

# ¿Qué es un alimento de calidad?

*Soberanía Alimentaria  
en nuestro día a día*



# ¿Qué es un alimento de calidad?

## Perifèries

[www.periferies.org](http://www.periferies.org)

Los derechos sobre los contenidos del presente material están protegidos por una licencia Creative Commons, excepto las fotografías, los derechos de las cuales son propiedad exclusiva de sus autores y autoras.

Cuaderno de Sensibilización de la Associació Solidaritat Perifèries del Món para la exposición “¿Qué es un alimento de calidad?” financiado por la Excma. Diputación de Alicante dentro del Programa Circuito Solidario.

Hemos contado para hacerlo con la colaboración de la Plataforma per la Sobirania Alimentària del País Valencià, de la cual formamos parte.



[www.sobiraniaalimentariapv.org](http://www.sobiraniaalimentariapv.org)

La exposición fue un proyecto financiado por La AECID a las asociaciones:



**Circuito Solidario** es un programa de sensibilización social de ámbito provincial, gestionado por el **Área de Bienestar Social de la Diputación de Alicante** con la colaboración de organizaciones no gubernamentales y Municipios de la provincia de menos de 60.000 habitantes.

Tiene como objetivo fomentar la solidaridad y el respeto entre los pueblos y las culturas, educar para el desarrollo humano y sostenible, promover los Derechos Humanos y favorecer una conciencia crítica y comprometida para conseguir un mundo más justo, equitativo y solidario.



### Fotografías:

Cada fotografía ha sido aportada por el proyecto al que hace referencia

### Diseño, ilustraciones y maquetación:

APS André Pessoa Studio

*¿Dónde está  
la calidad de un alimento?*

# **En la producción ecológica**



No es suficiente saber que un alimento no ha sido producido con insumos químicos de síntesis. Un consumo ecológico implica una relación sana entre proceso de producción y ecosistema. Un consumo ecológico implica inputs energéticos bajos en la producción y transporte del producto.



## LA CALIDAD DE UN ALIMENTO HAY QUE BUSCARLA EN:

### El uso de insumos agrarios no industriales (herbicidas, insecticidas, abonos químicos)

¿Sabías que el glifosato, herbicida usado de forma extensiva en la producción de soja transgénica, genera graves enfermedades a la población que vive allí donde se aplica (cáncer, trastornos reproductivos, etc.)?



### Un modelo de producción diversificado, que huye del monocultivo

¿Sabías que los purines (líquido que rezuma del estiércol animal) producidos por la producción intensiva de porcino en la comarca de Osona ha contaminado todos los acuíferos de la cuenca del río Ter, el más grande y caudaloso de Cataluña después del Ebro?



### Un modelo de producción que prima el uso del trabajo humano sobre la excesiva mecanización

¿Sabías que la agricultura intensiva expulsa a la población al requerir muy poca mano de obra? Por ejemplo, la producción intensiva de soja requiere un trabajador por cada 170 a 200 hectáreas.



### Un modelo de producción que respete el ciclo del agua y de la tierra

¿Sabías que la agricultura industrial e intensiva basada en la extensión de regadíos en zonas tradicionalmente de secano agota los mantos acuíferos por la extracción excesiva de agua?

## ¿Cuánto alimentan los productos ecológicos?

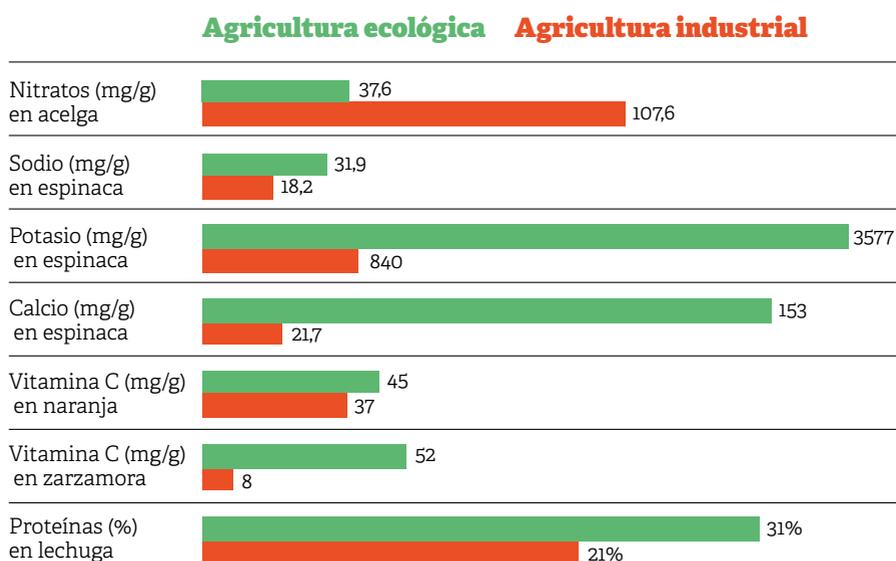
La intensificación de la agricultura y la ganadería, así como la tecnificación en la elaboración de alimentos, hace que muchos de los nutrientes disminuyan o desaparezcan.

Los alimentos ecológicos, cultivados sin productos químicos de síntesis y respetando su ciclo natural, presentan mayor concentración en proteínas

que los provenientes de la agricultura industrial, mayor contenido vitamínico (en frutas y verduras), mayor contenido mineral (en frutas, verduras, leguminosas y cereales) y mayor nivel de sustancias antioxidantes (en frutas, verduras y aceite de oliva).

Así mismo, en los alimentos procedentes de la producción industrial, suele encontrarse mayor contenido en nitratos, perjudiciales para la salud.

### Comparativa nutricional entre alimentos de la agricultura ecológica e industrial:



# Aigua Clara Cooperativa de Consumo Responsable y Ecológico.

Alberic, Valencia



La Agricultura de Confianza y El Consumo Responsable son en Aigua Clara el eje de unión entre campesinos/as y consumidores/as. Aigua Clara nació con el fin de acercar los productos ecológicos a la sociedad, y después de más de treinta años de historia constituye un modelo cooperativo, donde la organización por comisiones de trabajo remunerado y voluntario, hacen posible las decisiones asamblearias de nuestro funcionamiento.

Nuestras frutas y verduras de producción propia ecológicas y de temporada, están sometidas durante todo el año a un control de calidad, que supervisa no sólo los aspectos organolépticos, sino también los parámetros económicos y sociales que hacen posible la aplicación del comercio justo, el consumo responsable, la defensa del territorio y la autogestión y economía social, herramientas necesarias para recuperar la Soberanía Alimentaria.

Por otro lado, ofrecemos una gran variedad de productos envasados y elaborados que conseguimos de otras empresas, priorizando los proyectos familiares, pequeñas o medianas empresas. Éstos productos los podéis encontrar en la sede de la cooperativa en la tienda de Alberic, también en grupos de consumo o asociaciones vinculadas y en los puntos de distribución en el País Valenciano.

Los cítricos de cosecha propia (naranjas, mandarinas, pomelos), son distribuidos por Aigua Clara por todo el Estado a grupos de consumo, cooperativas y asociaciones, también a productores/as ecológicos que han incorporado a sus cestas el color naranja con garantía de Salud.

**Aigua Clara**  
**Agricultura de confianza...Agricultura desde el corazón.**

**[www.aiguaclara.org/](http://www.aiguaclara.org/)**

¿Dónde está  
la calidad de un alimento?

# En la proximi- dad



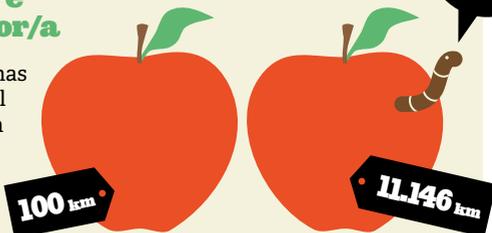
Favorecer la economía local, evitar el transporte kilométrico y el consumo energético innecesario, y reducir el impacto medioambiental, son factores que dan calidad a un alimento.



## LA CALIDAD DE UN ALIMENTO HAY QUE BUSCARLA EN:

### La menor distancia entre productor/a y consumidor/a

¿Sabías que el 36% de las manzanas que se consumen en el Estado Español proceden de Chile (a más de 10.000 km de distancia), aún cuando el Estado Español es un importante productor y exportador de este alimento?



### La menor distancia entre el productor/a y los insumos que utiliza en el proceso productivo

¿Sabías que la soja, principal componente de los piensos que alimentan al ganado intensivo del Estado Español, procede de Brasil, Argentina y EEUU?



### La supresión de envases innecesarios

¿Sabías que Europa consume anualmente unos 3,5 millones de toneladas de bolsas de plástico, producidos con polietileno, un derivado del petróleo del que Europa es casi un importador neto?



### Que la riqueza que se crea favorezca la economía local

¿Sabías que en Oackland, EEUU, se estima que 35 millones de dólares son gastados anualmente en la compra de comida fuera de la ciudad?



# ¿Cuáles son los canales que fomentan la proximidad?

Los Canales Cortos de Distribución nos permiten relaciones más directas con las personas que producen y obtener así precios más justos para ambas partes. Algunos de estos canales seguros que ya los conocemos, son:

## **Venta directa**

Es la más sencilla y tradicional, consiste en la venta en la propia finca, industria u obrador. Supone una reducción de gastos para el productor y un suministro más fresco y, por tanto, de mayor calidad. Además, podemos conocer directamente los métodos de elaboración y valorar el trabajo agrario.

## **Mercados de barrio o de productores**

Cada vez hay más mercados que limitan su participación a productores y productoras locales, incluso aquellos en los que únicamente podemos encontrar productos ecológicos. Suelen tener periodicidad mensual o semanal.

## **Grupos de consumo de alimentos ecológicos**

Son personas que se organizan con el objetivo de conseguir productos con determinados criterios: cercanía, ecológicos, etc. La agrupación de la demanda permite una reducción de los costes de distribución. En los últimos años, estas experiencias se están multiplicando rápidamente con una gran diversidad de formas, presentándose como dinamizadoras del consumo ecológico.

## **Tienda especializada (pequeño comercio)**

Son establecimientos que se abastecen de productos ecológicos y suelen ser una de las formas más cómodas para el consumo, ya que podemos encontrarlas en casi todos los barrios, en los mercados de abastos y en muchos de nuestros pueblos, y disponen de horarios comerciales y de profesionales que pueden informarnos.

## **Reparto a domicilio**

Existen algunas páginas web que ofrecen producción ecológica y cercana a domicilio, a través de cestas o cajas, en las que el contenido es previamente convenido en variedad, calidad y precio, o mediante un listado de productos, realizando el pedido telefónicamente o por internet.

Además, hay algunas iniciativas que van aumentando y que hacen que incremente la demanda de productos de proximidad, por ejemplo:

## **Restauración y hostelería**

Estos lugares suponen vías normalmente estables y de un significativo volumen de comercialización. Pueden poner en valor productos locales de temporada, y es ese valor añadido el que permite pagar precios justos por ingredientes de calidad en la carta de menús.

## **Comedores colectivos**

La introducción de menús ecológicos y locales en comedores escolares, hospitales, geriátricos, etc. supone un empleo del gasto público hacia una alimentación de calidad, saludable y responsable con el medio ambiente y con las economías locales de la que se benefician sectores sensibles de la población.

¿Dónde está  
la calidad de un alimento?

# En el intercam- bio justo



El intercambio justo implica toda la cadena de comercialización: desde la producción al consumo.



## LA CALIDAD DE UN ALIMENTO HAY QUE BUSCARLA EN:

### El intercambio justo entre productor/a e intermediarios

¿Sabías que el agricultor de manzana golden, que asume todos los costos de producción, recibe sólo el 20% del precio final, mientras que las cadenas de grandes superficies monopolizan la mayor parte de los beneficios?

20%

para el productor



80%

para los intermediarios



### El respeto a los derechos laborales de los trabajadores y trabajadoras

¿Sabías que los trabajadores de las plantaciones bananeras en Ecuador trabajan entre 10 y 12 horas diarias en condiciones ambientales extremas por el calor y la humedad, y que se les prohíbe el derecho a sindicarse?

### El respeto a los derechos de la mujer

¿Sabías que en esas mismas plantaciones bananeras es común el acoso sexual a las trabajadoras por parte de sus supervisores, al punto de que el dirigente empresarial Simón Cañarte afirmó que es una práctica socialmente aceptable por razones culturales?



## ¿Es cierto que los alimentos ecológicos son más caros?

A menudo el motivo del precio más elevado de un alimento ecológico está en la cadena de distribución, que en el sistema de mercado globalizado puede ser muy larga, lo que encarece el producto. Por eso es importante adquirirlos en los canales cortos de distribución mencionados anteriormente, asegurándonos de su procedencia, sabiendo a quien beneficiamos con nuestro consumo y consiguiendo precios más asequibles.

**¿Cómo puede ser que haya alimentos tan baratos? ¿No habrá alguna trampa?** Hemos de ser conscientes de que existen costes no asumidos (externalizados) en la alimentación industrial, como la falta de condiciones laborales justas o la contaminación ambiental generada en la producción, transporte, envasado y elaboración de estos alimentos. Estos costes nunca aparecen en su precio de venta al público, pero al final los asumimos de alguna forma.

Además, como se ha mostrado en este cuaderno, **el contenido de nutrientes es mayor en los alimentos de origen ecológico** (en ocasiones superior al 70 %), por ello, cuando compramos un kilo de manzanas, conseguiremos mayor y mejor alimento si son ecológicas que si provienen del modelo industrial.

Por último, **alimentarse con productos ecológicos es una inversión de futuro.** La alimentación industrial globalizada contribuye sustancialmente al cambio climático, generando alrededor del 40% de las emisiones de gases de efecto invernadero. Un gran número de enfermedades tienen origen alimentario o ambiental debido a los productos químicos utilizados en la agricultura y ganadería industrial, como insecticidas, herbicidas, antibióticos u hormonas, que son también origen o agravante de alteraciones endocrinas y de cáncer.

Además, se ha demostrado que la adición de azúcares, grasas y otros componentes a los alimentos procesados, con el fin de alargar su vida útil y facilitar su transporte a grandes distancias, es causante de diabetes tipo II y obesidad. **¿Cuál es el coste de la descontaminación de nuestro planeta y de nuestros cuerpos?**

## Los mitos de la Gran Distribución alimentaria

Más del 80% de las compras de alimentos las realizamos en hipermercados, supermercados y tiendas de descuento. Siete empresas (Mercadona, Carrefour, Alcampo, Eroski, El Corte Inglés, Euromedi e IFA) controlan tres de cada cuatro alimentos que compramos.

Alrededor de este tipo de comercialización existe una serie de mitos que es necesario desmontar:

**Mito 1: Son más baratos.** La realidad es que cada semana estas grandes superficies se ocupan de hacer ofertas concretas de algunos productos, superando el resto de precios los de muchos comercios pequeños. La media de coste de la compra diaria supera muchas veces la compra en puestos tradicionales. Además fomentan la compra compulsiva con mensajes publicitarios agresivos.

**Mito 2: Ajustan sus márgenes de beneficio.** Muy al contrario, como compran grandes cantidades atentan y exprimen a sus proveedores para que bajen los precios y aumente así su beneficio. Los agricultores, ganaderos y pescadores venden cada vez más barato, pero el precio final del supermercado no baja. Los pequeños productores tienen muy difícil vender en estas empresas por las exigencias que supone, y este es uno de los motivos de que estén desapareciendo.

**Mito 3: Hay más variedad.** Los supermercados son los templos de la uniformidad. Por ejemplo, en España hay más de 50 tipos de quesos artesanos y en los supermercados sólo encontraremos algunas marcas industriales que se venden por toda Europa. Lo mismo ocurre por ejemplo con melones y tomates. Por otra parte si elimináramos dos o tres grandes marcas multinacionales, los supermercados se quedarían medio vacíos.

**Mito 4: Favorecen la economía local.** La realidad es bien distinta. En realidad la gran distribución alimentaria destruye el tejido empresarial local y también la agricultura local. Por cada supermercado que se abre se pueden perder hasta 276 puestos de trabajo en 4 años en un radio de 15km del centro comercial. Además, cada vez más alimentos básicos provienen de otros países, incluso productos que tradicionalmente se cultivan en nuestra zona.



Acción de denuncia de la Plataforma en un supermercado

¿Y el comercio justo?

# Un dilema



Una alimentación de calidad valora la proximidad, pero también ha de tener en cuenta los hábitos culinarios y culturales tradicionales.

Producir para un mercado internacional, aunque sea de comercio justo, no ha de generar una desestructuración de los circuitos comerciales locales y regionales.



**El Comercio Justo se basa en la comercialización de productos kilométricos. Pero... ¿no es la proximidad una característica esencial de un alimento de calidad?**



### Una cultura culinaria global

**A Tomate, maíz, patata...**  
Nuestra cocina se basa en productos de origen exótico que se cultivan desde hace siglos en nuestras tierras

**B Café, chocolate, té...**  
Pero también en productos tropicales que no se pueden producir en Europa



### **EL COMERCIO JUSTO HA DE TENER VISIÓN LOCAL:**



**1 El Comercio Justo debe asegurar relaciones justas en toda la cadena:**  
producción, transformación, transporte y comercialización

**2 El Comercio Justo debe impulsar una producción sostenible:**  
sin insumos químicos industriales y en fincas diversificadas

**3 El Comercio Justo no debe importar productos que se producen en el lugar de consumo:**  
genera dependencia en las economías campesinas del Sur y su transporte comporta un costo energético y medioambiental innecesario

## Los impactos de la producción de soja en Argentina

Sofía Gatica recibió en 2012 el **premio internacional Goldman** por la defensa del medio ambiente.

Sofía vive en Ituzaingó, un barrio de seis mil personas rodeado de campos de soja transgénica en la ciudad argentina de Córdoba. Su lucha comenzó cuando hace 14 años perdió a su hija recién nacida y se puso a investigar las causas, alarmándose al descubrir la gran cantidad de problemas graves de salud que sufría la comunidad: cáncer, leucemias, malformaciones y trastornos reproductivos y hormonales.

Más mujeres habían enterrado a sus hijos al poco de nacer y muchas se unieron a ella.



Sofía Gatica y María Milagros Godoy, madres de Ituzaingó, en su visita a Barcelona en 2012

Sabiendo que la principal causa de la contaminación en el barrio son las fumigaciones con agrotóxicos que se realizan para cultivar soja transgénica, se ataron cabos que posteriormente fueron confirmados: la causa de los daños en la salud era Monsanto, la empresa propietaria de la soja transgénica y de sus agrotóxicos asociados, fundamentalmente el glifosato.

Desde entonces no se han cansado de cortar las calles, de entrar en los campos para evitar las fumigaciones, de recorrer los pasillos oficiales, de promover estudios que confirmaran los efectos nefastos del glifosato en la salud humana y, especialmente en las mujeres, debido a su mayor porcentaje de tejido adiposo en el que se fijan las sustancias tóxicas.

Esta soja transgénica es la misma soja transgénica que en Europa importamos para alimentar al ganado. Si no lo hiciéramos, ellas no estarían expuestas a este genocidio encubierto, un genocidio que se esconde tras el poder de las transnacionales que gobiernan el sistema agroalimentario global.

## **L'Alficòs.** **Grupo de consumo ecológico de Elda y Petrer.**



Somos un Grupo de Consumo localizado en las poblaciones de Elda y Petrer, basado en la adquisición de alimentos y productos obtenidos mediante técnicas de producción ecológicas de la máxima calidad para el consumo de los asociados y asociadas, eliminando al máximo posible la existencia de intermediarios y potenciando que el proceso de producción sea sostenible desde el punto de vista social y ambiental. Tratamos de fomentar las relaciones entre agricultores, elaboradores

y consumidores, basadas en la solidaridad y en la complementariedad de intereses, de manera transparente y buscando el beneficio de todas las partes.

L'Alficòs está compuesto por 28 unidades familiares consumidoras y nos abastece un total de 19 productores y productoras de diferentes alimentos.

Además, realizamos otro tipo de actividades como la organización de cursos formativos y campañas de información, difusión y sensibilización. También trabajamos en red con muchos otros grupos de consumo.

## **L'Horta Cel I Sol** **Reparto de cajas de verduras** **semanales en la comarca de l'Alacantí.**



Somos Isara Belinfante, Daniel Morante y Daniel García. Al acabar los estudios de agricultura Biodinámica en Holanda, nos vinimos a Mutxamel, donde en la actualidad tenemos unas tierras arrendadas y las trabajamos.

La totalidad de la finca tiene casi 3 hectáreas; una hectárea y media cultivada con verduras, media hectárea con naranjos y otra hectárea con abonos verdes y/o forrajes.

En la actualidad la actividad más importante que realizamos es el cultivo de hortalizas. No disponemos de invernadero, por lo que todo lo que cultivamos es al aire libre, o lo que es igual, de temporada. Desde tomates, pepinos, judías, melones, calabacines, calabaza, etc., en el verano, hasta alcachofas, habas, remolachas, zanahorias, patatas, coles, acelgas, espinacas, etc., en el invierno.

Nuestro trabajo con la tierra, para poder sacar alimentos de ella, tiene unos principios y normas que hacen que las hortalizas puedan crecer sanas y nutritivas

Actualmente servimos cajas semanales de verdura ecológica directamente a familias de la comarca de L'Alacantí y a algunos grupos de consumo cercanos.

## Mermeladas ecológicas

### La Vega.



Soy Encarna Greciano y hago mermeladas ecológicas. El nombre de mi proyecto es La Vega (hasta ahora le llamaba Veya) y estoy radicada en Orba, Marina Alta. Formo parte de la Cooperativa Integral Valenciana a Tornallom y la idea es ampliar mi proyecto y poco a poco ir haciendo toda clase de dulces, galletas, pastas...

Empecé hace unos cinco o seis años haciendo mermeladas y todo tipo de conservas aprovechando los excedentes de mi huerta y poco a poco fui produciendo más a medida que mis mermeladas iban gustando así que amplié los sabores comprando verduras a otros agricultores ecológicos.

Mis mermeladas son de fruta de temporada como naranja, naranja con chocolate, limón con jengibre, naranja caramelizada, níspero... y de verduras: calabacín, pimiento rojo, cebolla, berenjena... Tengo unas 25 variedades que vendo en los Mercats de la terra de la comarca, en tiendas gourmet, ferias ecológicas y de artesanía o directamente en las fincas ecológicas.

El azúcar es de caña integral ecológico así como todos los demás ingredientes que uso, canela, jengibre... No uso ningún espesante porque trabajo despacio, y poniendo amor en cada dulce que hago. Un poco a la manera del slow-food. Me dedico a esto porque me encanta la repostería y hacer cosas que al consumirse produzcan placer y que además sean sanas y por supuesto sin productos químicos.

## **Biobernia.** **Hortalizas y frutas ecológicas.**

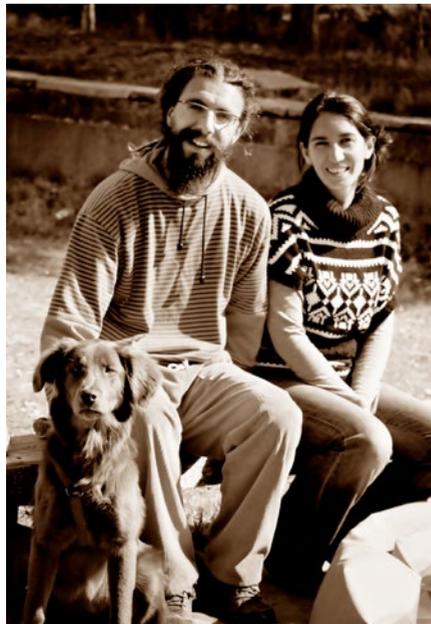


Soy Susana Ferrando agricultora ecológica desde que terminé mis estudios de Ingeniería Técnica Agrícola hace 25 años, ya que nunca he querido estar en una oficina y no estaba de acuerdo con la agricultura química.

Antes me dedicaba sólo al cultivo ecológico de frutales en Callosa d'en Sarrià como naranjas, limones, aguacates, nísperos y algún frutal más, y me cultivaba mis propias verduras. Hace 5 años le planteamos este proyecto a un amigo que tenía un huerto abandonado en Altea y le gustó y nos lo cedió para que cultivásemos verduras ecológicas para la venta. Vendemos directamente en el huerto y también repartimos cajas y llevamos productos a herboristerías de la zona.

Me dedico a esto porque es una manera de vivir dignamente de la agricultura y preservar la tierra ya que es el bien maspreciado que tenemos. Así pongo mi grano de arena para poder romper con los grandes circuitos de producción y comercialización que no benefician ni al consumidor ni al pequeño agricultor.

# Pasta Fresca Bruna



Somos dos personas, Inés y Moncho, a las que nos gusta la pasta fresca, y que hace unos dos años tuvimos la suerte de aprender a hacerla.

Nuestro ideario nos lleva al movimiento por la Soberanía Alimentaria, y desde ese punto pensamos en empezar a hacer pasta ecológica de calidad para ofrecerla a los grupos de consumo y demás personas y colectivos afines.

Se trata de un proceso artesanal, a pequeña escala, en el que utilizamos harinas ecológicas de cercanía. Elaboramos pasta seca y fresca bajo pedido.

Estamos en Petrer y participamos en distintas iniciativas colectivas, como mercados, moneda social e intercambios en la provincia.

## El Banco de Semillas de la Comarca de l'Alacantí



Las semillas son fuente de vida y origen de los alimentos, por eso es fundamental que su control recaiga en el campesinado y que se recupere la costumbre de extraer e intercambiar semillas, fomentando las variedades tradicionales y ecológicas, rechazando las semillas transgénicas y las que provienen de grandes empresas y multinacionales.

En palabras de Vandana Shiva (Premio Nobel Alternativo): “El que controla las semillas controla la agricultura, la comida y la economía”.

Según la FAO (Organización de Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación) desde comienzos del siglo pasado, se han perdido más del 75% de las variedades que alimentaban al ser humano.

Al haberse perdido tanta diversidad genética, nuestros sistemas naturales, ya no sólo los agrarios, se encuentran en una situación de alta vulnerabilidad. Nos hallamos en una situación en la que habrá menos capacidad de respuesta ante un acontecimiento ecológico inesperado.

El Banco de Semillas de l'Alacantí forma parte de la asociación Llavors d'Ací, que promueve la conservación de la biodiversidad agraria en el País Valenciano, y que anima a la creación de Bancos de Semillas comarcales y su coordinación en red, organiza ferias de intercambio de semillas, charlas y cursos relacionados con la biodiversidad cultivada.

## **Mercat Arrels en Sant Joan d'Alacant**



Organizado por la Plataforma per la Sobirania Alimentària, se celebra el segundo domingo de cada mes en la Plaza del Ayuntamiento, por las mañanas en invierno y por las tardes en verano.

Se organiza desde octubre de 2011 y lo forman alrededor de 14 puestos de alimentación: quesos, frutas y verduras, pan, repostería, aceite, cervezas, vinos, conservas, comida preparada, cosmética natural, turrónes, etc. Todos los productos son ecológicos, de temporada y de proximidad.

## **Mercat de la Terra en Xalò**



Mercado mensual de alimentos ecológicos y tradicionales de la zona, que se celebra desde mayo de 2013. Está organizado por Agricultura y l'Ajuntament de Xaló, y tiene lugar el primer sábado de cada mes en horario de mañanas en la Plaza Mayor.

Además de alimentación, cada mes realiza actividades relacionadas con los oficios tradicionales del pueblo y el saber local y popular.

**<http://mercatcamperolarrels.wordpress.com>  
[www.facebook.com/mercatdelaterraxalo](http://www.facebook.com/mercatdelaterraxalo)**

Cómo luchar por  
una alimentación de calidad

# La organización

Consumir alimentos de proximidad y de temporada, y directamente del productor/a requiere que los consumidores se organicen para que funcionen los circuitos cortos de producción y de comercialización.

**Organizarse para comprar directamente al productor/a o a través de intermediarios con un fuerte componente social, es una estrategia cotidiana que:**

**A** Implica cambios en nuestro modo de vida y de consumo hacia modelos más sostenibles

**B** Facilita acceder a alimentos de calidad

**C** Favorece el mantenimiento de nuestro tejido campesino

**D** Impulsa la producción agroecológica



-----  
**¿Sabías que** el número de grupos y consumidores de consumo ecológico en el Estado Español no deja de crecer? Seguro que hay uno cerca de tu casa... y si no es así, ¡organízate con vecinos y amigos!

-----  
**¿Sabías que** el Espacio por un Comercio Justo agrupa más de 30 organizaciones de todo el Estado Español y Portugal que ofrecen productos locales y de importación siguiendo los principios que definen un alimento de calidad?

**+30**

**organizaciones** de todo el Estado Español y Portugal

## ¿Qué es la Soberanía Alimentaria?

Este concepto nace en 1996 en el seno de la Vía Campesina, movimiento internacional que agrupa millones de campesinos y campesinas, pequeños y medianos productores, pueblos sin tierra, indígenas, migrantes, trabajadores y trabajadoras agrícolas de más de 150 organizaciones de 70 países.

La Soberanía Alimentaria se define como el derecho de los pueblos a alimentos nutritivos y culturalmente adecuados, accesibles, producidos de forma sostenible y ecológica, y su derecho a decidir su propio sistema alimentario y productivo. La soberanía alimentaria pone a las personas que producen, distribuyen y consumen alimentos en el corazón de los sistemas y políticas alimentarias, por encima de las exigencias de los mercados y de las empresas.

En nuestro territorio existen muchas iniciativas de producción y consumo que buscan hacer las cosas de otra manera, que buscan la soberanía alimentaria. Algunas las mostramos en este cuaderno. También hay muchas organizaciones sociales, centros de investigación y medios de comunicación que denuncian las consecuencias del modelo alimentario predominante: pobreza del campesinado en muchas partes del mundo, contaminación, problemas de salud, etc.

Conseguir la soberanía alimentaria es un objetivo que sólo podemos lograr entre todas y todos, actuando de manera local y sabiendo que nuestro pequeño aporte cotidiano trabaja en sintonía con el de muchos miles de personas en todo el mundo.



Movilizaciones en Alicante durante el día de la Lucha Campesina en 2012

## La Plataforma per la Sobirania Alimentària del País Valencià

En octubre de 2009 se formó la Plataforma per la Sobirania Alimentària del País Valencià, un movimiento aglutinador e inclusivo a la participación de organizaciones, productores y productoras, grupos de consumo, huertos comunitarios y, en general, toda persona preocupada por la soberanía alimentaria.

Su objetivo es generar alianzas y cooperación para la construcción de la Soberanía Alimentaria en nuestras comarcas. Además está en coordinación con otras plataformas estatales y movimientos internacionales como La Via Campesina. Algunas actividades concretas son: encuentros, y reuniones de coordinación; acciones de sensibilización y denuncia como charlas, celebración del Día Internacional de la Lucha Campesina (17 de abril), acciones contra los transgénicos, etc.

Algunos temas prioritarios son: creación de una certificación agroecológica participativa, promover las relaciones productores-consumidores, organización de mercados campesinos, incidencia política, lucha contra los transgénicos, etc.

Desde la Plataforma per la Sobirania Alimentària del País Valencià se han recopilado aquellas experiencias que se relacionan con la producción y venta de alimentos ecológicos en un Mapeo que podrás encontrar en la página de internet:

## Suma más experiencias o iniciativas. Contacta

Este mapeo está en continua actualización. Si conoces alguna experiencia productiva, grupo de consumo, huerto comunitario, organización, etc. que no aparezca en él, puedes enviar la información desde la misma página de internet, o al correo: [plataformasobalvalencia@gmail.com](mailto:plataformasobalvalencia@gmail.com)



*Como luchar por  
una alimentación de calidad*

# **Incidencia política**



Cambiar nuestros hábitos de consumo es necesario, pero no suficiente. La organización en cooperativas y grupos de consumo debe acompañarse de una propuesta política, si realmente se quiere enfrentar el insostenible modelo de producción y comercialización industrial.



**¿Sabías que** en Cataluña se recogieron más de 100.000 firmas a favor de una Iniciativa Legislativa Popular contra los transgénicos que, si bien no fue aprobada, llegó al Parlamento Catalán?



**¿Sabías que** Plataforma Rural, representante en el Estado Español de La Vía Campesina, que agrupa sindicatos campesinos, ONG y organizaciones de consumidores y consumidoras bajo el lema Por un mundo rural vivo, plantea acciones de incidencia política a nivel estatal y europeo?



## ¿Cómo trabajamos contra los Transgénicos?

En coordinación con otras plataformas, colectivos y organizaciones de todo el Estado, la Plataforma per la Sobirania Alimentària del País Valencià realiza un arduo trabajo de incidencia y sensibilización alrededor de los transgénicos y los impactos que estos causan.

El Estado español es el único que cultiva transgénicos a gran escala de toda la Unión Europea, a pesar del rechazo de la opinión pública y a sus más que probados impactos. Sabemos que los transgénicos no son únicamente una amenaza para la agricultura campesina, sino que también generan desequilibrios en los ecosistemas, que ponen en peligro la biodiversidad sin la cual la vida no es posible. No representan únicamente riesgos difíciles de medir contra nuestra salud, sino que además atentan contra el derecho a la información y a poder decidir qué comemos.

Somos conscientes de que en lugar de reducir el hambre en el mundo generan desequilibrios socio-económicos y, que después de ellos, aumenta el hambre y las desigualdades y se dilapida la Soberanía Alimentaria de los pueblos.

Las acciones contra los transgénicos suelen concentrar mucha actividad durante la semana Internacional de Lucha Campesina, alrededor del 17 de abril, pero este trabajo se realiza durante todo el año y ha conseguido que numerosos municipios hayan declarado su rechazo a esta inhumana tecnología, como son los casos de Altea, Agres, Alcoi, Calpe o Crevillent, así como muchas provincias (Albacete, Palencia, Vitoria-Gasteiz, etc.), Comunidades Autónomas como Asturias, País Vasco o Canarias, o países como Francia o Alemania, cuyos dirigentes han entendido los peligros que conlleva este tipo de cultivos.



Cuaderno informativo elaborado por la Plataforma

## Escollos a la producción local y artesanal

Otra de las líneas de incidencia de la Plataforma per la Sobirania Alimentària del País Valencià se centra en las barreras legislativas que impiden iniciativas productivas pequeñas y de base local. Son normativas sin justificación razonable más que la de beneficiar a la agroindustria.

Estas normativas comprenden infinidad de ámbitos que se refieren a los usos del suelo, el ámbito laboral, la producción primaria, la elaboración y transformación de alimentos, su transporte y su venta.

En países como Francia, donde la tradición elaboradora de quesos, mermeladas y otros alimentos es muy apreciada, se han dotado de normativas específicas para defender aquellas producciones más emblemáticas o que generan trabajo y revitalización de los entornos rurales.

Nuestro trabajo en este sentido se centra principalmente en tratar de denunciar aquellas normativas que, en lugar de defender a productoras y consumidores, únicamente buscan el beneficio de las grandes agroindustrias.

Además tratamos de conseguir excepciones y cierta flexibilidad que posibilite actividades en una lógica basada en la producción de alimentos de calidad. La unión y organización de pequeñas iniciativas locales puede ser una buena herramienta para la creación de obradores compartidos o en la generación de relaciones basadas en la confianza.



# Referencias y páginas web

Plataforma per la Sobirania Alimentària del País Valencià

[www.sobiraniaalimentariapv.org](http://www.sobiraniaalimentariapv.org)

Llavors d'ací

[www.llavorsdaci.org](http://www.llavorsdaci.org)

Revista Opciones

<http://opcions.org/es>

Revista Soberanía Alimentaria, Biodiversidad y Culturas

<http://soberaniaalimentaria.info>

Plataforma Rural

[www.plataformarural.org](http://www.plataformarural.org)

La Via Campesina

<http://viacampesina.org/es>

Consumo Responsable

[www.consumoresponsable.org](http://www.consumoresponsable.org)

Guía de consumo responsable de la Organización de Consumidores de Cataluña  
(en catalán)

[www.ocuc.org/phocadownload/publicacions/guies-consum/  
consum%20responsable%20daliments%20la%20guia.pdf](http://www.ocuc.org/phocadownload/publicacions/guies-consum/consum%20responsable%20daliments%20la%20guia.pdf)

## ¿Dónde **NO** **ESTA** la calidad de un alimento?



Un alimento de calidad **NO** es un **producto** presentado higiénicamente en un envoltorio de poliuterano en el supermercado

## ¿Dónde **ESTA** la calidad de un alimento?



Un alimento de calidad es producido **respetando y conservando** los ciclos de la naturaleza y evitando el consumo de energías fósiles innecesarias



Un alimento de calidad **permite vivir dignamente** a todos y todas las personas que ha aportado su trabajo desde el campo hasta la mesa



Un alimento de calidad **es natural**, no presenta restos de químicos de síntesis

