecen actualmente en nuestros países son debidos al consumo de este tipo de productos, que consumimos influenciados por la publicidad, pero que no aportan nada a nuestra salud.

8. Sin transgénicos

Los transgénicos son semillas a las que artificialmente se les ha introducido un gen que no es de su especie. Al cultivar estas semillas conseguiremos plantas que presentan una característica especial, normalmente asociada a la resistencia a plagas o pesticidas, que no presentan naturalmente.

Actualmente está permitida la comercialización de semillas transgénicas de maíz, soja, colza y algodón. Más allá de la discusión ética que puede acarrear la modificación genética de las plantas para crear nuevas especies artificiales, los transgénicos presentan algunos inconvenientes sociales y ecológicos muy claros.

En primer lugar, no existen estudios suficientes que demuestren la inocuidad de estos productos para nuestra salud. Actualmente los productos transgénicos no llegan directamente a nuestra mesa para consumo humano, pero representan más del



90% del pienso que consume el ganado español. Además no existe normativa europea que exija la certificación de estos productos, por lo que los consumidores somos incapaces de poder elegir a la hora de consumirlos.

Por otro lado las semillas transgénicas suponen un grave atentado medioambiental. Muchas de estas semillas son estériles, con la intención de que no puedan ser guardadas para años sucesivos y por tanto crear un nuevo negocio en torno a la venta de semillas. Además esta esterilidad se puede transmitir a variedades tradicionales, a través de la hibridación con las plantas transgénicas, lo que puede llegar a conllevar la pérdida de viabilidad de especies como el maíz o la soja. Esta hibridación hace también que se pierdan las variedades tradicionales, homogeneizando las características de todas las plantas. Por último si todas las plantas son similares su vulnerabilidad ante plagas y enfermedades es muy alta y puede conllevar graves problemas para la viabilidad de las mismas.

9. Valorando

A la hora de consumir no debemos olvidar que precio y valor no son lo mismo. Normalmente los productos con un precio bajo, consiguen esta ventaja económica olvidando deliberadamente el valor social o medioambiental. Por ejemplo, si añadiéramos a muchas de las hortalizas que consumimos el valor de limpiar toda la contaminación asociada a su producción, o la retribución justa de su productor, el precio final sería mucho mayor.

Cuando consumimos debemos intentar valorar, no sólo el precio de lo que estamos comprando, comparándolo con otras alternativas, sino también todas estas otras implicaciones. Un mayor valor económico puede reflejar un mayor precio pagado al productor, condiciones ecológicas de producción, la no explotación infantil o unas condiciones laborales justas. Además nunca debemos olvidar nuestra salud y debemos siempre consumir aquellos productos que estemos seguros que son más saludables para nosotros y nuestras familias.

10. Salud

Como sabemos, la alimentación es uno de los hábitos que más afectan a nuestra salud. Una buena alimentación es sinónimo de buena salud. Y para llevar a cabo una alimentación sana, debemos asegurarnos de que los

alimentos que consumimos son de la mayor calidad.

Los alimentos ecológicos nos aseguran que no se han utilizado productos químicos en su elaboración y que se ha respetado el ciclo natural de las plantas y animales. Los canales cortos de distribución nos aseguran menores tratamientos artificiales y mayor frescura en los alimentos. Las semillas tradicionales nos aseguran inocuidad y una selección nutricional de miles de años. Consumir siguiendo algunas

de las pautas de este decálogo nos llevarán a una alimentación más sana para nosotros y nuestras familias, más justa para la sociedad y más respetuosa con el medio ambiente. Y todo ello está en nuestras manos diariamente: consumamos con responsabilidad.

Basilio Rodríguez, cooperante y miembro del espacio de consumo responsable

El Rincón Lento de Guadalajara

Imprime: Edicions Rondas S.L. - ISSN 1135-7584 - D. L. B-45397-95

El **arroz** es el alimento básico más consumido en el planeta. Su **cultivo** ocupa aproximadamente un **10% de las tierras fértiles**. Este producto es una de las fuentes de energía y proteínas más **baratas y abundantes**. En algunos países como Indonesia, Bangladesh, Camboya, Laos, Tailandia y Vietnam, el arroz representa alrededor de tres tercios de las calorías totales que consumen sus habitantes. En Asia, su cultivo constituye la actividad humana más importante y un alivio para su situación de extrema pobreza.

Los alimentos que más se consumen en España son pan, patatas y leche. Además, cada español come al año más del doble de cantidad de carne (57 kilogramos) que de pescado (26 kilogramos). Cada español consume a la semana 2,2 huevos y 1,9 litros de leche. Igualmente, ingiere 19,1 litros de aceite al año, de los que tres cuartas partes son de aceite de oliva.

El comercio justo es una forma alternativa de comercio promovida por organizaciones no gubernamentales, por Naciones Unidas y por movimientos sociales que promueven una relación comercial voluntaria y justa entre productores y consumidores.

