



NEKAZARITZA ETA ELIKADURA EKOLOGIKOA

Elikagai ekologikoak kontsumitzeko bederatzi arrazoi on

Elikagai ekologikoak kontsumitzeko arrazoiak asko dira, baina laburbilduz, hona hemen bederatzi arrazoi on:

1.- Osasuntsuak dira: Elikagai ekologikoak osasuntsuak dira, ez dauzkatelako nekazaritza konbentzionalen ohikoak diren pestizida, antibiotiko, ongarri sintetiko, gehigarri eta kontserbagarri kimiko zein bestelako substantzia toxikoen arrastorik. Epe ertain-luzean, mota hauetako substantziek gure organismoa kalte dezakete, funtzio metabolikoetan arazoak sortuz. Nutrizio adituaren arabera, gaixotasun degeneratiboetarik askok elikaduran dute jatorria. Elikagai ekologikoen beste ezaugarri bat da mantenugaien kontzentrazio handiagoa izaten dutela. Izan ere, ekoizpen eredu honen oinarria da lurra bera orekatuta mantentzea, laboreak eta abereak orekatuta egon daitezzen. Horrek egiten du elikagai ekologikoek bitaminen kontzentrazio handiagoak izatea (nabarmenki, C bitaminarenak), oinarritzko mineral gehiago edukitzea (kaltzioa, magnesioa, burdina, kromoa...) eta antioxidatzaile, karbohidrato eta proteina kopuru altuagoak izatea.

2.- Gehigarri sintetikorik ez dute: Elikagai ekologikoek ez dute gehigarri sintetikorik. Substantzia hauek osasun arazo ezberdinen jatorrian egon daitezke, hala nola, gutxiegitasun kardiakoak, osteoporosia, migrainak eta hiperaktibitatea. Ikerketa ezberdinek erakutsi bezala, substantzia sintetikoak ez dira ezinbestekoak, ez elikagaien ekoizpenean ezta berauen kontserbazioan ere. Gure organismoaren behar nutrizionalak asetzeko, sasoiz kanpoko elikagaien beharrik ez daukagu, nahikoa da sasoian sasoikoa jatearekin.

3.- Pestizidarik ez dute: Nekazaritza konbentzionalen ohikoa da ehunka pes-

tizida kimikoren erabilera. Horiek horrela, egunero kontsumitzen ditugun elikagai konbentzionalen pestiziden arrastoak daude. Ikerketa toxikologikoei erakutsi dute pestiziden eta minbiziaren, alergien edota asma bezalako patologien arteko erlazioa.

Zentzu horretan, ezin ahaztu pestiziden erabilera oso kaltegarria dela nekazariarentzat. Arazo hori are larriagoa da garapen bidean dauden herrialdeetan, non pestiziden erabilera oso lausoki araututa dagoen. Esan gabe doa substantzia hauek ingurumenari sortzen dioten kaltea ere nabarmena dela. Pestiziden erabilerak gizartearentzat dauzkan kostuak kalkulatzeko orduan, ez da kontuan hartzen hauek sortutako kutsadura garbitzeak zer suposatzen duen.

4.- Genetikoki eraldatutako organismoak ez dute: Nekazaritza ekologikoan ez da onartzen genetikoki eraldatutako organismoen (GEO) erabilera. GEOen landaketak eragin kaltegarriak dauzka ingurumenarentzat zein osasunarentzat. Gainera, monolaborantzaren eskutik, GEOekin egindako nekazaritzak laboreen uniformetasun genetikorantz garamatza, horrek etorkizuneko izurri eta gaixotasunen aurrean suposatzen duen arriskuarekin (alegia, landare guztiak genetikoki berdinak badira, izurri edo gaixotasun baten aurrean denek jokatuko dute berdin, eta, ezin badiote aurre egin arazoari, uzta osoak galduko dira).

5.- Antibiotikorik ez dute: Abeltzaintzan antibiotikoez egiten den erabilerak

larritasuna sortu du, bai gizakion osasunean honek izan dezakeen eraginaren gatik eta baita antibiotikoen erabilera masiboak berauen eraginkortasunaren galera dakarrelako. Ekoizpen ekologikoaren araudiak antibiotikoen erabilera sistematikoa debekatzen du. Aziendak tratatzerako orduan, homeopatia, fitoterapia eta bestelako sendabide alternatiboak lehenesten dira, tratamendu alopatikoak soilik salbuespeneko egoera oso konkretuetara mugatuz.

6.- Jasagarriak dira: Ingurumena zaintzea da ekoizpen ekologikoaren lehentasunetako bat. Elikagai ekologikoak jatean, ingurumenaren zaintzan laguntzen dugu, lurraren, airearen eta uraren kutsadura saihestuz. Kutsadura gutxien sor-



tzen duena da, karbono dioxido gutxien emititzen duena, ekoizpenean erabilitako energia unitate bakoitzarengatik elikagai kopuru handiena ekoizten duena... Finean, nekazaritza ekologikoak klima al-daketari aurre egiten dio, eta, aldi berean, kutsadurarik ez du sortzen. Energiaren aurrezpenean laguntzen du, lehengaiak ahalik eta hobekien aprobetxatuz. Nabarmenezkoa da, beste alde batetik, aniztasun biologikoaren gutxitzea dela egungo ingurumen arazoen artean garrantzitsuenetakoa bat. Nekazaritza ekologikoak tokian tokiko espezie eta barietateen erabilera sustatzen du (espezie eta barietate modernoek erabilera baztertu gabe, bistan da), hauen biziraupena bermatuz.

7.- Kalitate maila gorena dute: Ekoizpen eredu ekologikoaren trazabilitatea baserri-tik mahairaino bermatzen da, Europako Batzordearen 834/2007 Erregelamenduan ezarritako baldintzen bitartez. Ekoizpen gunetik salmenta gunera arte, kateko eragile guztiak ikuskaritza eta kontrol sistemen barnean daude: erabili diren lehengaiak, jarraitutako eraldatze prozesua, etiketatua...

8.- Abereen ongizatea errespetatzen dute: Aziendaren estresa gutxitu aldera, araudiak neurri zehatzak ezartzen ditu ukuiluen zein belardien tamainari buruz, abereak erabateko askatasunetik gertu dagoen egoera batean bizi daitezzen. Era ho-



rretan, animaliak beraien erritmo naturalan eta bizi baldintza egokietan hazten dira. Hormonen erabilera ez da onartzen. Belarjaleen elikadura larreetan oinarritzen da, pentsu eta bazka ekologikoekin osatuz. Abere gazteen kasuan, amaren esnea da oinarria lehenengo hilabeteetan. Estresik gabeko abereak osasun arazo askoz gutxiago dauzka, eta, ondorioz, produktu hobeak ematen ditu.

9.- Natura errespetatzen dute: Nekazaritza ekologikoak lurra zaintzen du, desertifikazioa geldotuz; uraren mantentzea sustatzen du eta ez ditu akuiferoak kutsatzen; bioaniztasuna indartzen du, ekosistemak mantenduz eta basapizti, intsektu eta bestelako espezieen biziraupena ahalbidetuz. Oreka ekologikoa dago erdigunean. Hori lortzeko tresnak dira laboreen txandakatzeak eta elkarketak, ongarri berdeak, ezkaia, abeltzaintza estentsiboa bera... Finean, baliabide naturalen erabilera zentzuduna egitean datza eredu ekologikoa, nutrienteak berriz ere sisteman sartuz, konpostaren bitartez. Landa eremuen garapen jasagarria sustatzen du nekazaritza ekologikoak, naturaren oreka jarduera ekonomikoaren lehen le-roan jarritz.

ENEK
Euskadiko Nekazaritza eta Elikadura
Ekologikoaren Kontseilua

Usaimena

Amaia Agirre

Ezagutu nuen usaimenaren arabera ni han nengoen edo ez bazekien ikasleitsu bat. Ezagutu nuen usaintzeko gaitasunik ez zuen neska katalan bat, eta sinestezina iruditu zitzaidala gogoratzen dut. Ez dut, hala ere, neska haren usainik gorde. Ezta ikasle harenik ere. Gure amona zenarena bai. Edo agian ez. Ikusmena galdu ondoko sudur mugimendu bizkorren testigu izan nintzen umetan. Entzumenak eta ikusmenak laguntzen ez zionean, usaimena zen gure amonaren iparrorratza. Sukaldeko giroa usaintzen dut, baina pertsonen usainak bereizteko gai ba ote naiz? Usaimena omen da zentzumene-tan zoliena. Zorrotzena. Lotsagarri geratuko ginatke zakurraren usaimen gaitasunarekin alderatuz gero, baina usaimena

dastamena baino 10.000 aldiz biziagoa edo indartsuagoa omen da.

Chicagoko unibertsitatekoek egindako ikerketa batek usaimenaren galera eta herioren hurbiltasuna elkarrekin zerikusian jarri ditu. Eta nik usain txarra hartu diot kontuari. Hala ere, usaimenaren galerak ez du berehala hilko garenik esan nahi. Iragarpena baino ez da. Zerbait behar bezala ez doan zantzua baino ez da. Oraindik ez dakite usaimen ahularen eta heriotzaren arteko lotura zehatza zein den, baina ziur daude giza harremanek, jan ohiturek eta ingurugiroak eragina dutela. Eta usain ezberdinak antzemateko gaitasunaren galera parkinsonaren edo alzheimerren aurrekari da, dirudienez.

Ni ez naiz usaimenaren garrantziaz ia inoiz jabetzen, baina ezinbesteko zentzumena da. Gaixorik gaudenean eta sudurra itxita dugunean apenas penatzen garen ezeri usainik ez hartzeaz. Nik uste amorrazio handiagoa sortzen digula jakiei zapore-rik hartu ezin.

Baina usaimenak arriskuaren berri ematen digu. Edo gure inguruko egoeraren berri. Sukaldean edo kanpoan zerbait erretzen ari denean nor dugu salbatzaile? Edo ibai bat zakarrez beteta dagoenean? Eta zakarretara jaki bat noiz bota behar dugun, zerk salatzen digu?

Usaimena heriotzarekin lotu du ikerketa batek, baina nik bizitzarekin lotzen dut. Bakoitzak gure usaina dugu, eta horrek ere egiten gaitu berezi. Horrek ere besteengandik bereizi egiten gaitu, eta begietatik bezainbat, edo gehiago, sartzen zaigu sudur zuloetatik. Inoiz gutxitan pentsatu nuen usaimenaren garrantziari buruz. Inoiz ez naiz usaimena zer moduz daukadan begiratzera joan. Zuek? Niri mediku azterketa guztietan galdetzen didate ikusmenaren eta entzumenaren inguruan. Ahoaren egoeraz ere bai. Baina ukimen eta usaimenari buruz? Pentsa egunerokotasuna zer litzatekeen usaimen eta ukimenik gabe. Maite dituzunak usaindu eta sentitu ezean akabo! Beraz, hartu arnasa sakon, eta usaindu. •