

Proyecto Ecológico Andahuerto

Nº 38 septiembre 2018



BOLETÍN DE HUERTOS SOCIALES Y EDUCATIVOS

- 02 ▶ Seis claves esenciales del III Congreso Estatal de Huertos Ecológicos Urbanos y Periurbanos
- 04 ▶ Obesidad infantil: la epidemia del futuro
- 05 ▶ Huerto del mes: huerto ecológico educativo de la Granja Escuela Cuna (Sevilla)
- 07 ▶ Reseñas de Actualidad
- 07 ▶ Documento del mes: Recetas con cabeza y corazón

Seis claves esenciales del III Congreso Estatal de Huertos Ecológicos Urbanos y Periurbanos

Los huertos urbanos continúan siendo un valioso lugar donde conservar la biodiversidad cultivada. Para poder seguir expandiendo aún más este pensamiento, el pasado 18 y 19 de junio volvió a tener lugar, en su tercera edición, el Congreso Estatal de Huertos Ecológicos Urbanos y Periurbanos en el Centro Cultural de La Beneficencia en Valencia.

Al evento asistieron un centenar de personas que compartieron experiencias relacionadas con los huertos urbanos, la soberanía alimentaria, el cambio climático, la economía local y del bien común, los huertos como herramientas socioeducativas, espacios terapéuticos o, incluso, como proyectos comunitarios de barrio.



1. Situación de los huertos urbanos y periurbanos

Los huertos urbanos y periurbanos tienen carácter multifuncional y su configuración viene vinculada a los recursos económicos y las necesidades de cada área. Normalmente, este tipo de agricultura urbana suele surgir debido a crisis alimentarias, pero en los países con más recursos económicos como los europeos, suelen ser utilizados con carácter recreativo, educativo, social, etc... Por otro lado, también pueden surgir debido a crisis ambientales o de calidad alimentaria.

Los resultados recogidos durante los últimos años en España muestran un claro crecimiento del número de huertos y de la superficie total ocupada por los mismos, predominando su uso en Andalucía debido a la gran superficie disponible y, también, en la Comunidad Valenciana por su cultura tradicional agrícola.

2. Funcionalidad de los huertos urbanos

Existe una gran diversidad de funcionalidades y de disciplinas que aplicar a los huertos ecológicos urbanos y periurbanos. Desde la dinamización local agroecológica para construir soberanía alimentaria, la educación en valores, trabajar contenidos curriculares, procedimentales, actitudinales y divulgativos, las relaciones vecinales cercanas, la autogestión y el trabajo colaborativo, la reivindicación y movilización ciudadana para la recuperación de espacios urbanos degradados, promover la biodiversidad mediante flores comestibles, así como desde las instituciones promover y apoyar mediante recursos técnicos, divulgativos y financieros la creación de estas alternativas y con todo ello transitar hacia ciudades más resilientes medioambiental y socialmente.

3. Soberanía Alimentaria y Cambio Climático

Los huertos ecológicos urbanos y periurbanos brindan una ocasión muy valiosa para la conservación “*in situ*” de la biodiversidad cultivada. Las variedades locales suponen una riqueza cultural, social, y una ligazón al territorio, teniendo muchas de estas variedades dificultad de comercialización y riesgo de desaparición.

Las estimaciones indirectas del impacto de los huertos urbanos en cambio climático indican que el ahorro anual per cápita es de 136 kg CO₂.

4. Beneficios Terapéuticos de los Huertos

El contacto con la naturaleza de colectivos de personas con diversidad funcional entre los que se incluyen personas con patología mental, discapacidad intelectual o de senectud, mejora su estado de bienestar en general. En el caso concreto del trabajo en los huertos terapéuticos se observa mejora de su salud física, autonomía personal, autoestima, disminuyen los estados depresivos y la ansiedad, favorece la inclusión social y la socialización, además de dar formación a colectivos con necesidades de integración en el ámbito laboral.

5. Huertos como herramienta socioeducativa

En el Congreso se mostraron experiencias de amplio desarrollo de actividad con escolares y en formación del profesorado, sin el cual no se puede desarrollar esta comunidad de huertos dentro del diseño curricular. Y es que, los huertos escolares pueden apoyar la transversalidad educativa y dotar de herramientas a la comunidad docente, además de fomentar el aprendizaje cooperativo y experimental en el que se lleva el huerto al aula y el aula al huerto. Asimismo, en este aprendizaje también se pueden integrar valores y actitudes de solidaridad y buena gestión de los recursos compartidos.

6. Huertos Socioculturales

En muchos municipios, cada vez es más frecuente el cambio de uso de espacios históricos con la consiguiente recuperación de edificios emblemáticos con proyectos de autogestión y recuperación de saberes y soberanía alimentaria. Además, entre los proyectos de integración destacan los dirigidos a escolares en huertos o las actividades de personas inmigrantes con su integración en la comunidad municipal y la introducción de nuevas especies vegetales y remedios de otros países.

Fuente: [SEAE](#)

Obesidad infantil: la epidemia del futuro

Cada vez son más las personas menores de edad que sufren obesidad. La falta de ejercicio físico y de una dieta saludable y equilibrada, son los principales factores para que se comience desde edad temprana a sobrepasar el peso indicado para dicha edad.

Una de las soluciones propuestas por la Junta de Andalucía, atendiendo a las exigencias del Ministerio de Sanidad, Consumo y Bienestar Social, es el establecimiento de menús escolares equilibrados y personalizados. Con estos menús, se ofrecerían alimentos ecológicos regulados desde la Unión Europea y sujetos al régimen de control que expide una certificación. Además, los alimentos estarían adaptados a las diversas alergias que pudiera tener la juventud y, así, poder disfrutar de una comida sana y variada.

Una correcta alimentación durante la infancia y la adolescencia es esencial para el desarrollo de su crecimiento. En estas edades es más fácil que una alimentación equilibrada pueda verse afectada por el consumo, fuera de los horarios establecidos, de alimentos altos en grasa y azúcares. El consumo de estos alimentos, junto con la falta de ejercicio físico diaria, puede provocar una sobrecarga alimenticia que se traducirá en una posible obesidad.

La obesidad se asocia con una mayor prevalencia de diversos factores de riesgo de enfermedad, como pre-diabetes, diabetes tipo 2, hipertensión, síndrome metabólico, peor situación antioxidante, o incluso trastornos del sueño. Una actividad física y una alimentación equilibrada es esencial durante el proceso de desarrollo físico de una persona.

Para evitar una epidemia de obesidad en el futuro, el Consejo de Gobierno de la Junta de Andalucía aprobó el pasado 9 de enero un proyecto de ley para la Promoción de una Vida Saludable y una Alimentación Equilibrada. En ella, se exige, entre otras cosas, disponer de menús saludables y de diferentes tamaños en los establecimientos, favorecer el agua potable en centros educativos y lugares públicos para evitar la compra de bebidas azucaradas y ofrecer información continuada sobre dietas equilibradas y prevención de sobrepeso para toda la ciudadanía.

Fuente: [La Opinión de Málaga](#)



Huerto del mes: huerto ecológico educativo de la Granja Escuela Cuna (Sevilla)

La Granja Escuela Cuna, situada en la localidad de Espartinas (Sevilla) lleva más de 25 años impartiendo programas de educación ambiental a la infancia. Su huerta es de cultivo ecológico y está avalada desde sus comienzos por el Servicio de Certificación CAAE.

El equipo pedagógico de Cuna elabora los diferentes proyectos educativos adaptándolos a los intereses y conocimientos previos de cada grupo y como apoyo a los diseños curriculares de cada centro. Entrevistamos en este número a la directora de la Granja Escuela Cuna, Sara Navarro.

¿Desde cuándo contáis con un huerto ecológico en la Granja?

Hace 30 años que se empezó con la agricultura ecológica en la granja. Agricultura pura y dura en temas de cosecha más selecta, como tomates cherry, perejil rizado, etc... que vendíamos a algunos restaurantes y en MercaMadrid. En un momento dado, viendo que el futuro era la infancia, nace la escuela para concienciar a las personas más jóvenes, que son el futuro que va a consumir, es decir, con la educación ambiental educamos al futuro consumidor para que se pueda optar por estos productos o tener un huerto propio en casa. Con los años hemos seguido sumando aportaciones, aunque la huerta sigue siendo una de las estrellas junto a los animales.

¿Cómo es el huerto?

Es bastante grande. Ahora, en el cultivo de verano, tenemos tomates, garbanzos, pimientos, berenjenas, calabazas, calabacines, girasol y plantas aromáticas, las cuales se colocan estratégicamente para que haya insectos y equilibren la cosecha. Por este motivo, también contamos con un hotel de insectos. Como algo innovador, gracias a la ayuda de la Universidad de Sevilla y la ONG, Verdes del Sur, contamos con la Aquaponia, que es cuando los peces conviven con las plantas, desechan y las plantas lo aprovechan y limpian el agua. En este terreno tenemos plantadas las lechugas, garbanzos y fresas.

¿La cosecha de la huerta ecológica es para consumo propio?

La huerta es para los niños y niñas, para consumir en los desayunos, comidas y meriendas. Con la recogida de las frutas podemos crear nuestro propio taller de desayuno saludable, para enseñarles a comer de forma sostenible y totalmente sana. Además, el profesorado también come con la ensalada de la huerta. Solamente trabajamos con la aceituna, la cual mandamos a Cataluña para su uso comercial en ecológico.

¿Qué actividades vivís en torno a la huerta?

Hacemos talleres de desayuno saludable, la Granja de las emociones, paseos con los cinco sentidos para que aprendan con la naturaleza etc... todo tipo de juegos que ayuden a vivir en la naturaleza, como hacer limonada, comer una naranja debajo del árbol, coger pimientos, probar las habas o guisantes, llamadas "caramelos". Actividades que les ayuden a conectarse con lo natural.

¿Qué papel tiene el huerto ecológico en esas actividades?

Con el huerto ecológico aprenden a cuidar, a darle importancia, saber cuáles son las funciones de las cosas. Por ejemplo, en los huertos que son ecológicos no hay productos químicos de síntesis, por lo que hay muchos insectos y aprenden las funciones de cada uno y cómo interaccionan entre ellos. Además, se les enseña cómo la naturaleza es sabia y por ello, hay fruta y verdura de temporada, ya que en ese momento, es lo que necesita tu cuerpo.

¿Qué le explicáis? ¿qué valores intentáis transmitirles?

El respeto a la naturaleza, la convivencia, cómo experimentar las emociones que transmite la naturaleza. Para esto último, tenemos el proyecto granja de las emociones, que intenta explicar las emociones que despierta la naturaleza, la huerta, ya sean desagradables o agradables, el hecho es descubrir lo que les rodea.



¿Cómo interiorizan esos valores?

Prueban, huelen y tocan. Aprenden rápidamente de esta forma. Por eso tenemos los días de aula al aire libre. Las emociones llevadas por los sentidos, les ayudan a aprender más rápido que en un mes de clase. No se les quedan estos conocimientos hasta que no lo perciben con los sentidos. Además, con los campamentos de verano, colaboran con actividades, cuidan el huerto, reconocen las verduras, las legumbres, las frutas, siembran, riegan, recolectan, desgranar garbanzos. Viven todo el proceso.

Hace tiempo realizásteis una visita a la Hacienda de Quinto con el proyecto Andalhuerto para ver las diferentes técnicas que usan en su huerto ¿habéis implementando alguna en vuestro huerto ecológico?

En la visita nos mostraron los huertos de ojo de cerradura, el hotel de los insectos y el goteo por exudación, que es la única técnica de las anteriores nombradas que nos queda por poner, la cual consiste en poner cintas por debajo de la tierra y, éstas, riegan más o menos. También, vimos el acolchado, que consiste en echar paja por encima de la tierra para aguantar la humedad de ésta, entre otras cosas. Además, otra técnica que nos llamó la atención y que usamos, es plantar los tomates en un hoyo en forma de embudo, dejando la raíz más profunda para que aproveche el agua de las capas más hondas y, que así, necesite menos agua, y después, echar paja. Por otro lado, también nos mostraron los cambios de cultivo entre los bancales, que consiste en ir rotando las cosechas.



Reseñas de Actualidad

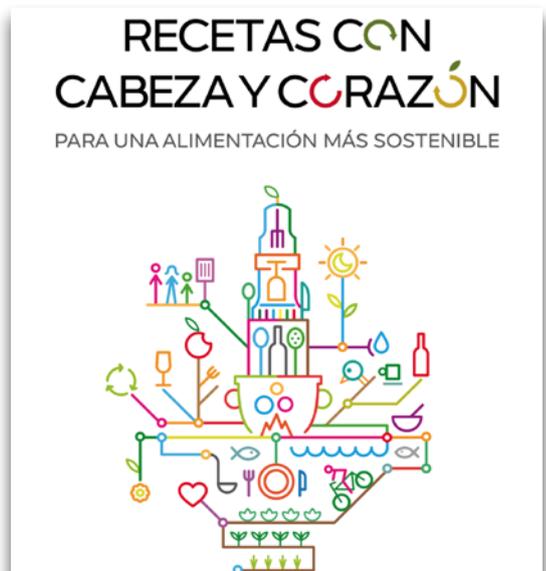
- ▶ 10 restaurantes españoles que [cultivan su propio huerto](#).
- ▶ Consejos para [montar un huerto en el balcón](#).
- ▶ Primera empresa española de insumos ecológicos con productos certificados bajo la [nueva normativa UNE](#).
- ▶ Alimentos ecológicos: [nuevas normas](#) para garantizar calidad y apoyar al sector.



Documento del mes: Recetas con cabeza y corazón

[Recetas con Cabeza y Corazón para una alimentación más sostenible](#) es una guía gastronómica editada por el Ayuntamiento de Córdoba a partir del concurso “Cocinamos BIEN”, el cual tenía como objetivo principal hacer recetas más sostenibles.

En la guía se pueden encontrar 28 recetas para comer “con cabeza y corazón” todos los productos de temporada y kilómetro cero. Este recetario de gastronomía sostenible pretende favorecer la economía social, los productos locales y acabar con las emisiones de gases de efecto invernadero que provocan el cambio climático. Para ello, da una serie de consejos que garantizan el uso sostenible de alimentos e instrumentos.



Este boletín no se entendería sin la colaboración de las personas implicadas en torno a los huertos sociales y educativos, por lo que si tienes alguna información que consideres de interés para el mismo, como noticias, eventos o reseñas sobre huertos existentes, o si deseas suscribirte a este boletín, puedes dirigirte a: agriculturaecologica.agapa@juntadeandalucia.es