

“El gran error es seguir dedicando tanto a curar y tan poco a prevenir”

Entrevista con Claude Aubert

► Texto: Rosa Barasoain y Fernando López

Ha sido claramente un pionero, ya en el 74 editó una *Enciclopedia de la Agricultura Ecológica* junto con Jean Marie Roger y otros, pero en nuestro país se le conoce por el libro *El huerto biológico* publicado por *Integral* en 1980 -traducido por Serafín Sanjuán y revisado por Alvaro Altés- el primer manual para muchos agri-

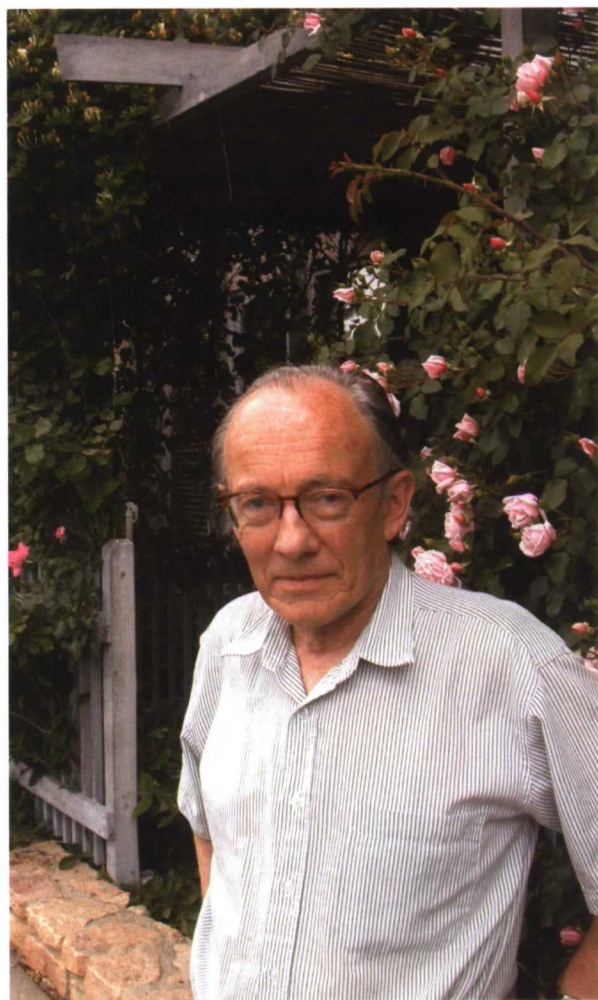
cultores ecológicos y que, con la última revisión del autor en el 87, continúa vendiéndose. Sigue siendo un buscador, un “desbrozador” de nuevos terrenos, de nuevas facetas de la ecología en las actividades humanas. Su obra más reciente, un libro sobre el engaño de las estadísticas en cuanto a la esperanza de vida

Agrónomo de formación, cofundador de IFO-AM en 1972, es reconocido internacionalmente gracias a sus artículos, sus libros, y al apoyo a proyectos de agricultura ecológica en medio mundo. Participó en la asociación pionera de agricultura ecológica *Nature et Progrès*, después durante 25 años, ha sido el director de una revista dirigida a todos los públicos de jardín y huerto ecológico, *Les Quatre Saisons du Jardinage* de la asociación Terre Vivante, en la que se volcó sobre todo en la edición de libros sobre agricultura ecológica, alimentación, salud, conocimiento del hábitat, bioconstrucción, etc. Su proyecto más querido: el Centro Terre Vivante, una muestra viva de la ecología práctica de la que tratan en sus publicaciones.

Los viajes y su colaboración en diversos proyectos en el Tercer Mundo, le han llevado a afirmar que sólo cuestionando de forma radical los modos de desarrollo y las tecnologías de tipo occidental se resolverán los problemas de los países pobres, sobre todo en materia de alimentación y salud. También en el Primer Mundo, sólo con un cambio a la agricultura ecológica y con una alimentación equilibrada en la que predominen los vegetales y los alimentos cercanos podremos ayudar al planeta y preservar “nuestro bien máspreciado, la salud”.

¿Cómo se inició en Agricultura Ecológica?

“Mis primeros maestros fueron agricultores ecológicos ingleses de Soil Association y el *Testamento agrícola* de Sir Albert Howard ¡Era la Biblia! y los libros de Pfeiffer también. No había técnicos especializados todavía, ni



libros en francés. Todo se hacía en Inglaterra y Suiza, y en Alemania, pero sobre todo las dos primeras. La agricultura biodinámica la aprendí en los libros y con algún agricultor francés, porque ya había una Asociación de Agricultura Biodinámica, pero me interesó mucho más tarde y nunca me he considerado especialista. Me parece muy bien, me parece que es una elección personal, es algo que viene después y hay que estar interesado en la filosofía que tiene detrás”.

¿Cómo nació la revista *Les Quatre Saisons*?

“Surgió de un pequeño grupo que nos conocimos en *Nature et Progrès*, fue Karin Mundt quien la fundó, ella tuvo la idea y buscó a Jean Paul Thorez, y a mí... fue la que constituyó el grupo y luego juntos decidimos hacer la revista *Les Quatre Saisons du Jardinage*. Ella era la organizadora, y Jean Paul puso la técnica”.

Más de 25 años de experiencia, un tiempo en que se ha vivido un proceso...

“Sí, fue muy sorprendente porque comenzamos sin dinero, simplemente porque conocíamos a mucha gente en el medio bio, y rápidamente nos sentimos desbordados. Llegamos enseguida a tener 20.000 suscriptores, ahora estamos en los 30.000.

Yo me he ocupado más de los libros de Terre Vivante que de la revista. Los beneficios de la editorial Terre Vivante nos permitieron crear el Centro Terre Vivante, después resultó que tuvimos más gastos en el centro de los que se pensaba y menos visitas de las que se esperaba y durante dos o tres años estuvo a punto de cerrarse, pero ya se estabilizó. Ahora trabajan unas 25 personas, se dan cursos, se hacen visitas guiadas... el año pasado tuvimos unos 23.000 visitantes. Pero el centro mismo es deficitario como tal, no es rentable, se compensa con la venta de libros”.

¿En Francia hay mucha afición a la jardinería y huerta ecológica!

“Ahora en todas las revistas de jardinería convencionales tienen una sección de Agricultura Ecológica. Lo bio ha entrado también en la radio, France Inter conoce bien *Les Quatre Saisons* y habla de AE, y en otras emisoras no hablan de nosotros pero hablan del compost, por ejemplo. También en las tiendas de jardinería se encuentran productos ecológicos...”.

Vuestro trabajo es importante porque hay muchas personas que hacen huerto, en pequeño, y que usan muchos pesticidas.

“Sí, hicimos una encuesta y resultó que se utilizaban demasiados pesticidas. Después se publicó en Francia el resultado de un estudio científico con 200 niños que ha-



bían tenido tumores cerebrales y se vio que dos veces más de casos de tumores cerebrales se daban en los niños de familias que utilizaban pesticidas en la casa o en el huerto”.

Ha escrito mucho y claro sobre agricultura ecológica y sobre alimentación: *L'Agriculture biologique*, *Une autre assiette*, *L'assiette aux céréales*, *Soignons la terre pour guérir les hommes*, ... En libros y artículos ha puesto en evidencia que mientras los alimentos frescos, de cerca y ecológicos aportan vitaminas y minerales, los alimentos refinados son fuente de enfermedad y de empobrecimiento. De-

nuncia cómo se ha fomentado el consumo de las bebidas azucaradas y los alimentos refinados en los países en desarrollo –donde a veces incluso se fabrican–, con lo cual no sólo se endeudan más sino que aumentan la obesidad y la diabetes –que eran enfermedades propias de los países desarrollados– sobre todo en las zonas urbanas, porque están adoptando nuestro modo de vida y están teniendo exactamente las mismas consecuencias. Se contribuye también a su malnutrición cuando para exportar carne destinan a la cría de animales cereales y leguminosas que podían haberse destinado al alimento humano. Otro aspecto de la malnutrición, tanto en países pobres como en los ricos, es haber dado prioridad a la industria industrializándolo todo, incluida la agricultura, en detrimento de la calidad de los alimentos.

Coméntenos algo sobre su interés por la relación alimentación-salud.

Coméntenos algo sobre su interés por la relación alimentación-salud.

“Había un interés personal, ya mi padre se interesaba por la alimentación pero no por la agricultura, y luego porque al comienzo, cuando visitaba a los agricultores ecológicos, cuando iba a su casa me invitaban a comer y había mucha carne, mucha charcutería... y me decían,

El Centro de Terre Vivante es un lugar vivo de la ecología práctica

La mejoría vendrá si consumimos alimentos ecológicos cercanos –en el tiempo y en el espacio– y en la mesa predominan los alimentos vegetales



Fernando López

¡come, come tranquilo que es ecológico y no te hará daño!' Y de acuerdo, es ecológico, pero no había un equilibrio alimentario. Reflexioné sobre esto y mi esposa escribió un libro de cocina macrobiótica..."

También ha escrito sobre el embalaje de los alimentos, de la toxicidad de algunos materiales empleados en latas de conserva o en utensilios de cocina; de los microondas..., todas aquellas fuentes de polución y también de los malos hábitos alimentarios.

¿Hay una malnutrición en los países ricos a pesar de la abundancia?

"Sí, y esto sucede también porque se toman alimentos muy elaborados o que han viajado mucho: pierden vitaminas. También hay que tener en cuenta que las variedades modernas son a menudo más pobres en vitaminas que las antiguas y que se consumen demasiados alimentos refinados por lo que si bien en algunas enfermedades como las cardiovasculares se ha notado una cierta mejoría debido a los avances médicos en otras ha empeorado la situación. En Francia entre 1980 y 2000 el cáncer aumentó el 63% anual. La mortalidad ha aumentado, la diabetes aumenta rápidamente... Es interesante decir que hoy en los países desarrollados se han controlado las enfermedades infecciosas, pero el cáncer etc. las reemplaza".

Claude Aubert señala problemas pero también da soluciones. Frente a la publicidad de productos para reducir el colesterol ha escrito sobre cómo con una alimentación ecológica, sin exceso de grasas, rica en verduras, frutas, cereales y legumbres se limpia perfectamente la sangre. Denunció las campañas que se hicieron contra los productos ecológicos, por ejemplo aquel asunto turbio de las "micotoxinas" con el que se intentó desprestigiar a los alimentos ecológicos; o los mensajes propagandísticos sobre las bondades de los OGM que se venden, al igual que se dijo de los pesticidas, como el fin del hambre en el mundo, por eso junto con Blaise Leclerc ha publicado el libro *Bio, raisonnée, OGM, quelle agriculture dans notre assiette?* desensambrando todos los intereses comerciales que hay detrás.

Comer ecológico y por poco dinero ha sido otro de sus mensajes. Por ecología y por salud recomienda la vuelta a una comida sencilla y completa que nos protege de muchos riesgos simplemente combinando bien las proteínas...

"Sí, lo ideal son las hortalizas y las legumbres y las dos reglas básicas son consumir los alimentos ecológicos que sean cercanos –en el tiempo y en el espacio– y la vuelta a una alimentación en la que predominen los alimentos vegetales. Prescindir de la carne no es obligatorio, es una elección personal, pero hay que volver a una alimentación equilibrada. Hace 30 años –salvo los cazadores o alguna excepción– la base de la alimentación era vegetal con un complemento animal, y hoy se ha invertido. En los países europeos y en USA las tres cuartas partes del aporte de

La alimentación y la agresividad de los jóvenes

La Cardiff University's School of Psychology realizó un estudio en el 2001 sobre la influencia de la alimentación en el humor. En un grupo de voluntarios los que recibieron una alimentación rica en fibras estaban de mejor humor, se cansaban menos, se deprimían menos y dormían mejor que los demás. Un estudio americano en el 2002 en seis países concluía que un consumo elevado de azúcar influye en la frecuencia de depresiones, más elevadas cuanto más azúcar se consume, al igual que una carencia de selenio (pescado, cereales completos, legumbres, carne de ave, hígado de buey, nueces del Brasil). Corregir las carencias en litio, en hierro y en magnesio beneficiarían el control del humor. En el 2000 en EEUU en un centro escolar para jóvenes delincuentes a un grupo se le suministró un complemento vitamínico, sin que ni los niños ni los encargados de su custodia supieran nada del estudio y se comprobó una disminución de un 47% en las conductas asociales.

También los aditivos alimentarios podrían estar entre las causas de la hiperactividad de los niños, particularmente por los fosfatos, además de los pesticidas y la contaminación industrial (el plomo es un tóxico del sistema nervioso bien conocido).

Claude Aubert, "Le bonne humeur est-elle dans l'assiette?"

Les Quatre Saisons n° 142

Claude Aubert en el stand de esta revista, en la reciente feria Bioterra (Irun)

proteínas son alimentos animales. Por salud y por ecología es necesario descender al menos a mitad y mitad”.

Una alimentación tipo mediterránea, práctica regular del ejercicio físico, no fumar, consumo moderado de alcohol... ¿siguen siendo las cuatro bases de una buena salud?

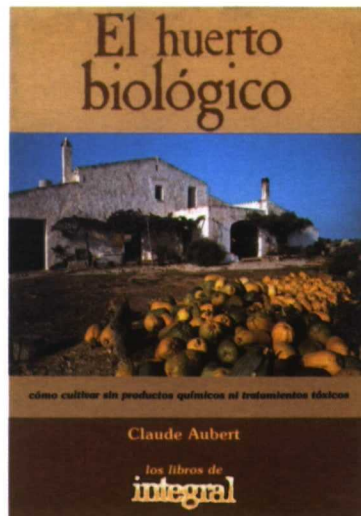
“Sí, pero no precisamente la alimentación mediterránea, porque en Japón, el régimen de Okinawa también puede ser ejemplar, es una alimentación equilibrada, con predominio de lo vegetal, con legumbres, cereales, verduras, frutas y si se quiere un complemento de proteínas animales, sea pescado, sea otra cosa. En México la combinación de maíz y alubias es también excelente. No hace falta decir dieta mediterránea, sino un principio universal. Hay que cambiar de agricultura y hay que cambiar también la manera de alimentarse, porque tenemos que ver las cifras, la cantidad de alimento y de energía necesarios para conseguir un kilo de carne”.

¿Cómo llegó a interesarse por el tema de la bioconstrucción?

“Cuando empezamos a hacer el Centro Terre Vivante nos planteamos preguntas de ecología, veíamos que lo ecológico no era sólo cultivar y comer, había que ser coherentes también con las construcciones y decidimos enseñar sobre materiales y cómo construir. Leí el libro *L'homme en voie de disparition*, un libro sobre la polución y las consecuencias de la perturbación del equilibrio; luego me recomendó un editor alemán *Facteur quatre*, sobre dividir por cuatro el consumo de energía. Y de golpe me interesé en estos temas. Publicamos *La maison des negawatts* y luego sobre los temas del hábitat, sobre los materiales y sobre los aspectos de cómo te sientes, energías saludables... Tengo una característica manera de funcionar, un amigo me dijo que soy un *défricheur* (el que desbroza un terreno nuevo a cultivar), me gusta descubrir un tema nuevo, estudiarlo y después abandonarlo en la búsqueda de otros... Y alguno me dice ¿por qué has dejado la AE profesional? Nunca la he dejado, pero me he ido metiendo en otros temas: alimentación, salud, hábitat...”

Una persona que tenga interés en la AE ¿se interesa en el hábitat? y a la inversa, quienes se interesen por el hábitat ¿se pueden interesar también en la agricultura y los alimentos ecológicos?

“Cuando tomas una vía ecológica eres coherente en lo demás. Hace tiempo una asociación de jardineros en Toulouse me llamó para dar un curso y yo les decía que no podía, que estaba muy lejos, eran unos 700km ‘¡Pues ven en avión!’ Y les dije, ¿voy a coger el avión para ir a hablar del huerto ecológico a 50 personas? Eso no me parece coherente. No han unido todavía que no se puede hacer huerto ecológico en su lugar y luego coger el avión y ser totalmente anti-ecológico”.



Portada de su primer libro editado en España y del más reciente, publicado en Francia

¿Y la radioactividad? Ahora nadie habla de ella como fuente de contaminación.

“Está Chernobyl, y además otras, demasiadas fuentes de contaminación radiactiva. Incluso en Francia hay muchas centrales, pero hoy para mí, aparte de los accidentes, que es el riesgo mayor, está el otro riesgo mayor hoy por descubrir que son las ondas electromagnéticas. Se habla demasiado por teléfonos móviles, vivimos bañados en ondas, constantemente atravesados por ondas electromagnéticas, y esto va a dar graves problemas. Ocurrirá como con los pesticidas, de efectos lentos, a largo plazo, pero se verán esos efectos”.

Con su nuevo libro *Espérance de vie, la fin des illusions* desmonta esa idea de que ¿Todo va bien!

“En el 2004 la esperanza de vida en Francia era de 77 años para los hombres y 84 para las mujeres, pero estas personas se han beneficiado de los adelantos de la medicina, crecieron en un ambiente relativamente sano, mientras que los niños y jóvenes de hoy se encuentran con una grave contaminación en las construcciones, en el agua, en el aire, en los alimentos, en la ropa... Si alguien se queja de síntomas, se le dice que es algo sicosomático. Con el amianto se hablaba de 200 muertes por cáncer al año, y ahora se reconoce que pueden ser varios miles de millones en los próximos años... pero sigue sin prohibirse en Francia”.

¿Con otros problemas se hace lo mismo, aparentar que no pasa nada?

“Exactamente. Desde hace 30 años estoy dando conferencias y cada vez que alertaba sobre los riesgos de la salud con los pesticidas, etc. siempre había alguien que decía, “No es tan grave porque la esperanza de vida aumenta...”. Así que hice este libro para demostrar que no, que

es falso, que las curvas de evolución de esperanza de vida que nos dicen que llegaremos a los 120, 130 años, son una locura. En la prensa se sigue hablando de este aumento de la edad, pero eso está equivocado. A partir de escribir el libro algunos me dicen que soy pesimista, pero no. Si no cambiamos de vida la catástrofe está próxima. Hay que saber si la humanidad o parte de la humanidad vamos a ser lo suficientemente sabios para detener los efectos, para parar la crisis y limitar su gravedad. Hay que mirar de frente, eso es ser optimista, y hacer lo máximo para reducir al mínimo las consecuencias de lo que ya se ha hecho".

En la conferencia a la que hemos asistido en Bioterranos ha dicho "Hay que empezar por cambiar uno mismo"..

"Si quieres cambiar el mundo empieza por cambiar tú mismo. Eso lo dijo Gandhi. Estoy muy influenciado por él, por su pensamiento, por esta persona extraordinaria. Él solo puso a India delante de los ingleses; bueno tenía carisma, era capaz de aplicarlo a sí mismo y pudo conseguirlo".

¿Cuál es la mayor amenaza para la AE?

"Los OGM seguramente, pero es que son una amenaza para todo".

¿Y el cambio de normativas?

"No, no es eso. El peligro es banalizarla, aplicarle el modo de pensar, el modo de funcionar globalizado, aplicarle el modelo económico dominante, en el que el único criterio es ganar dinero.

La agricultura ecológica ética existe, va a continuar, pero no sé si se va a quedar reducida a unos pocos o si va a aumentar, eso no lo sé. Pero también pienso –y no lo digo yo sólo– que la verdad va a triunfar, aunque esto lleve su tiempo y aunque pase por periodos difíciles". ■

¿Ministerio de la Salud o de la Enfermedad?

"Seguir con la idea de que aumenta la esperanza de vida es un error en el que no podemos continuar porque el aumento de las enfermedades crónicas es una realidad. Otro gran error es seguir dedicando un gran esfuerzo a 'curar' dedicando muy poco a prevenir.

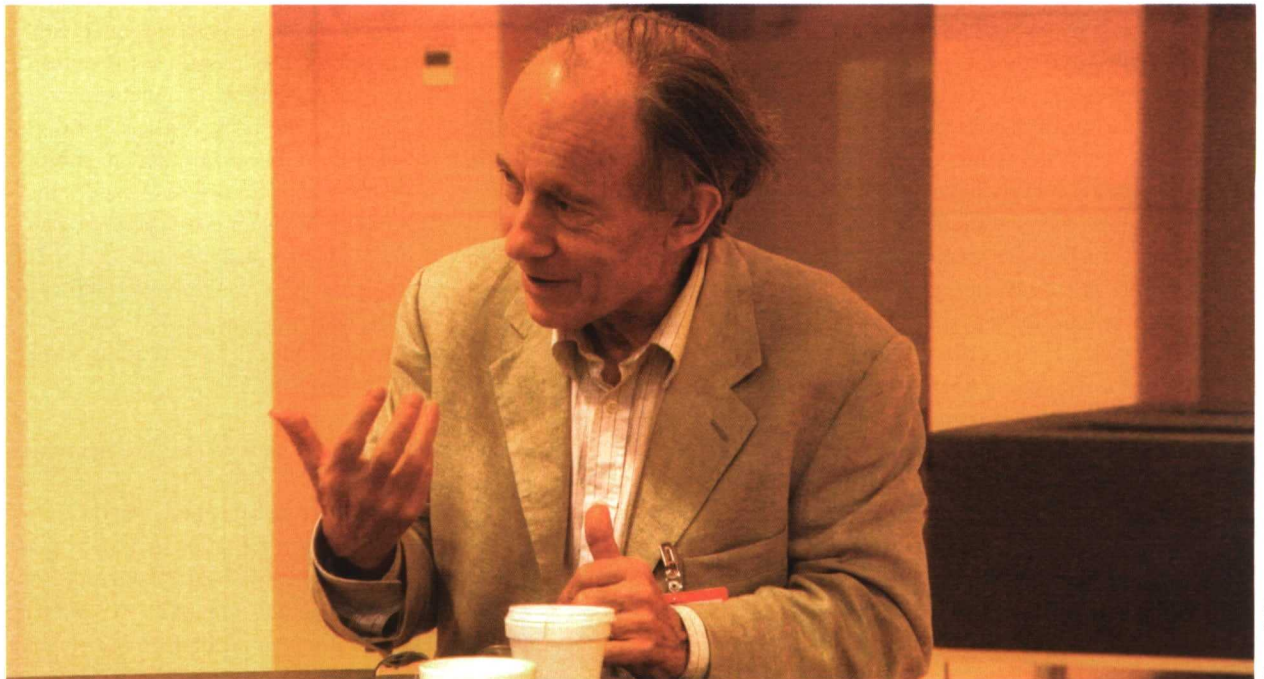
Una sana política de la salud debería consagrarse esencialmente a prevenir las enfermedades, actuando eficazmente para incitar a la población a adoptar una buena higiene de vida y a reducir de manera drástica las contaminaciones de todo tipo: Informar a padres, niños, profesores y médicos; etiquetar correctamente los productos alimenticios; reglamentar la publicidad; reforzar la lucha contra la polución... favorecer la agricultura ecológica, limitar el uso de pesticidas en la agricultura convencional, prohibir el uso de pesticidas en los hogares; prohibir la venta de pesticidas en las grandes superficies... controlar la polución en el exterior (vehículos, construcciones, tráfico) y en el interior (normas severas sobre materiales tóxicos)...

Así se reducirían los gastos en cuidados médicos, lo que libraría a la seguridad social de su déficit. Todo el mundo está de acuerdo en que más vale prevenir que curar, pero las acciones preventivas siguen siendo de una timidez desesperante en todos los aspectos: investigación, formación, información, reglamentación. Ya es hora de que esto cambie".

Claude Aubert, Esperance de vie, la fin des illusions. 2006.

Terre Vivante

"Sólo cuestionando de forma radical el modo de desarrollo occidental se resolverán los problemas de los países pobres, sobre todo en materia de alimentación y salud"



Fernando López