

La granja como organismo vivo

Textos y fotos: Rosa Barasoain y Fernando López

Criar vacas lecheras con el método biodinámico conlleva establecer un ecosistema cerrado (que no sea alterado por la introducción de sustancias del exterior) para que se vayan adaptando a la tierra en donde se mueven y puedan mejorar en salud y fertilidad.

Animal y vegetal se alimentan y equilibran mutuamente, y de forma perdurable, gracias al buen hacer del agricultor que guía estos elementos de la Naturaleza. Su trabajo es inmenso pero su éxito está en la satisfacción de ofrecer una leche auténtica, nutritiva y con total garantía para la salud

Tomás Grau y Roser Jiménez viven con sus hijos en Can Garriga, en el término de Maià de Montcal, municipio de la comarca gerundense de La Garrotxa.

Creer que no sólo es cuestión de negarse a utilizar insumos químicos. Esto es positivo en sí, pero hay que hacer algo más para restaurar la fertilidad que la tierra ha perdido. En su granja biodinámica, la vaca se alimenta de la cosecha, y las tierras del compost elaborado con el estiércol de las vacas y de otros pequeños animales como gallinas o conejos, convirtiendo la granja en un organismo autosuficiente.

Tomás nació en Ripollet, pueblo de la comarca barcelonesa de El Vallés, una zona actualmente industrializada por completo. Desde muy joven empezó a dedicarse a la agricultura, con algunos préstamos y aunque se los concedieron "nunca me llegó el dinero de las subvenciones". Ahora sabe que siguen dando subvenciones, pero más bien para dejar el campo. En esta zona, cercana a la expansión turística de la Costa Brava, quedan cada vez menos agricultores. El trabajo es duro, continuado, no permite muchas distracciones, por esto o te gusta o lo dejas. Tienes que sentirlo.

A un vecino que es agricultor le han concedido 15 millones para iniciar el negocio de un restaurante y

cuando le funcione dejará el trabajo del campo. La mayoría de los demás vecinos se ha jubilado, algunos incluso han vendido las casas para segunda residencia de familias que sólo vendrán en verano. Las tierras quedan para sembrar cebada y girasol, lo que subvenciona la PAC, con lo cual no hacen rotaciones. Hay mucha sequía y la tierra se resiente.

Can Garriga

Sus campos son 12 hectáreas de SAU (superficie agraria útil) y otras 10 alquiladas y muy bien abonadas. Para ganar más dinero y trabajar menos podrían sembrar los campos de trigo y vender la cosecha como ecológica, alimentando a las vacas con piensos y forrajes comprados,



Tomás Grau y Roser Jiménez con sus hijos.

pero como ya se está viendo en muchas fincas, la mayor locura es separar la agricultura de la ganadería.

Para atender bien a los animales se han limitado a mantener un máximo de once vacas, criándolas desde que son terneras, alimentándolas cuando nacen con la propia leche de las madres, para asegurar su futura vitalidad y rusticidad. Tres días de calostro y luego la leche de vaca hasta los tres meses. Empiezan con 4 litros al día en dos tomas y suben a 6. Para el destete hacen el proceso inverso, aunque cada ternera es diferente. A los 15 días empiezan con pequeñas cantidades de pienso, que van aumentando a medida que crecen, y heno de primera calidad. El pienso es el mismo que el de las madres.

En el establo las dos terneras, de pocas semanas, nos miran un poco asustadas. Les han puesto los ridículos pero obligatorios “pendientes” o grapas de identidad. Tomás y Roser, con los niños, han elegido el nombre de cada una de las vacas, pues su carácter es diferente. Joaquina y Blancallet son tranquilas; Justina y Sofía son más juguetonas y entre ellas tienen una relación especial. A lo largo del día las ven en su ir y venir constante al prado, a tomar agua o un poco de sal.

Una jornada en la granja

A las 7 de la mañana comienzan las labores para el primer ordeño del día. Ahora la leche va directamente de las ubres al tanque. No sólo por sanidad, pues tienen un nivel sanitario excelente –dan un conteo de 11.000 bacterias/mililitro y entre 40 y 50 células somáticas (índice de mamitis) frente a las 74.000 y 400 respectivamente que están permitidas–, también por evitar la fatiga de cargar los cubos.

Contigua al establo, hay una sala pequeña, perfectamente limpia, donde está el tanque de la leche.



En esta zona, cercana a la expansión turística de la Costa Brava, quedan cada vez menos agricultores.

Mientras uno limpia todo el circuito con un detergente alcalino por la mañana –y sólo agua caliente por la tarde– el otro alimenta a las terneras pequeñas con leche de las madres. En promedio dan a las terneras 400 litros (90 días x 5 litros al día) de leche. Después comen la mitad de la ración de pienso diario y heno de alfalfa.

Dos veces por semana entregan la leche de siete ordeños, dos por día. Con el tractor, Tomás engancha el tanque y con un tanque especial que carga en la furgoneta lleva la leche a 8 kilómetros, una industria colaboradora (Làctics Tramuntana). Allí pasteurizan la leche, la envasan y con parte de ella hacen yogur. Para utilizar la marca Demeter se exige que no se usen procedimientos de conservación como la esterilización o UHT, hoy permitida en la agricultura biológica. La leche envasada y también el yogur, son entregados a la distribuidora Élafos dos veces por semana. En la granja se vende directamente leche a las familias que se acercan a comprar y también se llevan harina y otros productos de la granja. Por el momento hay unas 9 familias fijas.

El año pasado llegaron a 55.000 litros al año. Cuando las 11 vacas sean adultas, esperan llegar a 75.000 u 80.000 litros.

A media mañana las vacas salen al prado. Tomás y Roser limpian el establo (una vez al día) y hacen otras labores en la granja. Por la tarde entran, y una vez sujetas, las vacas comen la otra mitad del pienso y esperan el segundo y último ordeño, a las siete. En verano a veces las sueltan también durante la noche, para que no pasen mucho calor.

Sanas o locas

Tomás nos cuenta que esta primavera se les murió una vaca por un accidente: tragó un trozo de alambre. Para estos casos llama a un servicio de recogida de animales muertos. Es una empresa de Olot, zona muy ganadera, y hablando con ellos le confirmaron sus sospechas de que en las granjas convencionales los animales tienen poca salud y poquísima vitalidad, “Cuando cambia el tiempo, los camiones de recogida de cadáveres no dan abasto”. Vacas, cerdos, etc. están estresados, explotados y mal alimentados. Las vacas que vimos en Can Garriga son capaces de seguirte corriendo por la pradera trotando y saltando como nunca habíamos visto hacerlo a una vaca lechera.

Le sorprende que con tanta burocracia que tiene que llevar por el tema ecológico, para recoger los animales muertos no pidan ningún certificado. Se asombra de que nada impida que estos animales muertos vayan a parar a industrias donde les extraen la grasa, que luego se emplea en la elaboración de embutidos, galletas... y piensos. Sabe que su vaca estaba sana, pero ¿qué pasa con otras granjas? Sospecha que se estén saltando la



Previamente limpian los cereales de piedrecillas, etc. con una seleccionadora y después en un pequeño molino muelen el alimento.

prohibición de fabricar piensos con restos de vacas muertas ¡y muertas por enfermedad en muchos casos!

Certificado Demeter desde 1990

“Hay marcas o grandes superficies que te ofrecen una cantidad equis y les da igual lo que les vendas siempre que respetes el miniprecio que te han marcado. Esa es la calidad que da el ganadero”.

Para obtener y mantener el certificado Demeter, de la agricultura biodinámica, la granja debe cumplir con una serie de requisitos para las tierras, el establo, el manejo de los animales y la leche que se vende. Por ejemplo la granja debe ser autosuficiente y no limitarse a cuidar animales y comprar el alimento aunque este proceda de cultivo ecológico certificado. “A los biodinámicos se nos exige más que a los convencionales y además estamos pagando por el certificado. Casi cien mil pesetas al año (visita de inspección más cuota anual) y un 2% de las ventas”.

Un buen menú da una buena leche

Las vacas, además de la hierba que pastan durante el día comen alfalfa y un pienso elaborado en la misma granja. Los cereales deben estar molidos, pues los granos enteros, incluso partidos, no los asimilan bien y los defecan tal cual. Previamente limpian los cereales de piedrecillas, etc. con una seleccionadora y después en un pequeño molino muelen el alimento. Les preparan todo un menú: la base es 60% de cebada, 20% de avena, algo de trigo o centeno, lino, habín (habas pequeñas), algo de girasol y mijo, cuando tienen de cosecha propia. El complemento a este pienso aplicado en una proporción del 2% lleva sal marina sin refinar (3/4), bentonita (comercialmente Silkaben: algas calcáreas, algas del Mar del Norte y basalto en polvo), salvado de trigo y hierbas secas de la granja (hinojo, ortiga, romero, manzanilla) y 1% de sales calcáreas homeopáticas de Weleda.

Esta receta la extrajo del libro *La granja biodinámica*, de Frederick Sattler, editado en alemán, francés e inglés.

Conocieron personalmente a este autor cuando venía como inspector de Demeter. Su libro es de los más completos que han encontrado, «sin el falso idealismo de *La vida en el campo*, de John Seymour”. Cada cual debe ir adaptando a sus necesidades la fórmula base, según el entorno y características de la finca. “Steiner, padre de la agricultura biodinámica no dio recetas, sino unas orientaciones”.

Ventajas de la prevención

Tomás cree que el conocimiento directo es muy importante. También se guía por el calendario biodinámico, anota sus resultados y observa. Las vacas son de raza frisón, “con un buen manejo llegan sin problemas a los 15 años, con un parto por año”.

La tierra de los pastos es blanda, por eso tienen el problema de que no se les desgastan las pezuñas, pero aparte de esto no han tenido enfermedades, sólo algún problema de rodillas (inflamación reumática) que han tratado con homeopatía. “El veterinario diagnosticó y utilizamos el Lachesis Compositum de la casa Phinter-Heel por recomendación del propio veterinario del laboratorio en consulta telefónica”.

Al tener pocas vacas se las puede vigilar mejor, el ordeño es más cuidadoso, les dan un masaje en las ubres cuando se les nota dureza. “Si no tienes tiempo, es fácil que la vaca termine con mamitis. Además no las medicamos por sistema y hemos observado que sueltas saben automedicarse o regularse tomando determinadas hierbas en el pasto vigoroso y sano del bosque”.

Los pastos

La finca tiene 20 parcelas o campos tratados de manera individual pues hay desde tierras limo-arenosas a sumamente arcillosas. “La rotación la marca cada campo. Lo anotas sobre el papel, pero si miras, ‘la tierra habla’ y te dice si poner avena o abono verde”. Las praderas para pasto se dividen en siete parcelas para dar tiempo a que la hierba se regenere y crezca. No son praderas autóctonas sino sembradas con mucha variedad de especies. Como forraje de cultivo existe la alfalfa, la esparceta, el ray-gras y los nabos. El prado que no pueden comer en primavera y el forraje lo cortan y lo guardan en pacas para el invierno, porque en invierno llueve mucho, pero en verano no. No ensilan porque esto acidifica la leche, y prefieren que tomen el verde fuera. Pero si llueve mucho y ven que no se dan condiciones para pisar, las sacan a un patio. Una alternativa al ensilado es guardar el heno en bolsas individuales, que hay que consumir una vez abiertas.

El mantillo dinamizado con el que abonan las tierras lo hacen compostando el estiércol y los restos vegetales en una zanja. “Diariamente limpiamos el establo y llevamos el estiércol a un estercolero tipo zanja, impermea-



La granja debe ser autosuficiente y no limitarse a cuidar animales y comprar el alimento aunque éste proceda de cultivo ecológico certificado.

ble, donde no hay separación de orines. Mensualmente lo vaciamos y con el remolque esparcidor vamos haciendo los montones de compost a los que les añadimos los preparados biodinámicos (502 a 506) y rociamos con el jugo de flores de valeriana. En condiciones normales no hay que girarlo ni regarlo, cosa que sí hacemos cuando se empapa por mucha lluvia o hay mucha sequía. En 3 a 6 meses está listo para su uso, dependiendo del cultivo al que va destinado. Lo utilizamos durante todo el año, no hay una época precisa, si acaso en los cereales, en los preparativos previos a la siembra de octubre". Como cada día cambian la paja del establo, lleva mucha celulosa, con lo cual retiene muy bien los líquidos. Antes trituraban la paja e iba todavía mejor, pero están también arreglando la casa y no llegan a todo.

Abonan con este mantillo a razón de 10 t/ha en promedio. Luego pasan una desherbadora. "En las praderas lo esparzo en invierno cuando están las leguminosas en fase roseta. Después de pastar las vacas hago un corte para que la hierba crezca más homogéneamente".

Durante la entrevista los niños juegan en el jardín contiguo a la casa. Pronto empezará el curso y un autobús les llevará diariamente, junto con otros niños del valle, a la escuela de Besalú. Las escuelas de los pueblos pequeños están cerradas, las tierras se abandonan, los animales se hacinan en granjas de hormigón. Pero granjeros como Tomás y Roser son la esperanza, la granja integral que no dejará que el campo se muera y con él los agricultores y la cultura de cualquier comarca campesina, en este caso La Garrotxa, tierra de volcanes. Son los guardianes de esa autenticidad que vienen buscando los turistas detrás del decorado de rutas románicas y productos pseudo-artesanos.

"Nos gustaría elaborar la leche en queso y yogur en la misma granja. Y también hacer pan". ¡Y a nosotros degustarlos! ■

¿QUÉ COMPRAMOS CUANDO NOS VENDEN LA LECHE?

Leche y miel fueron los primeros alimentos de la Humanidad, y después de los meses de lactancia materna, la leche de vaca sigue siendo lo primero que tomamos los seres humanos. Al empezar el día, lo más habitual, al menos para los niños, es tomar leche, por considerarse bueno para su desarrollo. Pero por ser tenida en nuestra cultura como alimento esencial y muy habitual, en torno a ella ha proliferado una industria láctea excesivamente productivista, con un afán de lucro desmedido, que ha dado lugar al maltrato de los animales, que se manejan de forma cruel y deshumanizada. El ganadero se ve desligado de la agricultura, sobrevive a base de subvenciones y contamina tierras y aguas. Un descalabro para inundar los mercados con una leche de oferta, que ya no es lo que se supone sino un alimento sin vida, desnaturalizado, que está dando lugar a dolencias y alergias múltiples.

¿Cómo se puede ofrecer leche en tetrabrik a 70 e incluso 60 ptas el litro, cuando sólo el envase cuesta entre 10 y 14 pesetas y al productor le pagan entre 42 y 45 ptas? Para cubrir costes, no podría venderse por debajo de las 90 ptas –el Sindicato Labrego Galego ha realizado una campaña para recomendar a los consumidores la leche pasteurizada y que rechacen por no fiable la leche envasada con precios inferiores a las 90 ptas–. ¿Qué sucede? Que además de tener al ganadero sumido en la miseria con contratos deleznable, de esa leche han extraído mantequilla, suero, lactosa... y para que no se note el hueco, la han "enriquecido" con subproductos procedentes de la elaboración de quesos o de industrias cárnicas y con leche en polvo o concentrados de leche de no se sabe qué procedencia. Un buen químico-elaborador puede conseguir leche con sólo un 60% de leche original y el resto subproductos (permeatos, lactosueros...) y aditivos. En definitiva, están ofreciendo leche falsa.

Otra irregularidad que perjudica a ganaderos y consumidores es que al analizar la leche que se entrega se prima o se descuenta en el precio según el índice bacteriológico de la muestra. Si es bueno, se paga un poco más, si es bajo, se descuenta en el pago al ganadero, pero no se envasan ni se elaboran por separado estas entregas de distinto precio y calidad. ¡Van a parar al mismo camión cisterna!

Puede que en algunos análisis cuantitativos aparezcan porcentajes buenos, pero las cadenas de aminoácidos son destruidas y la calidad proteica es nula. La leche convencional no cumpliría las normas si se realizara verdaderos análisis cualitativos, que es al final lo que debe interesar al consumidor.

Nos "venden" que la leche tal cual sale de la vaca es un alimento que engorda, es indigesta, produce colesterol y otras molestias. Las campañas de promoción han introducido como alimento saludable para los adultos una leche desnatada y desnaturalizada pero "enriquecida" con calcio, aunque este calcio no provenga de la leche ni sea asimilable directamente.

Es cierto que para los adultos es mejor tomar queso, cuanto más fresco mejor, o mantequilla, pero ambos están excesivamente adulterados cuando proceden de leches de baja calidad, que han perdido por el camino aminoácidos y proteínas. Otro tanto se podría decir de la mantequilla manipulada a altas temperaturas y con quién sabe qué aditivos: de un alimento maravilloso han hecho un veneno.

Como se alimenten las vacas, así será la leche

Las vacas madres elaboran la leche cuando han parido. De ella se priva en mayor o menor medida a los terneros, y por eso debemos considerarla como algo muy preciado y sagrado que hay que valorar y tomar con conciencia. Todos los alimentos que ingiera la vaca estarán de alguna manera presentes en la leche que salga de sus ubres. Por tanto no es lo mismo que coma hierba, forrajes y cereales molidos procedentes de un cultivo sin abonos ni aditivos químicos a que coma forrajes ensilados, piensos compuestos ¡y no digamos si a esta vaca le dan antibióticos, hormonas y otras sustancias sintéticas!

El manejo de la vaca influye directamente en la calidad de la leche. Éste es un alimento delicado y perecedero, que se acidifica pasadas unas horas, por lo cual hay que tomarla lo más fresca posible –y esto es privilegio de quienes viven cerca de una granja–. Del método de conservación dependerá que la leche no pierda todas sus cualidades.

La acidificación de la leche es un proceso natural. Cuando la cantidad de ácido láctico es suficiente, la caseína cuaja formando el requesón, base del queso. Un fenómeno análogo tiene lugar en el estómago y el intestino humano durante la digestión, y por esta razón se considera que los productos lácteos ligeramente ácidos son fáciles de digerir y protegen la salud de nuestro medio intestinal.

El proceso de fermentación se detiene con el frío. Pero este frío no debe ser excesivo para no rebajar el alimento hacia un proceso mineral, dejándola sin fuerzas vitales.

Todo lo más, pasteurizarla, nunca esterilizarla

La pasteurización es la conservación de la leche mediante el calor. En ella los fermentos lácticos mueren, ya no hay acidificación, pero conserva gran parte de sus propiedades. Basta elevar un instante la temperatura a 95 °C. Un tiempo más prolongado o una temperatura demasiado elevada debilita las fuerzas vitales de la leche y modifica su composición.



Leche sana, de calidad y pasteurizada para la salud de los niños.

En la Antigüedad la leche se hervía para matar el bacilo de Koch (de la tuberculosis) y esto ha pervivido de forma inconsciente. De ahí la mala costumbre de hervir la leche.

En nuestra época el control se hace en los establos, cada animal está vigilado para que no desarrolle tuberculosis o brucelosis, pero el problema es otro. Tal como están las cosas, si el ganado no lleva un manejo con certificación ecológica, es mejor olvidarse de la leche cruda.

Lo más recomendable es la leche pasteurizada pero es menos abundante en el mercado porque los envasadores, para asegurarse una mayor conservación prefieren esterilizarla empleando altas temperaturas, con lo cual se deteriora considerablemente, o aún más cuando la someten a Ultra Alta Temperatura (UHT).

Homogeneización = alergia

Veamos otro ejemplo de la raíz del mal: la mentalidad productivista y el excesivo ánimo de lucro. El mercado ofrece como una panacea la leche homogeneizada, diciendo que si el estómago digiere más fácilmente las pequeñas gotitas de leche, ¡conviene hacerlas más pequeñas todavía!

En realidad, la leche homogeneizada permite aumentar los rendimientos en la producción de queso, aguanta más tiempo sin estropearse, no tiene nata... Pero no se tuvo en cuenta que estas microscópicas gotitas de grasa atraviesan las paredes intestinales sin haber sido antes digeridas por los enzimas, y los investigadores norteamericanos sospechan que ésta sea la causa de que los jóvenes de EEUU tengan las arterias como las de un anciano. Si a esta absorción indigesta le sumamos los residuos y aditivos que van a parar a la leche, tenemos la explicación de por qué están aumentado de forma alarmante las alergias e intolerancias a la leche. Una prueba es que los niños que no toleran la leche son realmente alérgicos a las leches homogeneizadas. Los comerciantes no han velado por la salud de los consumidores, sino por la de su bolsillo. Los consumidores tenemos que tomar conciencia de cuánto vale la salud, la nuestra y la del entorno, y pagar a quien lo hace bien, porque los resultados son inmediatos. ■

Notas

- Una publicación recomendable: el Cuaderno Demeter *La vaca*. Varios autores. Asociación de Agricultura Biodinámica.
- Véase el artículo sobre el precio de la leche en *La Fertilidad de la Tierra* n° 1, p. 36.
- Para introducirse en la agricultura biodinámica: *Qué es la agricultura biodinámica*. Herbert Koepf. Ed. Rudolf Steiner, Madrid.
- *La granja y el huerto biodinámicos. Consejos prácticos* (antes llamado *Tierra y pan*). Kjell Arman. Ed. Rudolf Steiner, Madrid.
- Sobre los preparados biodinámicos: *La acción de los planetas en los cultivos y en el hombre*. B.C.J. Lievegoed. Ed. Rudolf Steiner, Madrid.