

# EL HUERTO FAMILIAR BIOLÓGICO

31 DE MAYO y 1 JUNIO DE 2008

---

## PRESENTACIÓN

Día a día nos damos cuenta de la importancia de consumir alimentos frescos, sanos y ecológicos. Continuas investigaciones en todo el planeta dejan claro, por un lado, los beneficios de una alimentación sana y equilibrada, con abundancia de verduras y frutas frescas, y, por otro lado, advierten de los serios peligros para la salud, a corto y largo plazo, de la presencia en los alimentos de restos de plaguicidas y de infinidad de sustancias tóxicas que se han ido añadiendo en los procesos de producción, transformación o comercialización.



Escándalos como el de las vacas locas o los pollos con dioxinas son sólo la punta del iceberg de una industria agroalimentaria centrada en la obtención de los máximos beneficios al mínimo coste y basada en la mecanización de todos los procesos productivos y el uso y abuso de abonos químicos, herbicidas y plaguicidas, que fuerzan a la naturaleza a producir más allá de unos límites que permitirían mantener un mínimo equilibrio biológico y ecológico del entorno. A la negra marea de residuos tóxicos, cancerígenos o alteradores hormonales, con desastrosos efectos sobre la salud de los consumidores (y de los agricultores), se está añadiendo una larga lista de plantas modificadas genéticamente (OGM), con las que se promete aumentar la producción mundial de alimentos (aunque las experiencias de cultivos a gran escala demuestran que no es así), pero de las que se ignora por completo las posibles repercusiones negativas en cuanto a desequilibrios ecológicos y más aún en lo referente a la salud de los consumidores de tales productos.

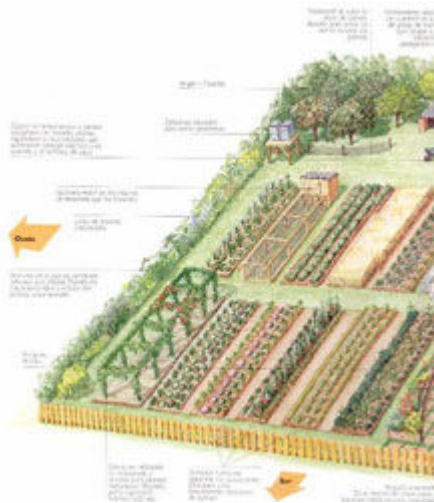
Escándalos como el de las vacas locas o los pollos con dioxinas son sólo la punta del iceberg de una industria agroalimentaria centrada en la obtención de los máximos beneficios al mínimo coste y basada en la mecanización de todos los procesos productivos y el uso y abuso de abonos químicos, herbicidas y plaguicidas, que fuerzan a la naturaleza a producir más allá de unos límites que permitirían mantener un mínimo equilibrio biológico y ecológico del entorno. A la negra marea de residuos tóxicos, cancerígenos o alteradores hormonales, con desastrosos efectos sobre la salud de los consumidores (y de los agricultores), se está añadiendo una larga lista de plantas modificadas genéticamente (OGM), con las que se promete aumentar la producción mundial de alimentos (aunque las experiencias de cultivos a gran escala demuestran que no es así), pero de las que se ignora por completo las posibles repercusiones negativas en cuanto a desequilibrios ecológicos y más aún en lo referente a la salud de los consumidores de tales productos.

Todo ello nos lleva a plantearnos la necesidad de consumir alimentos con garantía de producción ecológica, si realmente estamos preocupados por nuestra salud, la de nuestros hijos y la del planeta en su conjunto.

Se puede alegar que consumir productos biológicos o ecológicos resulta caro y no está al alcance de todos los bolsillos, pero hay que tener presente que los alimentos de producción convencional consiguen mantener precios bajos a base de mecanizar e industrializar los procesos de producción y, sobre todo, forzar las plantas cultivadas con infinidad de agroquímicos.

Valga de ejemplo una simple y cotidiana lechuga, tan familiar en la mayor parte de las mesas. Su producción con métodos naturales (sin forzar) suele conllevar que tal lechuga permanezca un mínimo de dos o tres meses en la tierra (absorbiendo nutrientes vitales y realizando fotosíntesis a partir de la radiación solar), mientras que su homóloga de cultivo químico estará en la tienda a los 50 días, como máximo, gracias a un desarrollo acelerado forzado con nitratos, agua y fitohormonas de aceleración del crecimiento vegetal. Los desequilibrios ecológicos y biológicos a los que se ven sometidas las pobres lechugas (y el resto de cultivos) se traducirán en una gran propensión a padecer toda clase de plagas y enfermedades, que serán controladas con plaguicidas químicos, parte de los cuales permanecerán como residuos en la planta al ser cosechada y en el momento de consumirla. La competencia de las llamadas malas hierbas se controlará básicamente a base de herbicidas, de los que tanto se está abusando que sus residuos empiezan a detectarse en las capas freáticas subterráneas e incluso en el agua potable de la mayoría de zonas agrícolas.

Por todo ello, el mayor precio de los productos ecológicos está más que justificado, pero cuando la precaria economía familiar no nos permite acceder a ellos nos queda el plantearnos su cultivo en función de nuestras posibilidades.



Muchos pensarán que esto es difícil o imposible, pero lo cierto es que, cuando se desea y se dispone de un espacio, por pequeño que sea, de algunos ratitos al día o a la semana y de un mínimo de información básica, resulta algo tan sencillo como gratificante, e incluso terapéutico, ya que, además de producir alimentos sanos y ecológicos, las labores en el huerto o en el balcón comestible suponen un acercamiento y un contacto directo con la vida y la naturaleza, al tiempo que realizamos el ejercicio indispensable para mantenernos sanos y en buena forma.

En la práctica, un huerto familiar no requiere ni demasiado tiempo ni demasiado esfuerzo, aunque sí exige un mínimo de ganas de trabajar y cierta sensibilidad hacia la naturaleza.

## PROGRAMA

---

### SÁBADO

#### 10:00-12:00

- El huerto familiar ecológico, un excelente recurso, fuente de salud y producción de alimentos sanos.
- Requisitos básicos para la realización y mantenimiento de un huerto familiar ecológico. Posibilidades y limitaciones.

#### 12:00-14:00

- Planificación de huerto - diseño y distribución de los espacios
- La tierra ideal del huerto y su adecuación.
- Herramientas básicas y su manejo.

**14:00-16:00** Comida (hay un restaurante cerca con carta amplia y todo tipo de precios)

#### 16:00-18:00

- Laboreo y acondicionamiento de la tierra.
- Realización de diferentes bancales de cultivo.

#### 18:15-20:00

- Posibilidades de cultivo: hortalizas, frutales, plantas condimentarias y medicinales...
- Cultivos asociados y rotaciones.

### DOMINGO

#### 10:00-12:00

- La fertilidad de la tierra de cultivo, materia orgánica y compost.
- Prácticas de compostaje y abonado.
- Prácticas de siembra y trasplante en semilleros y bancales.
- Acolchados, protección y mantenimiento del huerto y de los cultivos.

#### 12:15-14:15

- Técnicas de riego e instalación de sistema de riego localizado -goteo-con programador de riego.
- Los eventuales problemas (enfermedades, parásitos, hierbas adventicias:..), métodos de prevención y control.
- El huerto a través de las estaciones: calendarios de cultivo e influencias cósmicas en el desarrollo vegetal.

## DATOS DEL PROFESOR

Mariano Bueno: Formador y divulgador experto en agricultura biológica, geobiología y bioconstrucción. Autor de los libros "El huerto familiar ecológico" y "Como hacer un buen compost".

## LUGAR DE CELEBRACIÓN

El curso tendrá lugar en Can Cadena, masia del ayuntamiento de Barcelona situada en la calle Menorca 21 (esquina calle Agricultura). Acceso metro línea 2, estación Sant Martí, salida calle Agricultura.

## INSCRIPCIÓN

**Forma:** A través de la web [www.formacionvidasana.org](http://www.formacionvidasana.org); email: [marga.roldán@formacionvidasana.org](mailto:marga.roldán@formacionvidasana.org) o por teléfono (972158118).

**Precio:** 200 €

Descuentos	Formación presencial
Socios Asociación Vida Sana o GEA	10%
Personas en paro	10%
Estudiantes	10%
Agricultores ecológicos	10%
Miembros de una misma unidad familiar (a partir 2º miembro)	50%
Matrícula a 2 cursos	10%
Matrícula a 3 cursos	20%
Matrícula a más de 3 cursos	30%

Los descuentos no son acumulables. Se aplicará el más favorable.

**Forma de pago:** Transferencia bancaria a la cuenta de La Caixa, indicando nombre del alumno y curso en el que se desea matricular

**2100-0805-81-0200645365**

COLABORA:

