



Entrevista a Dolores Raigón,
investigadora en calidad de alimentos

“Existe poca conciencia de lo que significa un alimento ecológico”

Texto: Rosa Barasoain

Dolores Raigón está siendo muy solicitada para exponer los reveladores resultados de sus estudios comparativos sobre alimentos. Su libro “Alimentos ecológicos, calidad y salud” ha causado un gran revuelo por mostrar datos esclarecedores sobre las excelentes cualidades de los alimentos ecológicos. Como ya sucedió en otros lugares, en el II Ciclo de Conferencias organizado por el Comité Aragonés de Agricultura Ecológica el pasado junio, sus palabras han sido recibidas como una ráfaga de aire limpio; su trabajo contribuye a una sociedad más consciente y cuidada con el propio planeta, y a desmontar tanto bulo, tanto intento de desprestigiar a la agricultura ecológica y a los alimentos que de ella se obtienen

María Dolores Raigón es Doctora Ingeniera Agrónoma por la Universidad Politécnica de Valencia (UPV), Catedrática de la Escuela Universitaria del área de Edafología y Química Agrícola; adscrita al Departamento de Química de UPV es Subdirectora de la Escuela Técnica Superior del Medio Rural y Enología. Ha dirigido diversos proyectos de investigación sobre la calidad de los alimentos, además de publicar numerosos artículos y libros, el más reciente el ya citado, “Alimentos ecológicos, calidad y salud” editado conjuntamente por SEAE y la Junta de Andalucía. Sus datos concretos, científicos, seguramente serán una aportación importante para otros estudios internacionales, como así afirmó en Barcelona Carlo Leifert, en la presentación del estudio que ha coordinado, el *Quality Low Input Food* (financiado por la Unión Europea y del que hablamos en el número anterior) hasta ahora el mayor estudio sobre la calidad de los alimentos ecológicos. Leifert quedó gratamente sorprendido de que en España hubiera datos tan concretos del tema nutricional, como estos estudios que han partido de la Comunidad Valenciana y que tienen una validez nacional. María Dolores, sin sensacionalismos, ofrece



Alfons Domínguez

conclusiones muy claras, confirma verdades que ya nos parecían evidentes pero hasta ahora veladas o desfiguradas por intereses y presiones de sectores como el agroquímico.

¿Por qué y cómo empezaste a investigar sobre los alimentos ecológicos?

Mi trabajo dentro de la Universidad está en el área de Edafología y Química Agrícola. Los primeros trabajos que realicé fueron de comparación de las propiedades físicas, químicas y biológicas de los suelos ecológicos y convencionales, y al comprobar las diferencias existentes, me planteé que si eso estaba ocurriendo en el suelo, en la planta y en los frutos también deberían de existir diferencias significativas y ese fue el comienzo de una larga lista de investigaciones.

En pocas palabras ¿por qué elegir alimentos ecológicos?

Por muchas razones, entre las que destacaría –sin duda alguna– la mayor concentración de vitaminas, minerales y sustancias antioxidantes, que presentan ventajas sobre la salud. Pero además la elección de los alimentos ecológicos repercute en otros valores de tipo medioambiental, social y

territorial, además de incidir directamente sobre el incremento de la biodiversidad.

En la actualidad contamos con más medios de producción y más poder adquisitivo pero ¿es mejor nuestra alimentación que la de hace 100 años? ¿Comemos pura apariencia?

En el momento actual se conoce con mayor exactitud la composición de alimentos, los nutrientes que presentan y la función de cada nutriente sobre nuestro organismo. Pero este conocimiento en muchos casos no va acompañado de la mejora en la alimentación, ya que 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 en un alimento. Además de introducirse nuevas sustancias, como los aditivos alimentarios, que pueden, en algunos casos, ser perjudiciales.

En un reciente estudio se cita que en el transcurso de los últimos 25 años la composición de frutas y verduras ha sufrido pérdidas considerables en el contenido en vitaminas y minerales que oscilan entre un 12% en calcio para el plátano hasta un 87% de vitamina C en fresas, a modo de ejemplo. Las causas principales de estas pérdidas son el empobrecimiento de los suelos, el empleo de variedades comerciales, el almacenamiento durante largo tiempo sin maduración natural, el transporte y el empleo de tratamientos químicos.

Por lo tanto es cierto que la producción convencional, está proporcionando altas producciones, de unos alimentos muy homogéneos y vistosos, pero con un contenido nutricional significativamente inferior.

¿Cómo puede afectar a nuestra salud el cultivo convencional?

En algunos aspectos. Como son las alergias alimenticias, las manifestaciones de carencias nutricionales, un estado oxidativo del organismo más bajo, las posibles intoxicaciones por sustancias químicas, etc.

Una línea por investigar es la repercusión de los alimentos ecológicos en la salud y el ahorro que esto conlleva al sistema social

¿Por qué no se fomenta más el consumo ecológico? ¿Dónde está el freno a su desarrollo?

A mi entender existe poca conciencia de lo que significa un alimento ecológico. Falta información y formación al consumidor, y no puede existir producción si lo que se produce no llega al mercado. En este sentido, la producción ecológica ya ha superado muchas limitaciones técnicas, y habría que incidir sobre las cuestiones de distribución y mercado.

Se escucha continuamente que los alimentos ecológicos son caros ¿qué les dirías?

Los alimentos ecológicos no pueden ser caros si analizamos la cantidad de nutriente por unidad de superficie productiva. Me explico, si las necesidades de vitamina C son



David Olmo

Dolores Raigón en su intervención en las recientes Jornadas del Comité Aragonés de Agricultura Ecológica

de 60 mg/día y el zumo de una naranja ecológica los contiene, no necesitamos exprimir dos naranjas convencionales para llegar a estas necesidades. Si la producción de lechugas convencionales contiene un 5% más de agua, son nutrientes de menos que se consumen. Estos datos que el consumidor desconoce, alcanzan gran importancia cuando la falta de nutrientes se refleja en el estado sanitario, influyendo también en el coste familiar y social. Por último, indicar que el precio viene marcado por factores muy alejados a la producción. Una manera de incidir en el precio de los alimentos es intervenir en la cadena de distribución de los mismos, activando los circuitos cortos y los mercados de cercanía.

¿En qué está trabajando en la actualidad referido a los alimentos ecológicos? ¿Algún proyecto?

Siempre hay proyectos. A destacar los ensayos comparativos de la composición nutricional de berenjena, un fruto con un alto contenido en sustancias antioxidantes; la continuación de los trabajos comparativos de composición de frutos cítricos; los trabajos en ecológico de variedades locales de lechuga; y trabajos muy interesantes del comportamiento de hortalizas ecológicas a condiciones de secano, para ir trabajando en los temas de cambio climático.

¿Cómo está el estado de salud de la investigación en agricultura ecológica?

Mal. Se va avanzando a pasos muy pequeñitos, pero en general contamos con pocos recursos y poca aceptación en los circuitos de competitividad investigadora. Pero hay que seguir en la lucha y trabajar con lo que contamos sin aminoarnos.

¿Cuál crees que debe ser la línea de investigación para ayudar a la agricultura ecológica y a la mejora de los alimentos?

El país debe destinar recursos a la investigación en agricultura y ganadería ecológicas para hacer el sistema más sostenible, algo que sólo se puede alcanzar con la investigación. Además, insistir en los buenos hábitos alimenticios desde la infancia y comprobar que desde la alimentación se pueden subsanar muchas de las enfermedades del momento, como las alergias, obesidad, problemas cardiovasculares, etc. Estudiando las repercusiones de la alimentación sana y calculando el ahorro sanitario que estas incidencias pueden tener sobre el sistema social.

De vez en cuando en la prensa encontramos artículos o comentarios desprestigiando o infravalorando a los productos ecológicos ¿qué opinas al respecto?

Los alimentos ecológicos son los únicos que cuentan con un sistema de regulación mundial, por lo tanto son los únicos alimentos que con control se pueden conocer. En la producción convencional se emplean verdaderas bombas químicas, en la gran mayoría de los casos sin control. Por lo que opino que deberíamos invertir el desprestigio e incidir en la mayor información hacia el consumidor. ■

Sembrar para recoger II Ciclo de Conferencias del Comité Aragonés

María Dolores Raigón pudo presentar en Zaragoza las ventajas de los alimentos ecológicos, durante el II Ciclo de Conferencias organizado por el Comité Aragonés de Agricultura Ecológica el pasado mes de junio. Para el Comité Aragonés es muy importante dar a conocer a los consumidores las características y ventajas de la producción, consumo y comercialización de los alimentos ecológicos, "necesitamos concienciar a la sociedad en general de los beneficios que nuestro trabajo aporta para todos". Así se valoraba en la presentación del II Ciclo de Conferencias, con gran asistencia de público para unos ponentes muy interesantes en la búsqueda de una alimentación sana y saludable.

Con la asistencia de la Dra. Raigón, una de las primeras científicas europeas en cuantificar las diferencias nutricionales y organolépticas de los alimentos ecológicos, se abrió este II Ciclo de conferencias, en el que también participaron otros ponentes de interés. Juan Felipe Carrasco, como responsable de transgénicos en Greenpeace habló de riesgos y alternativas a los OGM; Javier Arocena, biólogo experto en nutrición, explicó cómo algunos alimentos pueden afectar a nuestra salud y Miguel Martínez Urtaun, experto en gastronomía y director de la revista "Sabor de Aragón" defendió la importancia e interés gastronómico y salutífero de los alimentos ecológicos pero alertó del peligro de frivolar y dejar que se convierta en una mera moda sin consciencia de la importancia de este tipo de producción. Además, en una mesa redonda se contó con la participación de agricultores ecológicos aragoneses de gran experiencia y representativos en Aragón, como productores y algunos también elaboradores de alimentos, Felix Ballarin y Antonio Ruiz -actual Presidente del CAAE- (hortalizas y frutas frescas), Daniel Marcén (cereales y panadería), Jesús Simón (vino), Carlos Domínguez (aceite) Antonio Artal (cereales y pastas) y Juan Bautista (elaborados vegetales y comercialización).

www.caaearagon.com



David Olmo

Juan Felipe Carrasco, de Greenpeace; Jesús Nogués Director de producción agraria de Aragón y Antonio Ruiz, agricultor ecológico y Pte. del CAAE