

Los productos ecológicos sí son mejores para la salud

Urs Niggli es el director del Instituto suizo de Investigación sobre Agricultura Ecológica (FiBL), principal institución de competencia en la materia.

En una entrevista concedida al prestigioso diario suizo Le Temps, Niggli sale al paso del informe recientemente publicado por el "American Journal of Clinical Nutrition", en el que se afirmaba que los alimentos ecológicos no son mejores para la salud que los convencionales.

Según Urs Niggli, "el estudio inglés es serio, transparente y se basa en una multitud de análisis realizados entre 1958 y 2008, lo que representa una gran credibilidad para el mismo. Pero es una lástima que sólo llegara a febrero de 2008, y que no tenga en cuenta las contribuciones aportadas desde entonces. La nutrición es una ciencia en pleno y constante desarrollo y ha producido en estos últimos tiempos unos resultados particularmente interesantes sobre la materia. Efectivamente, los productos ecológicos y los provenientes de una agricultura convencional, se parecen mucho desde el aspecto nutricional pero muestran igualmente algunas diferencias: si bien ambos tipos de alimentos poseen la misma cantidad de sustancias primarias (nitrógeno, fósforo, azufre, potasio y calcio entre otras), los productos ecológicos contienen ciertas sustancias secundarias como los flavonoides y los carotenoides en dosis muy superiores".

¿Cómo se explica esto?

"Estas sustancias forman parte del sistema inmunitario de los vegetales, por consiguiente, tienen tendencia a multiplicarse en las plantas que deben luchar contra los insectos y contra las enfermedades y tienden a enriquecerse en las plantas que, apoyadas por los pesticidas, no necesitan su ayuda. Estas sustancias secundarias tienen una importancia que se ha de tener en cuenta. La ciencia de la nutrición, que lleva mucho tiempo estudiándolas, ha descubierto que estas sustancias limitan la circulación de radicales libres, por lo que pueden actuar como protectoras contra el cáncer y reforzar el sistema cardiovascular. En la ganadería, una alimentación ecológica de los animales basada en el pasto favorece la presencia de ácidos grasos poliinsaturados en la leche, lo cual es muy bueno contra el colesterol. De todas formas, la principal ventaja de la agricultura ecológica es que no utiliza pesticidas".

¿Quiere esto decir que la agricultura ecológica no está expuesta a ningún tipo de contaminación?

"No. La agricultura ecológica depende de un medio abierto que no puede escapar a un cierto grado de contaminación. Pero, al no utilizar pesticidas, emite muchos menos agentes contaminantes que la agricultura convencional. Sólo la agricultura ecológica se aproxima al cero en lo referente al uso de productos químicos. Por ello, los fabricantes de productos alimenticios para bebés recurren casi exclusivamente a sus servicios. Pero la calidad de los productos es sólo una de entre las múltiples preocupaciones de la agricultura ecológica".

Entrevista publicada en el diario Le Temps el 7 de julio de 2009

Ver extracto del estudio.

Más información sobre los beneficios de la agricultura ecológica :

Contra el hambre y la pobreza.

En la conservación de las aguas subterráneas.

(fin del artículo)