

# Porque tener un huerto ecológico con plantas medicinales?

## Para autoconsumo?

Por muchas razones, hemos llegado a un punto en este mundo de la alimentación casi totalmente controlado por la agroindustria, en que si queremos tener alguna garantía de no padecer algún envenenamiento nos tenemos que cultivar nuestros propios alimentos como hacían nuestros antepasados.

Desgraciadamente no nos podemos fiar de la publicidad engañosa, ni de las agencias que deberían controlar la sanidad de los alimentos habitualmente en venta. Por los mil motivos que sean, falta de presupuesto, falta de interés, falta de profesionalidad o riesgo moral, en ellas no vemos más que intereses creados y dirigentes que quizás por falta de medios, no cumplen con lo que sería esperable. yo personalmente no me fio de nadie, tanto menos del oscuro etiquetado, a menudo ilegible, extraño al lector y con ocultación sistemática de datos que serían imprescindibles, como es el caso de la no aparición de si se han usado transgénicos en la producción de ese alimento concreto. Aquí hay una relacion de aditivos [www.e-aditivos.com](http://www.e-aditivos.com) .No me sirven dudosas campañas en tv, radio y prensa confirmando que no son dañinos. El Dr Gilles Seralini y el Dr Andres Carrasco probaron ampliamente que producen tumores en animales de laboratorio.

Por otra parte no creo que a los diferentes gobiernos les interese mucho ni poco la sanidad de los alimentos que consumimos; la prueba nos la da la aparición temporal de los diferentes escándalos que se han producido, el del aceite de colza hace casi 40 años, de las dioxinas en los pollos, de las bebidas gaseosas con problemas, de los pepinos en Alemania, etc. Más bien parecen interesados en tener a la población alimentada y callada para evitar conflictos sociales.

Aquí hay enlaces a algunas noticias que ilustran perfectamente lo que digo, y como podéis ver vienen de muy diferentes medios.

<http://www.elmundo.es/elmundosalud/2008/04/25/nutricion/1209150089.html>

<http://ecodiario.eleconomista.es/internacional-eAm-mexico/noticias/8552208/08/17/Los-7-mayores-escandalos-alimentarios-en-Europa.html>

<http://comunitelia.com/noticias/food-defense/crisis-alimentarias-en-espana-hasta-2015-0>

<https://actualidad.rt.com/actualidad/212760-escandalos-ingredientes-sorpresa-comida>

[http://www.eldiario.es/ultima-llamada/agroecologia-escandalos\\_alimentarios-alimentacion\\_6\\_675492452.html](http://www.eldiario.es/ultima-llamada/agroecologia-escandalos_alimentarios-alimentacion_6_675492452.html)

<http://www.abc.es/economia/industria-alimentaria/adulteraciones-alimenticias/>

[http://www.milenio.com/internacional/huevos-alimentos-contaminados-salud-contaminacion-insecticida-milenio-noticias\\_0\\_1011499074.html](http://www.milenio.com/internacional/huevos-alimentos-contaminados-salud-contaminacion-insecticida-milenio-noticias_0_1011499074.html)

Y por otra parte solo el 11% de los medicamentos son eficientes según el British Medical Journal. **Jose Antonio Campoy: "La medicina convencional es una pseudociencia"**

*"La medicina convencional no es una disciplina científica basada en la evidencia por mucho que los médicos al servicio de la gran industria farmacéutica lo repitan como un mantra ya que solo el 11% de los 3.000 protocolos que se utilizan en los hospitales y clínicas son claramente beneficiosos. Lo constató y publicó hace ya años –sin que nadie lo haya refutado– el British Medical Journal –órgano oficial de la Asociación Médica Británica– añadiendo que un 24% podrían ser “algo beneficiosos”. Y eso implica que la eficacia del 65% de lo que hacen los médicos no está avalada y no se justifica".* Así lo afirma el periodista español **Jose Antonio Campoy**, director de la revista *Discovery DSALUD* ([www.dsalud.com](http://www.dsalud.com)), en el *Editorial* del número de octubre.

### **Tenga o no razón,**

Todo lo que antecede junto a otras razones personales es lo que me decidió a cultivar mis propios alimentos.

Dedicado hace años a cultivarlos, un amigo me pidió que le explicara las técnicas adecuadas para hacerlo. En la propia búsqueda de cómo hacerlo, sin morir en el intento, busque fuentes que me las explicaran y en la presentación que sigue podéis encontrar algunas, seguramente no son las únicas pero creo que ofrecen un abanico de posibilidades para que quien se quiera acercar a este mundo encuentre su camino. Yo también encontré en la red de semillas de aragón unos buenos compañeros de viaje.

Al mismo tiempo he dedicado una parte a explicar por qué deberíamos hacerlo, con algunos videos y publicaciones en los que se encuentran razones más que suficientes para adentrarse en este mundo.

Importante el apartado dedicado a las plantas medicinales que no deberían faltar en ningún huerto y a las insustituibles abejas, sin cuyo trabajo de polinización simplemente no existiría la agricultura tal como la conocemos, y según los expertos la civilización desaparecerá el día que desaparezcan las abejas. Para intentar evitarlo las multinacionales de la alimentación se están preocupando de crear abejorros electrónicos que las sustituyan cuando falten, a confirmación de que sin su concurso la vida en la tierra puede tener los días contados.

<https://www.ecoagricultor.com/las-abejas-robot-de-monsanto-ya-estan-listas/>

En la práctica habitual uso una combinación de las técnicas que explico en la presentación. Suerte en vuestro progreso.



*CÓMO Y POR QUÉ*

*MANTENER UN HUERTO*

*ECOLÓGICO Y PLANTAS*



*MEDICINALES*





¿CÓMO?



# Diferentes modos de cultivar la tierra

1.- Tradicional. Uso de conocimientos ancestrales transmitidos de padres a hijos, luna, quemas, calendario de Mariano Castillo, cabañuelas o témporas (método de predicción del tiempo), etc.

2.- Convencional: viene de la revolución verde y trae el uso de químicos para teóricamente mejorar la fertilización, la producción y la lucha contra plagas.



# Diferentes modos de cultivar la tierra

3.- Ecológica: Tiene prohibido el uso de productos químicos de Síntesis. Es el cultivo con fertilizantes de procedencia animal. La lucha contra plagas, si es que las hay, se hace con decocción, maceración o fermentación de plantas tales como purines de consuelda, ortigas, cola de caballo, y leche disuelta.

<http://www.ecoagricultor.com/el-manejo-ecologico-de-plagas-y-enfermedades-en-el-huerto-ii/>

<http://www.ecoagricultor.com/estudios-sobre-los-efectos-en-la-salud-de-los-plaguicidas-utilizados-en-los-cultivos-transgenicos/>

<http://www.ecoagricultor.com/16-insecticidas-fungicidas-y-repelentes-ecologicos-para-las-plagas-del-huerto/>



# Diferentes modos de cultivar la tierra

4.- Permacultura: (Bill Molison) cultivo permanente, **no se necesita labrar ni fertilizar**, y no se debe pisar por encima.

Ejemplo: bancales en cretall, ideal para quien tiene el huerto lejos si instala riego por goteo.



# Diferentes modos de cultivar la tierra

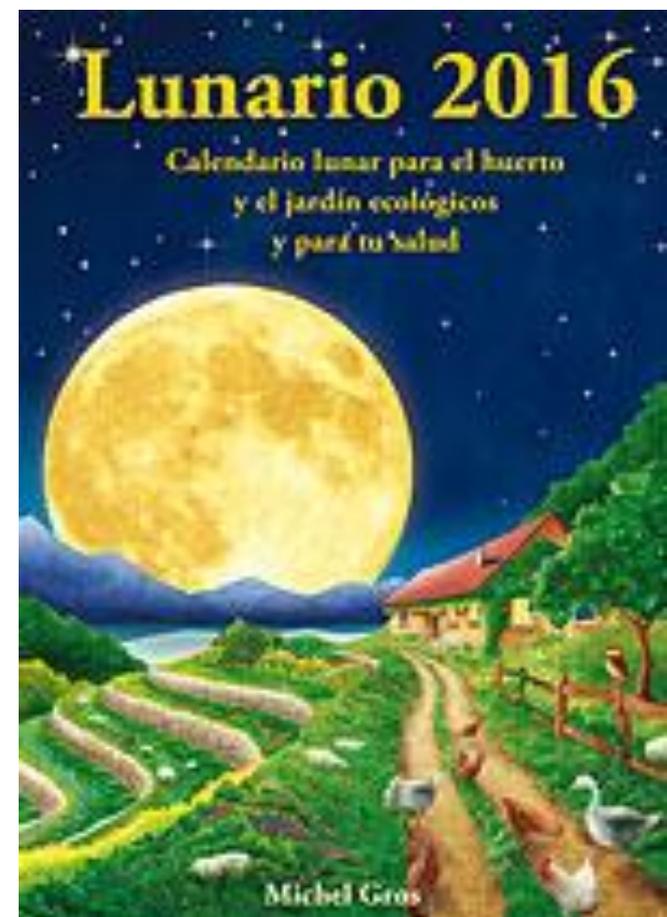
5.- Agricultura biodinámica: tiene en cuenta los ciclos de la luna, usa el calendario de Maria Thun, el lunario es muy proximo,

› El Calendario Lunar ofrece la información necesaria para conocer, comprender y aprovechar al máximo las influencias lunares, especialmente en las tareas de horticultura, jardinería y del campo en general.

› Su objetivo es hacer accesible un saber ancestral directamente utilizable en agricultura y también en medicina o en el hogar.

› Ello nos permite mejores resultados en nuestras actividades y también proceder a experimentar en base a estos conocimientos.

› También nos ayuda a colaborar con la naturaleza, ya que su aplicación es la base de los cultivos biológicos y biodinámicos, por lo cual repercute en la mejora del medio ambiente.





*Rudolf Steiner*: Tratado de agricultura (1924). Estudió el ensayo sobre la Metamorfosis de las plantas de Goethe, pej. el exceso de fertilizantes provoca excesivo crecimiento en detrimento de sabor y aromas.



*María Thun*: Científica que retomó los estudios de Steiner y cuya fundación sigue publicando su calendario biodinámico actualizado cada año.



*Enzo Nastati*: impulsor de la agricultura homeodinámica. Creó el Eureka Institute en Italia. Tiene a su espalda cuatro décadas de estudio de agricultura, principios de biodinámica y antroposofía basada en el trabajo de Rudolf Steiner, lo que le llevó a una investigación a fondo en muchos campos. Su especialidad es el desarrollo de preparaciones homeopáticas para fincas, basadas en la biodinámica explicada por Steiner. Consigue producciones sustancialmente mayores. Mejora la fertilidad de la tierra.



# JUNIO

14°53' E  
5 h 01



El Sol entra en la constelación de Géminis el día 20.

El Sol entra en el signo de Cáncer el día 21 a las 0.35 h: solsticio de verano.



Trasplantar en luna descendente, teniendo en cuenta la constelación; p. ej., los puerros en una fecha "hojas", como el 8, 9, 18 ó 19.

Recoger cola de caballo durante la luna ascendente en una fecha "raíces", p. ej., el 4, 23 ó 24, para secar y utilizar posteriormente (ver pág. 30).

En el ritmo diario es mejor evitar trabajar la tierra durante las horas fuertes del Sol, entre las 12 y las 15 h hora solar, especialmente en los meses de más calor.

Algunas plantas invasoras, como ambrosía, helecho y fallopia japónica, se debilitarán y desaparecerán más rápidamente si se cortan o arrancan el día 3°, el 5 o el 26 por la mañana.

Heno: consultar la pág. 34.

Cereales: consultar la pág. 35.

Para que el césped crezca lentamente es aconsejable cortarlo en una fecha "flores", o como mucho "raíces", en luna descendente, p. ej., el 6°, 7°, 12, 13, 14, 15, 16, 16°, 17° y 25 (ver pág. 43).

<b>Práctica</b>	<b>Ritmo de la luna</b>
<b>Siembra</b>	<p>48 horas antes de Luna Llena</p> <p>Durante el periodo ascendente</p> <p>Flores con Luna ante Acuario o Géminis</p> <p>Hojas con Luna ante Piscis</p> <p>Frutos con Luna ante Sagitario o Aries</p> <p>Raíces con Luna ante Capricornio o Tauro</p>
<b>Elaboración de Compost</b>	Durante período descendente
<b>Aplicación de Compost</b>	Durante periodo descendente
<b>Laboreo del Suelo</b>	Durante periodo descendente
<b>Trasplante</b>	Durante periodo descendente
<b>Recolección</b>	<p>Fase ascendente y Luna ante Géminis o Acuario.</p> <p>Esto mejora su capacidad de almacenaje (frutas, verduras, heno, ensilado).</p> <p>Evitar recolectar en Luna Llena, y en días de hoja (particularmente ante Piscis), pues los cultivos tendrán mucha agua para almacenarse bien.</p> <p>Las semillas o los granos, mejor con Luna ante Leo.</p> <p>Las raíces y las patatas mejor en período descendente y ante un signo de Tierra, como Virgo.</p>
<b>Aplicación de abonos líquidos</b>	Poco antes de la Luna Llena y por la tarde.
<b>Control de hongos</b>	El período más crítico es durante la Luna Llena, particularmente en tiempo cálido. Por lo que debe aplicarse de primavera a otoño la decocción de Cola de Caballo en los días previos y durante la Luna Llena.
<b>Poda</b>	<p>Árboles y arbustos durante Luna descendente.</p> <p>Mejor con Luna ante constelaciones de calor como Leo o Sagitario.</p> <p>Arbustos de flores y rosas en Luna descendente.</p> <p>Mejor ante constelaciones de aire-luz, como Libra.</p>

**Cuadro IV.-** Resumen de prácticas agrarias recomendadas de acuerdo sólo a los ritmos sinódico, de ascenso y descenso y sidereal de la Luna (tomado y modificado de Proctor, 2006).

# Diferentes modos de cultivar la tierra

6.- AG. Sinérgica: simbiosis entre la permacultura y la biodinámica.



# Preparar la Tierra

Tener en cuenta si se va a poner riego por goteo o riego a manta, levantar la tierra, abonar, rotovalor, hacer caballones o bancales.

Planear lo que queremos cultivar, ver ciclos y productos del año. Tener en cuenta rotaciones, descansos y labores de mantenimiento y preparación. Abono, etc

Orientación de los bancales, N-S.



Una vez hechos se procede a plantar, normalmente 30-40 cm entre plantas de hoja o fruto, 1 m. para melones y calabazas, 10-15 cm para cebollas y ajos. Acolchar. Cada uno según su experiencia.

# RSA-Red de Semillas de Aragón

necesidad de la recuperación, reproducción y conservación de las variedades locales.

RSA <https://redaragon.wordpress.com/>  
y en facebook



# Aromáticas y medicinales

Necesarias para atraer insectos polinizadores y cuidar y mantener nuestra salud. Como tenerlas?

<http://www.plantassaludables.es/> aquí hay consejos





# ABEJAS



La polinización de las flores es vital para nuestra alimentación y para la biodiversidad, pero las abejas, unas de las principales encargadas de esta misión, están desapareciendo. Entre otros factores, mueren por la agricultura industrial y su uso de plaguicidas tóxicos. Es urgente, por lo tanto, cambiar el modelo de la agricultura industrial por una agricultura ecológica.





## TIPOS DE PLANTAS SEGÚN POLINIZACION

- Las hay AUTOGAMAS que son fecundadas por sus propias flores. Año tras año se reproducen fielmente.
- Algunos ejemplos son las solanáceas, **tomate, pimiento, berenjena, patata**, los cereales, excepto **centeno y maiz** y las leguminosas de grano: **guisantes, habas, judias**, etc
- Y las hay ALOGAMAS (mas del 90% lo son) son aquellas en las que el polen y el ovulo deben proceder de plantas distintas para poder ser fecundadas correctamente y aunque muchas tengan flores unisexuadas la otras son hermafroditas, asi que para guardar semillas hay que guardarlas de diferentes plantas. Ej, **kiwi, aguacate, cerezo, peral manzano, ciruelo, olivo, viña, maiz y centeno, leguminosas forrajeras como la alfalfa, también las apiáceas, brasicáceas, cucurbitáceas,(coles, melones, sandias, pepino, calabazas etc** Para estas son necesarios los insectos **himenópteros** o aves polinizadores como las **abejas,**
- **sirfidos, moscardones, mariposas, mariquitas** etc o el viento (**anemófilas**, los transgénicos en el maiz pej)





# ¿COMEMOS LO QUE QUEREMOS?

- Conocéis los melones de invierno?
- El pimiento blanco?
- Las peras ceremeñas?
- El tomate de colgar?
- El bombilla?
- El reina belleza?
- El feo Tudela?
- Los perones de invierno?
- Las manzanas verde doncella?



Perdimos la soberanía alimentaria y comemos lo que ellos quieren.

AHSA - Aragón hacia la Soberanía Alimentaria

¡QUIEN NO TIENE SEMILLAS,  
LAS CULTIVA Y LAS  
REPRODUCE  
NO ES DUEÑO DE SU FUTURO!

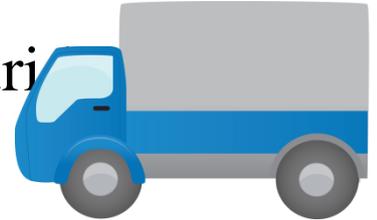


# ¿POR QUÉ?



# Conciencia medioambiental

- Alimentos kilométricos Vs alimentos locales
- Propiedades y características organolépticas facilidad y seguridad obtención
- Transporte
- Cultivo de alimentos lejanos con uso de pesticidas, sin el principio de seguridad en UE ni normativas y la contaminación local.



DAVOS 2017.- 5 mayores riesgos en términos de posibilidad

- Eventos climáticos extremos
- Migración involuntaria a gran escala
- Desastres naturales causados por el hombre
- Ataques terroristas a gran escala
- Ciberterrorismo o ciberguerra

➤ Estudio Universidades de Vigo y Sevilla

**Alimentos Kilométricos** o la insustentabilidad del sistema alimentario. 11/06/2013



➤ Contaminación por el Co2 del transporte

➤ Alimentos convencionales vs ecológicos.

Contaminación por:

1.- Producción 1800 kg de Co2 por familia

2.- Por transporte: 35% más

Siguen varios videos documentales que podeis buscar en internet.

➤ José Esquinas (FAO): “Alimentar al Mundo. Cuidar el Planeta. Hacia una Gobernanza Mundial”

➤ Gasto en sanidad, documental Food Inc.: Alimentos S. (verdad sobre las fabricas de alimentos)



➤ Contaminación acuíferos por químicos usados

➤ Gastos en Salud. Caso de Dinamarca.



➤ Mejores cualidades nutricionales de alimentos ecológicos vs los de cultivo convencional (M<sup>a</sup> Dolores Raigón). Semana sin transgénicos. Video en youtube interesantísimo

➤ Tóxicos cotidianos ignorados, Nicolás Olea Serrano.

Disruptores endocrinos.

➤ <http://www.neopeseta.es/2014/05/documental-la-autopista-de-la.html>. documental autopista de la alimentacion. Con luz continua plantas crecen 1cm diario

➤ Transgénicos: Documental: “El Mundo según Monsanto”

➤ Gilles Seralini: científico francés que estudia los transgénicos:

La verdad de los experimentos de Monsanto



**FAO 3x1**, por cada euro gastado en alimento convencional pagamos otro para medio ambiente, si les hacemos pagar la contaminación se acaban y otro para hospitales en gasto de salud, Suecia y Dinamarca han quitado dinero de hospitales para dedicarlo a la promoción de la AEcológica. Por algo será.

Son menos nutritivos por viejos y no sabemos como han sido cultivados

**desperdicio** alimentario, 30% a 50%. **Acaparamiento** de tierras, controlan la tierra y los alimentos echando a las poblaciones autóctonas y provocando emigraciones. Es uno de los **peligros señalados por el WEF. Foro Economico Mundial en Davos 2017**

**Semillas.** Las grandes compañías las modifican, las patentan, y las hacen terminator para que tengamos que comprarles la semilla cada año.

Las leyes van prohibiendo su comercio, ahora solo se permite a pequeños jardineros. Poco a poco irán desapareciendo y ellos tendrán el control de las semillas y por tanto de la alimentación. De aquí la importancia de las Redes de semillas locales. **RSA en aragon.**

Lectura recomendada. Lorenzo Mediano **El secreto de la Diosa.** 2003

**Químicos autorizados y disruptores endocrinos:** en EU se usa el principio de precaución para autorizar químicos, pero no se llega a controlarlos todos, han ido apareciendo aquellos que **modifican las hormonas** y el efecto de desaparición de caracoles, ranas, abejas y fauna auxiliar, además de provocar el **cambio de sexo** que es lo que lleva a la **desaparición de las especies**. Rachel Carson: Primavera silenciosa, Nuestro Futuro Robado de Theo Colborn. Ftalatos, PFOA, Lindano, Clorpirifos, biocidas, TBT, bisfenoles, parabenos, estudios de fertilidad en Canada 84-99 1x1, 1x2 chico/chica y en Francia y otras universidades, autismo, cancer, obesidad, diabetes, etc, etc, etc

**HEAL, (health & environmental Alliance) y la Fundación Alborada** tienen listas y luchan contra ellos

*Who controls the food supply  
controls the people;*

*who controls the energy  
can control whole continents;*

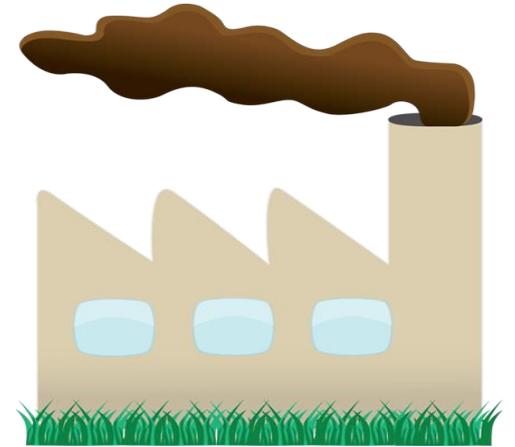
*who controls the money  
can control the world.*

"Controla los alimentos y controlarás a la gente.  
Controla el petróleo y controlarás a las naciones.  
Controla el dinero y controlarás el mundo." - Henry Kissinger, 1973

thrivemovement.com

RIJ PATTEL- Obesos y famelicos  
Premisas de Cecil John Rhodes ya en 1895

- 1) Los pobres son muchos y crecen en numero
- 2) No hay comida suficiente para alimentarlos a todos
- 3) Si no hay comida suficiente para todos van a padecer hambre
- 4) Si padecen hambre habrá guerras civiles
- 5) Otros países tienen comida suficiente para alimentarlos



Así nacieron primero el GATT y luego la OMC sobre aranceles, producciones, esquilmación, base para la fracasada biotecnología, desaparición de variedades locales, etc.

Perfecto, sino fuera porque no se previo ni se paga la contaminación por el transporte, el cambio climático, la explotación de poblaciones, los problemas de salud y demás,

A esto el mundo anglosajón lo llama Seguridad Alimentaria.

Nosotros llamamos SA a la seguridad sanitaria de los mismos, por esta preocupación nació la AECOSAN Y por esto mismo en las facultades de veterinaria se estudia la manera de reducir los residuos químicos en los alimentos que serian culpables de tantas enfermedades.

Disruptores endocrinos por ej.

## Costes en UE por sanidad

- Dieta insana, corazón, diabetes, cáncer 160.000 Millones €
- Por resistencia antibióticos 30.000-50.000
- victimas/año en 2014. En 2050 será la primera causa de muerte.
- Día perdido por tabaco/alcohol 5 días por dieta insana
- Día perdido por drogas 11 días “ “
- Por alimentación insana 50% enfermedades corazón
- 45% casos diabetes
- 30/40% cáncer estómago y colon
- Por 1 víctima de trafico 80 por dieta insana
- Por 1 víctima infecciones o parásitos 15 dieta insana
- Tabaquismo aumento coste sanitario 20%
- Obesidad 8% del total aumento coste sanitario 50%
- Esperanz de vida BCN barrio pobre 11 años menos que barrio rico
- Esp. Vida 2016 en Glasgow:bar.pobre 54 barrio rico 80 años
- Fuente: VSF veterinarios sin fronteras. Viaje al centro de la alimentación que nos enferma. Libro descargable internet vsf.es

# El impacto de los agrotóxicos

1. Un informe de la relatora especial sobre el Derecho a la Alimentación de la ONU, **Hilal Elver**, responsabiliza a los **agrotóxicos** por la muerte de **200 mil personas al año** y cuestiona la idea de que sin ellos no es posible alimentar.

“Hemos llegado a un punto de inflexión en la agricultura. El modelo agrícola dominante resulta sumamente problemático, no solo por el **daño que causan los plaguicidas**, sino también por los efectos de estos en el **cambio climático, la pérdida de diversidad biológica** y la incapacidad para asegurar una soberanía alimentaria”, **afirmó** el mayor organismo de **Naciones Unidas (ONU)** referido al derecho a la alimentación.

“Report of the Special Rapporteur on the right to food “ ver pags 4-9, 16, 19, 21,22  
De 24 de Enero de 2017

2. **El parlamento europeo**, tras revisar varios estudios epidemiológicos,, que muestran los efectos perjudiciales de algunos **plaguicidas sobre el desarrollo cognitivo de los niños** ha llegado a la conclusión de que “estos **riesgos se pueden evitar con los alimentos ecológicos**, especialmente durante el embarazo y la lactancia, así como **evitando el uso de pesticidas en agricultura**”. Se reconoce así que hay una solución.

Lo reconoce en el informe “Human health implications of organic food and organic agriculture” de Dic 2016



Un agricultor puede usar venenos para matar insectos, usar más venenos para matar las hierbas y luego agregar aún más a los alimentos que comemos y **no se le exige ninguna etiqueta que nos advierta de estas prácticas.**

En cambio, un agricultor que cultiva sin agrotóxicos, debe cumplir con rigurosas exigencias y pagar grandes sumas de dinero para usar ésta etiqueta y así probar que sus alimentos están libres de sustancias nocivas.



**Así es como funciona el mundo al revés.**

Enlace al comité de agricultura ecológica de aragón, aquí podeis encontrar toda la normativa sobre uso y prohibición de químicos de síntesis, y el establecimiento de parcelas en ecologico

<http://www.caaearagon.com/>