

Los alimentos ecológicos y de variedades tradicionales tienen mayor contenido en nutrientes que los convencionales

Jueves, 28 de Julio de 2011 12:46

NP SEAE, Catarroja. 25/07/2011.

Así lo demuestran diversos estudios comparativos realizados en diferentes alimentos, en la Universidad Politécnica de Valencia (UPV), cuyos resultados fueron expuestos en la "VIII Jornada Técnica de Semillas y Recursos Genéticos en la Agricultura Ecológica", celebradas este fin de semana en Quart de Poblet (Valencia), dedicadas al tomate tradicional y la calidad de las variedades locales.

Los alimentos ecológicos, y los procedentes de variedades tradicionales, tienen mayor contenido en nutrientes y antioxidantes que aquellos procedentes de la agricultura convencional, según los estudios científicos comparativos[i] llevados a cabo por el equipo de la Dra. María Dolores Raigón, de la Universidad Politécnica de Valencia (UPV), sobre diversos alimentos ecológicos y de variedades tradicionales (pimiento, tomate, naranja, cebolla, berenjenas, lechugas, aceite de oliva, etc.). Estos resultados vienen a confirmar resultados similares obtenidos por otros equipos de investigación en diferentes partes del mundo (EEUU, Inglaterra o Suiza)[ii].

Consumir alimentos procedentes de cultivo ecológico y de variedades tradicionales, como el tomate valenciano, no sólo protege la biodiversidad agrícola, sino que aporta más nutrientes y es más saludable, por tener componentes nutricionales benignos (vitaminas/antioxidantes o ácidos grasos poliinsaturados como omega-3 y CLA, entre otros). Esta fue una conclusión clave de la VIII Jornada Técnica sobre Semillas y Recursos Genéticos en la Agricultura Ecológica, celebradas el 22 y 23 de julio pasado en Quart de Poblet (Valencia), que contaron con la asistencia de más de 100 personas, en el marco de la XII Feria Estatal de la Biodiversidad Agrícola, que anualmente organiza la Red de Semillas.

"El valor bromatológico de los alimentos y su concentración en nutrientes, está determinado por su composición química", explicó la Dra. Raigón. Añadió que "este valor varía y depende de diferentes factores, entre ellos las técnicas de producción y el potencial genético del producto vegetal o ganadero, así como del resto de factores que intervienen en el proceso de producción (fertilización, fitosanitarios, agua de riego, alimentación del ganado, bienestar animal, profilaxis, etc.)". Además, que "los distintos métodos y productos empleados en el proceso de postcosecha y de elaboración pueden ser importantes y decisivos en la composición y calidad final del producto alimenticio", concluyó.

Los resultados comparativos de los estudios sobre alimentos ecológicos y variedades tradicionales con los convencionales, llevados a cabo por el equipo de la Dra. Raigón miembro de la Junta Directiva de SEAE, manifiestan el doble atractivo que presentan estos y lo importante de su ingesta para la salud. Por un lado, son alimentos no expuestos a sustancias tóxicas de los pesticidas usados en agricultura convencional y, por otro lado, la acumulación de sustancias como los nitratos (potencialmente tóxicos) en el material vegetal es significativamente inferior en los alimentos ecológicos.

Más info: seae@agroecologia.net .

[i] Disponible en SEAE

[ii] Ver [QLIE](#); [Organic Center](#); [FiBL](#)