PRODUCTES ECOLÒGICS: una tendència a l'alça.

Estil de vida o moda?

Paula Farreró Espada
2n batxillerat C
Tutores: Anna Albiol i Eva Hortal
15 de gener de 2021

INDEX

Introducció *1*
1. L'agricultura ecològica *3*
1.1. L'origen de l'agricultura ecològica 5
1.2. Requisits de l'agricultura ecològica dins de la UE 7
2. Què són els productes ecològics? *9*
3. Beneficis que aporten a la salut *11*
4. Beneficis i perjudicis que aporten al medi ambient *12*
5. Preocupació de la societat per millorar els hàbits alimentaris *13*
6. Com reconeixem els productes? *14*
6.1. Aliments envasats i etiquetats 14
6.2. Aliments no envasats i/o etiquetats 14
7. Certificació europea dels productes ecològics *16*
7.1. Segell Ecològic Europeu 21
7.2. Segell del CCPAE 23
8. Enquestes a la població *24*
9. Entrevista a una nutricionista *30*
10. Entrevista a una cooperativa de consum *32*
11. Entrevista al supermercat Veritas *34*
12. Entrevista al supermercat Esclat *35*
Conclusions *36*
Agraïments *38*
Bibliografia *39*
Annexos *41*
1. Entrevista a una nutricionista 41
2. Entrevista a una cooperativa de consum 45
3. Entrevista al supermercat Veritas 48
4. Entrevista al supermercat Esclat 51
5. Imatges supermercat Veritas 54
6. Imatges supermercat Esclat 57

INTRODUCCIÓ

El meu treball de recerca s'anomena "Productes ecològics: una tendència a l'alça. Estil de vida o moda?". La meva cerca es centra en els aliments ecològics, que actualment s'estan popularitzant cada vegada més. Els temes tractats estan associats amb l'àmbit social i de la salut.

Vaig escollir aquest tema perquè em va semblar molt interessant i d'aquesta manera podia intentar descobrir petites coses que em cridaven l'atenció saber sobre els aliments ecològics i ampliar el meu coneixement. Principalment, he volgut saber què són aquests productes perquè actualment se'n parla molt però a vegades sense prou coneixement. També hi ha qui diu que els aliments ecològics només són una moda més dins l'alimentació i que realment no aporten beneficis a la salut, sinó que es tracta de màrqueting i de vendre productes més cars del que és habitual. És un tema molt present en la nostra societat i vaig pensar que seria curiós indagar una mica sobre aquests nous aliments que cada cop es van integrant més en les nostres vides.

Abans de triar aquest tema, havia pensat en investigar sobre el càncer hereditari ja que a la meva família hi ha uns quants casos, però finalment el vaig descartar perquè era un tema molt extens i, en realitat, no podia descobrir res. Vaig estar pensant bastant, fins que em va venir al cap el tema dels productes ecològics i ho vaig estar mirant una mica fins que vaig decidir que em podria quedar un bon treball si investigava sobre això.

L'estudi parteix de la següent hipòtesi: sembla que hi ha una tendència a l'alça dels consumidors a preferir aliments ecològics, tot i que són més cars. Així doncs, els objectius de la recerca són:

- Comprovar si la hipòtesi és certa i conèixer quins són els motius.
- Saber d'on procedeixen els productes ecològics.
- Descobrir què s'entén per ecològic.
- Veure si els productes a la venda com a ecològics realment ho són.

- Intentar esbrinar la pregunta del títol, si els productes ecològics són un estil de vida o una moda.

Per tal d'assolir els meus objectius, he utilitzat la metodologia següent: per començar, he fet una recerca per internet i en alguns llibres per introduir-me i informar-me una mica sobre el tema. Per altra banda, he contactat amb una nutricionista per saber el seu punt de vista, si la gent ara està més orientada a consumir productes ecològics i el perquè. A més, he fet una entrevista a una noia que forma part d'una cooperativa de consum de Mataró per saber què són i si treballen amb aquest tipus d'aliments. També he fet unes entrevistes al supermercat Veritas de Palafrugell, que és un supermercat on tot el que venen són aliments ecològics, i al supermercat Esclat, per tal de saber si ara hi ha més demanda d'aquests productes que anys anteriors. Finalment, he fet una enquesta entre la població de Palafrugell i altres pobles per saber si hi ha consumidors d'aquests d'aliments.

1. L'AGRICULTURA ECOLÒGICA

L'agricultura ecològica és un sistema de producció encaminat a l'obtenció d'aliments amb qualitats nutritives altes mitjançant l'aplicació de mètodes productius sostenibles, que tenen amb compte el medi ambient i l'entorn rural. No es fan servir productes químics i estan sotmesos a un estricte sistema de control i certificació. Per tant, es pot considerar com una forma de cultivar, cuidar la terra i de criar el bestiar de la manera més respectuosa possible amb la natura.

L'agricultura ecològica sorgeix, principalment, com un moviment ideològic de reacció davant de certs excessos i problemes derivats a la intensificació i industrialització excessives de les produccions agropecuàries[1], del tracte donat al bestiar, de la utilització sistemàtica de certes tècniques i additius per part de la indústria alimentària i, en conseqüència, dels possibles efectes negatius sobre la salut, el medi i la societat.

Aquest tipus d'agricultura es situa dins les anomenades agricultures alternatives, les quals, en general, busquen un model productiu que integri els elements locals i socioculturals en un sistema racional d'obtenció de productes agraris i alimentaris sostenible a llarg termini, utilitzant tecnologies apropiades, energèticament i ambientalment eficients.

L'agricultura ecològica s'ha desenvolupat ràpidament en els últims anys i actualment es practica de forma controlada en aproximadament 120 països del món. El percentatge de superfície agrícola dedicada a la producció ecològica i el nombre d'empreses dedicades a aquestes activitats continuen creixent.[2]

[1] Produccions agropecuàries: produccions del sector que engloba l'agricultura i la ramaderia.
[2] Descombes, Charles-André; Madaula, Feliu; Martínez, Isidre; Maynou, Marta; Pérez, Xavier; Pujol, Miquel. *Llibre blanc de la producció agroalimentària ecològica a Catalunya*. 2006.

[3]

Figura 1. En aquesta fotografia podem veure com és la ramaderia convencional.

[4]

Figura 2. En aquesta fotografia podem veure com és la ramaderia ecològica.

[3] Fig. 1: https://ca.wikipedia.org/wiki/Explotació_ramadera
[4] Fig. 2: https://www.aviporto.com/blog/2016/04/14/que-es-la-ganaderia-ecologica-y-por-que-deberias-apostar-por-ella/

1.1. L'ORIGEN DE L'AGRICULTURA ECOLÒGICA

El que avui es coneix com a agricultura ecològica prové de la fusió de les idees de vàries corrents amb uns objectius comuns, que han anat canviant i evolucionant durant el segle XX. A continuació faig referència els corrents principals que s'han referenciat al llarg del segle passat, quan es va investigar amb més intensitat sobre aquests temes.

- **Agricultura biològica-dinàmica:**

  Aquest corrent de l'agricultura va ser creada el 1924 per Rudolf Steiner, el fundador de l'Antroposofia[5]. Basa la seva agricultura en l'aplicació de tècniques homeopàtiques al món agropecuari. Aquestes tècniques encaixen amb la seva particular cosmovisió, de tal forma que cap acció s'oposi al cosmos, amb l'objectiu principal d'evitar la degeneració dels aliments, entesa com una pèrdua nutricional.

- **Agricultura orgànica:**

  Aquest tipus d'agricultura va sorgir a Anglaterra el 1930 per Lady Eve Balfour i Sir Albert Howard. Ell deia que és essencial observar els processos productius de la naturalesa i aprendre d'ella per afavorir la producció d'aliments. En el seu llibre "An Agricultural Testament" recull una sèrie d'observacions o recomanacions bàsiques, com per exemple la protecció del sòl i l'ús de cobertures permanents o la idea de millorar la salut de la planta en sòls saludables.

  Lady Eve va publicar el llibre "The Living Soil" el 1943 on assegura que la salut del sòl i la salut humana són inseparables.

- **Agricultura natural de no intervenció:**

  Va ser creada pel biòleg Fukuoka a la dècada de 1950. Predica una agricultura en la que no s'utilitza maquinària ni medis de producció en general, sobretot aquells

[5] Antroposofia: moviment espiritual que pretén rescatar la humanitat de les conseqüències del materialisme i el pessimisme que estava present a la societat industrial de finals del segle XIX i principis del XX.

en els que intervenen productes químics, defensant un teòric equilibri del sòl en el que és millor no intervenir.

- **Agricultura biològica-ecològica:**

  Aquest mètode va ser creat pels suïssos Hans Müller, la seva dona Maria i pel metge alemany Hans-Peter Rusch i es va desenvolupar a partir de 1951.

- **Agricultura biològica:**

  Va ser creada pels agrònoms Francis Chabousson, Raul Lemaire i Claude Aubert a Portugal i França, en la dècada de 1960. Aquest mètode donava molta importància al control biològic: el maneig integrat de plagues i malalties[6], i la teoria de la trofobiosis[7].

  Quan s'uneixen aquests conceptes es crea la idea d'una agricultura sostenible. Aquest tipus d'agricultura assegura que, per a cultius ben nodrits, quan s'utilitzen bé els factors no nutricionals es facilita l'obtenció de qualitat, productivitat, disminuint la contaminació i baixant els costos.[8]

L'agricultura ecològica va començar a partir de les reformes agràries que es van produir a Alemanya a finals del segle XIX i per l'aparició de la Revolució Industrial.

L'agricultura ecològica va prendre un nou impuls durant els anys 80, no només a Gran Bretanya, sinó a tot el món a causa del problema d'excés de producció en els països industrialitzats, l'escassetat de producció en els països en desenvolupament i l'impacte ambiental de l'agricultura convencional.[9]

[6] La idea del maneig integrat de plagues consisteix en buscar el punt dèbil i l'enemic natural de cada insecte o malaltia per provocar el seu extermini o control.

[7] La teoria de la trofobiosis estableix que un cultiu ben nodrit és més resistent a l'atac de les plagues i malalties, per lo que afavorirà a fer menys aplicacions de plaguicides i això a la vegada conserva millor l'ecosistema del sòl.

[8] https://es.wikipedia.org/wiki/Agricultura_ecológica#Beneficios,_perjuicios_y_controversias

[9] Lampkin, Nicolas. *Agricultura Ecológica.* Barcelona, 2001.

1.2. REQUISITS DE L'AGRICULTURA ECOLÒGICA DINS DE LA UE

Hi ha unes normes establertes que fan que es consideri que un aliment reuneix els requisits de l'agricultura ecològica. Algunes d'elles són:

- La prohibició d'utilitzar organismes modificats genèticament.
- La prohibició d'utilitzar radiacions ionitzants[10].
- Utilitzar pràctiques de conreu i cultiu respectuoses amb el sòl.
- Utilitzar la rotació de cultius[11] perquè els recursos en el lloc s'utilitzin de manera eficient.
- La restricció severa dels pesticides químics, els fertilitzants sintètics, els antibiòtics i altres substàncies.
- La priorització dels recursos produïts al lloc, com l'adob de la pròpia granja per fertilitzants o pinsos produïts a la mateixa explotació agrària.
- L'elecció d'espècies i varietats adients que s'adaptin a les condicions locals i resisteixin als paràsits i a les malalties.[12]

En el cas de la ramaderia hi ha més requisits relacionats amb la criança, l'alimentació, i la reproducció.

- El bestiar ha de néixer i créixer en explotacions ecològiques, tot i que per criar, es poden portar animals no ecològics, en condicions específiques. Després de superar un període de conversió adequat, els seus productes es podran considerar ecològics.
- S'ha de proporcionar un espai i unes condicions vitals adequades a la llibertat de moviments. A més, hi ha d'haver suficient renovació de l'aire, il·luminació i temperatura. El bestiar ha de tenir accés permanent a zones a l'aire lliure, preferiblement enherbades.

[10] Radiacions ionitzants: són radiacions formades per fotons o partícules que en interaccionar amb la matèria produeixen ions. Alguns exemples són els raigs ultraviolats de major energia, els raigs X o els raigs gamma.
[11] Rotació de cultius: és una pràctica bàsica de l'agricultura ecològica que s'utilitza per evitar l'empobriment nutricional del sòl. Permet controlar les plantes adventícies, diferents malalties i plagues en els cultius. Consisteix a modificar el lloc de plantació dels cultius en cada sembra.
[12] https://saia.es/ca/requisits-agricultura-ecologica/

- Per a la reproducció s'ha d'utilitzar mètodes naturals, tot i que es permet la inseminació artificial. No es permet la inducció de la reproducció mitjançant el tractament amb hormones o substàncies similars.
- En el cas de l'alimentació, s'ha de proporcionar una dieta equilibrada i ajustada a les necessitats i al metabolisme propi de cada tipus de bestiar i a cada etapa de creixement. Els aliments han de provenir de cultiu ecològic i preferentment de la pròpia finca. No es permet l'ús de factors de creixement. Els mamífers en fase de cria s'hauran d'alimentar amb llet natural, preferiblement materna.[13]

[13] http://pae.gencat.cat/ca/informacio-general/produccio-ramadera-ecologica/

2. QUÈ SÓN ELS PRODUCTES ECOLÒGICS?

Els productes ecològics són aquells que, en tot el seu procés de producció, no utilitzen cap producte químic, com per exemple pesticides, herbicides, fertilitzants artificials o hormones del creixement. Estan elaborats a partir d'ingredients naturals i respectuosos amb el medi ambient. Parlar d'un aliment ecològic és el mateix que parlar d'un aliment eco, orgànic, biològic i bio, tots són sinònims. Encara que es relaciona principalment amb els aliments, el terme ecològic també es fa servir amb altres articles de consum, com els sabons o els productes de neteja.

Per exemple, en el cas del pa ecològic, significaria que està fet amb farina, sal i llevat orgànics. En el cas d'un làctic, com el formatge o el iogurt, significaria que estan elaborats a partir de llet de ramaderia ecològica, fruita d'agricultura ecològica, sucre ecològic, etc.

Per poder ser considerats veritablement ecològics o orgànics, aquests productes han de complir els requisits i condicions establerts a la "Normativa Europea sobre productes ecològics". Aquesta normativa inclou tot el procés, que va més enllà de la producció i elaboració d'aliments o productes, ja que recull també determinades condicions de manipulació o envasat. Aquest conjunt de normatives tenen per objectiu garantir un producte natural i respectuós amb el medi ambient.

Cada vegada hi ha més botigues especialitzades en productes ecològics. El món de l'alimentació ecològica s'ha associat molt al petit agricultor i a les cooperatives, petites botigues i serveis a domicili. Cada vegada hi ha més gent conscienciada amb el medi ambient i el benestar animal que vol consumir aliments biològics, és per aquesta raó que grans marques han començat a apostar pel món dels productes orgànics. [14]

[14] https://juliafarre.es/ca/alimentacio-equilibrada/productes-ecologics/

[15]

Figura 3. En aquesta imatge podem veure aliments ecològics.

[15] Fig. 3: https://blog.cerdanyaecoresort.com/ca/aliments-ecologics/

3. BENEFICIS QUE APORTEN A LA SALUT

Els productes ecològics aporten molts beneficis a la salut humana ja que estan fets amb productes naturals i no utilitzen cap producte químic. De fet, molta gent els consumeix per aquesta raó.

Aquests són els beneficis[16]:

- Són productes naturals i, per tant, no tenen cap element tòxic.
- Són aliments que mantenen intactes les seves propietats nutricionals. Per tant, les verdures i fruites ecològiques conserven més vitamines, més substàncies antioxidants i més contingut mineral que les que porten els productes químics.
- Els peixos ecològics conserven un nivell més elevat de proteïnes "Omega 3". Aquests peixos creixen en granges marines en plena llibertat, on l'aigua no conté restes de productes de síntesi química, ja que està controlada. Les piscines ecològiques passen regularment controls sanitaris per garantir les millors condicions per als animals i, per tant, pel consumidor. Els peixos són criats amb una alimentació equilibrada i controlada a força de pinsos ecològics d'origen sostenible.
- La carn ecològica aporta molts menys greixos saturats perquè els animals mengen aliments sense additius ni farines d'origen animal.
- Les fruites ecològiques es poden menjar sense pelar sense que suposi cap risc per la salut, fet que no es recomana fer amb les fruites tradicionals per si hi ha productes químics. Això és molt important ja que és a la pela on es troben la majoria de vitamines i altres nutrients.
- No tenen incidència negativa en el nostre metabolisme perquè com que no tenen traces sintètiques[17] s'assimilen millor.
- Molts consumidors consideren que els productes ecològics són més gustosos, ja que no tenen additius i es tracta d'aliments més equilibrats.
- Són bons per la salut perquè s'han relacionat els pesticides amb malalties del sistema reproductiu, del fetge, del cervell i dels sistema immunològic.

[16] https://blog.cerdanyaecoresort.com/ca/productes-ecologics-beneficis-aporten/
[17] Traces sintètiques: petites quantitats d'una determinada substància que s'obtenen mitjançant procediments industrials.

4. BENEFICIS I PERJUDICIS QUE APORTEN AL MEDI AMBIENT

Els productes ecològics no només aporten beneficis a la salut, sinó que també n'aporten al medi ambient.

Alguns dels objectius d'aquests productes són tenir cura del planeta i aconseguir un consum sostenible.

- Es redueix la contaminació de l'aigua i l'aire i així s'eviten riscos per a la nostra salut.
- També es lluita contra l'efecte hivernacle[18] i s'aconsegueix una major eficiència energètica amb l'ús de fonts renovables, fent que el futur del nostre planeta sigui millor.
- L'agricultura ecològica fertilitza la terra i frena la desertificació, que és el procés de formació de deserts induït per l'activitat humana.
- La cria i el menjar dels animals és més saludable per a ells. Amb altres sistemes de producció, els animals estan tancats, viuen en unes condicions horribles i els administren hormones i mètodes d'inseminació artificial. En canvi, la ramaderia ecològica fa que puguin viure amb major llibertat i en unes condicions molt millors, per exemple, s'evita produir-los qualsevol tipus de danys i molèsties innecessàries al llarg de la seva vida com el transport i la insensibilització prèvia al sacrifici.
- Les formes de producció d'aliments ecològics redueixen les escombraries. Això és perquè es produeix a petita escala i, així, és més fàcil mesurar la quantitat de tones d'aliments que demana realment el consumidor.
- A més, s'utilitzen materials ecològics i sostenibles en l'embalatge i emmagatzematge d'aquests productes. Això busca disminuir els plàstics que s'utilitzen que estan fent malbé l'ecosistema[19] del nostre planeta.[20]

---

[18] Efecte hivernacle: és un fenomen natural que es dóna al planeta i que està causat per alguns dels gasos que constitueixen l'atmosfera. Avui dia, l'efecte hivernacle s'ha incrementat molt a causa de la contaminació de l'atmosfera, que provoca que alguns dels gasos retinguin massa calor a prop de la superfície de la Terra. És per aquest motiu que les temperatures del planeta han augmentat en l'últim segle.

[19] Ecosistema: és un sistema natural que està format per un conjunt d'organismes vius i el medi físic on es relacionen.

[20] https://blog.cerdanyaecoresort.com/ca/aliments-ecologics/

5. PREOCUPACIÓ DE LA SOCIETAT PER MILLORAR ELS HÀBITS ALIMENTARIS

Moltes investigacions asseguren que l'alimentació és una de les causes principals de moltes malalties com per exemple el càncer, la infertilitat, l'estrès, l'obesitat o el síndrome premenstrual[21]. Aquestes s'originen per culpa de deficiències nutricionals i cada cop n'hi ha més casos, tal com informa l'Organització Mundial de la Salut (OMS).

Tenir una bona dieta i alimentació millora l'estat de salut i evita tenir malalties i prevenir-ne de futures.

Segons dades oficials, el 60% de les malalties degeneratives estan relacionades amb el menjar. Per això, s'hauria de tenir en compte el consum d'aliments ecològics. Aquests productes tenen més nutrients que els aliments convencionals, hi ha estudis científics que ho verifiquen. A més, si ens fixem en els costos de producció i els problemes de contaminació que provoca l'agricultura industrial o agroquímica, podem veure que aquesta és més cara pels contribuents i pel govern. L'agricultura ecològica és una manera de producció que té en compte els aspectes relacionats amb la salut i el medi ambient, però també respecta les estacions i les distribucions naturals de les espècies vegetals, fomentant la fertilitat de la terra.

El perfil del consumidor de productes ecològics és el d'una persona de classe mitjana amb un nivell mitjà-alt d'informació. Cuida la seva salut, busca una alimentació més saludable i de més qualitat, sense additius químics. També vol cuidar el medi ambient i vol, a més, un sabor més bo i uns productes de qualitat. [22]

[21] El síndrome premenstrual (SPM) es refereix a un ampli rang de símptomes que comencen durant la segona meitat del cicle menstrual. Normalment desapareixen un o dos dies després de que la menstruació comenci.
[22] https://etselquemenges.cat/alternativa/els-productes-ecologics-economia-de-futur

6. COM RECONEIXEM ELS PRODUCTES?

6.1. ALIMENTS ENVASATS I ETIQUETATS

Els aliments que venen en un envàs etiquetat que no pot ser manipulat han de portar una etiqueta que hi hagi la següent informació, entre d'altres:

- Nom de l'empresa responsable del producte.
- Codi de l'entitat de certificació. En el cas de Catalunya, el codi del CCPAE[23] és ES-ECO-019-CT.

Els comerços que només comercialitzen el producte i no el produeixen ells mateixos, no han d'estar sotmesos al sistema de control de la producció ecològica, ja que el consumidor final té totes les garanties.

6.2. ALIMENTS NO ENVASATS I/O ETIQUETATS

Els aliments que no venen envasats i/o etiquetats han de poder tenir les mateixes garanties de producció ecològica que els aliments que si que estan envasats i etiquetats. Els productes que estan en aquesta situació són:

- Productes en els quals l'envàs inicial ha estat obert o retirat pel comercializador final per vendre'ls a granel o fraccionats. Uns exemples en són les botigues o parades que venen fruita i verdura, fruita seca, etc.
- Productes dins de cistelles o comandes per enviar al consumidor final.
- Productes ecològics que s'han elaborat en el mateix punt de venda i es venen sense envasar i/o etiquetar. Uns exemples d'aquets productes són el pa, els pastissos, la carn, els gelats, etc.

Totes aquestes empreses o establiments han de fer saber la seva activitat i rebre el control del CCPAE (Consell Català de la Producció Agrària Ecològica).

[23] CCPAE: Consell Català de la Producció Agrària Ecològica.

Com sabem si un negoci està degudament certificat?

Les botigues i els punts de venda han de mostrar els seus productes ecològics de tal manera que el consumidor pugui identificar el lloc de venda del producte i la seva qualificació ecològica. A més, aquests aliments han de poder ser diferenciats dels convencionals, és a dir, dels que no són ecològics. També han de tenir exposat un certificat vigent emès pel CCPAE que estigui a la vista dels seus clients, amb la relació actualitzada dels productes ecològics disponibles.

Per altra part, les empreses que elaboren comandes de productes ecològics per ser enviades al domicili del consumidor final, han de fer acompanyar la comanda amb un document dirigit al client. En aquest document s'ha d'especificar la identificació de l'empresa, la data de fabricació, el llistat dels productes i la seva qualificació i quantitat (diferenciant els aliments ecològics dels que no ho són) el codi del CCPAE i el número d'identificació de la comanda.[24]

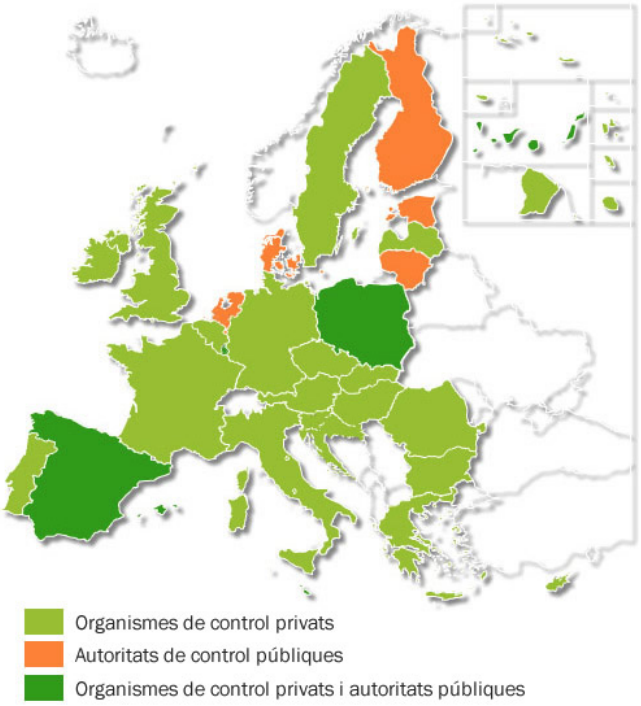
[24] http://pae.gencat.cat/web/.content/al_alimentacio/al01_pae/05_publicacions_material_referencia/arxius/diptic_etiquetatgegarantiaalimentseco.pdf

7. CERTIFICACIÓ EUROPEA DELS PRODUCTES ECOLÒGICS

En la Unió Europea (UE), per garantir al consumidor la qualitat i la procedència dels productes ecològics, existeix un reglament que defineix els objectius de l'agricultura ecològica, així com les tècniques i els productes utilitzats. Aquesta normativa de la UE també té en compte el control i l'etiquetatge dels aliments ecològics.

A Europa, el control i la certificació de la producció agrària ecològica són realitzats per autoritats de control públiques o organismes de control privats o ambdues, depenent del país. A Espanya, es porta a terme majoritàriament per autoritats de control públiques. No obstant, algunes comunitats autònomes han autoritzat organismes privats per la realització d'aquestes funcions i en algunes altres, les autoritats competents han designat organismes de control públics i organismes de control privats. Malgrat aquests dos sistemes que conviuen a l'espai europeu –a Catalunya només tenim el públic–, tots els controls es fan per verificar si el sistema de producció ecològica s'ha fet seguint el que estableix el reglament. Per això a Europa hi pot haver diversitat de segells i de logos que acompanyen un producte ecològic, en funció de qui n'ha fet el control. Tot i això, el segell europeu o "eurofulla" és un element comú, ja que és obligatori.[25]

[25] http://www.ccpae.org/index.php?option=com_content&task=view&id=36;lang=ca_ES#.X8lKxy3-9QI



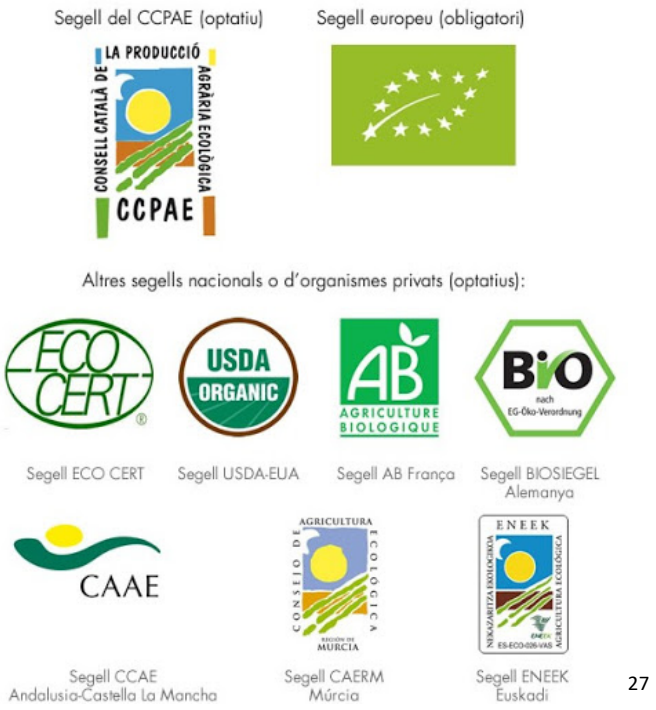
[26]

Figura 4. En aquest mapa podem veure si el control i la certificació dels aliments ecològics són realitzats per organismes de control privats, autoritats de control publiques o ambdues en cada país de la UE.

Llavors, per etiquetar un aliment ecològic a Espanya es poden fer servir tres tipus de segells diferents.

- Hi ha un segell obligatori per tots els aliments ecològics de la UE, el segell ecològic europeu.
- També hi ha els segells de les diferents comunitats autònomes espanyoles, que són optatius.
- Finalment, els segells internacionals o d'entitats privades, que també són optatius.

[26] Fig. 4: https://etselquemenges.cat/wp-content/media/2017/02/mapa.jpg

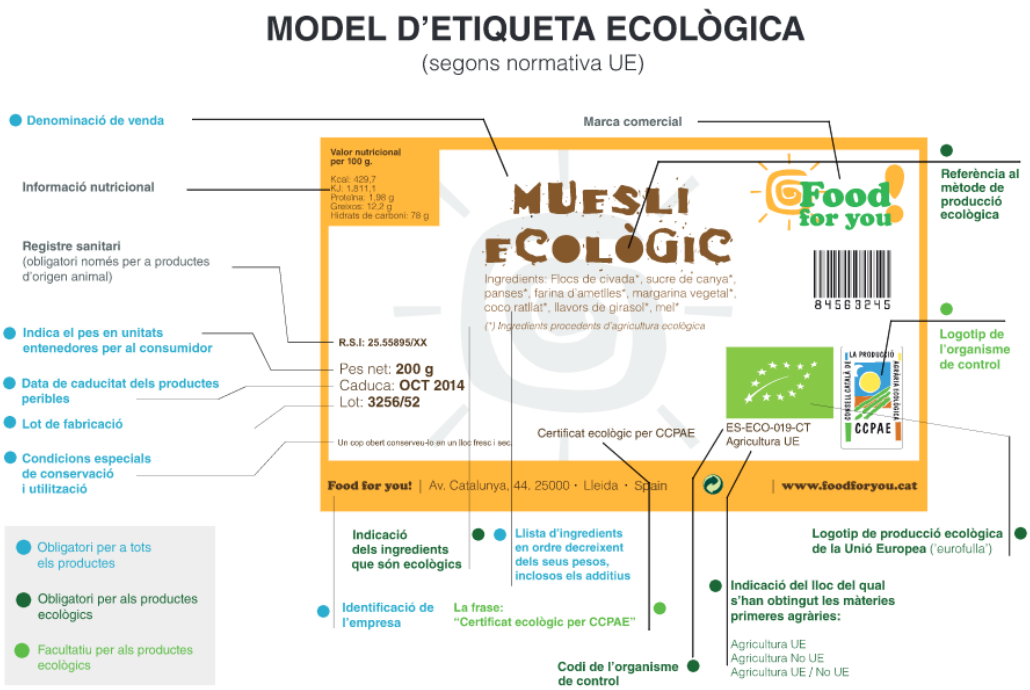


[27]

Figura 5. En aquesta imatge podem veure els diferents tipus de segells.

A part dels segells, també hi ha altres elements obligatoris a l'etiqueta que confirmen que un producte és ecològic, com per exemple la referència al mètode de producció ecològica, el codi de l'autoritat de control i l'origen de les matèries primeres. A més, tots els ingredients ecològics han d'estar ressaltats.

[27] Fig. 5: https://etselquemenges.cat/especialista/ccpae/segells-ecologics



28

Figura 6. En aquesta imatge podem veure un exemple d'etiqueta d'un aliment ecològic amb tots els elements marcats.

Si l'aliment no du el segell oficial no es pot dir que és ecològic. Hi pot haver casos en que els aliments portin una etiqueta que posi 'bio', 'eco' o 'orgànic' sense portar el segell ecològic europeu, que com he dit abans, és obligatori. Això vol dir que aquell producte no és realment ecològic i el venen com si ho fos.[29] Aquí n'hi ha alguns exemples:

[28] Fig. 6: https://etselquemenges.cat/especialista/ccpae/segells-ecologics
[29] https://www.diariandorra.ad/noticies/revista_dies/alimentacio/2017/03/09/la_regulacio_dels_productes_ecologics_113218_1206.html

[30]

Figura 7. En aquesta imatge podem veure una sèrie d'etiquetes que posa "bio", "eco", "natural" però que realment no són productes ecològics veritables perquè no porten el segell ecològic europeu.

Els **productes vegetals** que són etiquetats són productes cultivats sense adobs ni pesticides de síntesi química, com per exemple fungicides, insecticides o herbicides. Per tant, no han de tenir residus d'aquestes substàncies. Tan sols es poden utilitzar adobs orgànics i minerals naturals. Tampoc estan autoritzats els cultius transgènics.

Els **productes animals** que estan etiquetats són produïts en ramaderies que proporcionen unes condicions de vida dignes al bestiar i als ramats, respecten les seves necessitats biològiques i de comportament. L'alimentació dels animals es realitza amb productes ecològics. Els animals herbívors tenen accés a pastures, i les aus i els porcs, a patis exteriors. Els allotjaments dels animals tenen una superfície mínima i permeten l'entrada de molta llum natural i estan ventilats. La sanitat es basa en la selecció de races adequades, bones pràctiques zootècniques, densitat adequada i alimentació d'alta qualitat. No estan autoritzats els antibiòtics com a tractament preventiu.[31]

[30] Fig. 7: https://www.diariandorra.ad/noticies/revista_dies/alimentacio/2017/03/09/la_regulacio_dels_productes_ecologics_113218_1206.html
[31] http://www.ccpae.org/index.php?option=com_content&task=view&id=36;lang=ca_ES#.X8ZxLS3-9QI

7.1. SEGELL ECOLÒGIC EUROPEU

L'objectiu principal del logotip europeu és fer que els consumidors puguin identificar els productes ecològics. A més, dóna visibilitat al sector de l'agricultura ecològica i, per tant, contribueix al bon funcionament del mercat interior i el petit comerç en aquest àmbit.

L'ús del logotip i l'etiquetatge correcte és obligatori per a tots els aliments ecològics preenvasats[32] produïts a la Unió Europea. En alguns casos, també és possible utilitzar-lo de forma voluntària. Això significa que els aliments ecològics no preenvasats produïts a la UE o els productes ecològics importats de països tercers poden mostrar el logotip. Al costat del logotip ecològic de la UE, hi ha senyalitzat el lloc on s'han cultivat les matèries primeres agrícoles utilitzades en aquest producte i també es mostra un número de codi de les autoritats de control.

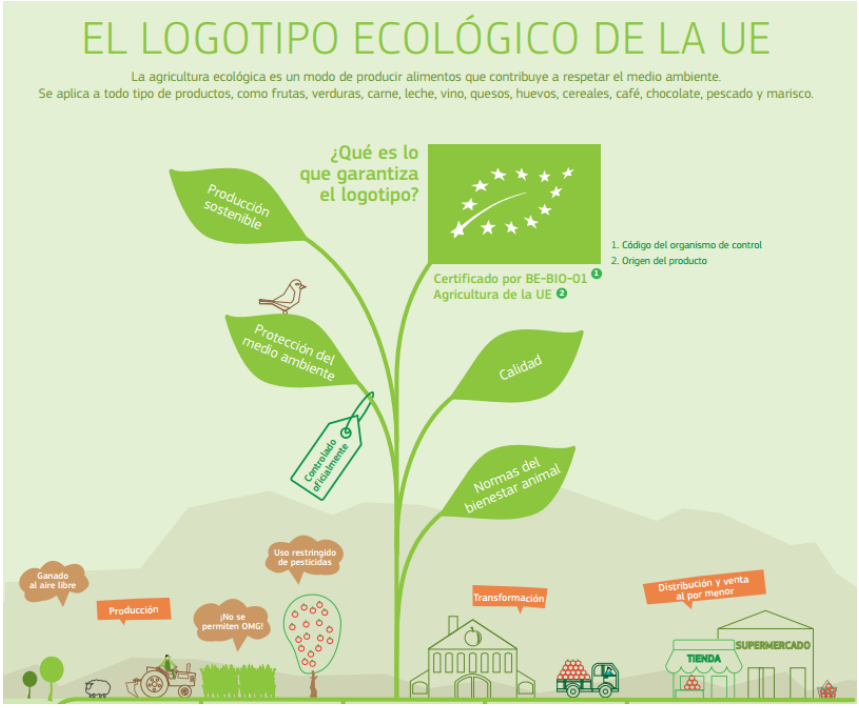
Tots els productors i empreses de la cadena dels productes ecològics han de tenir un sistema de funcionament molt ben definit. Han d'incorporar registres i evidències del seu funcionament molt exhaustius i establir mesures rigoroses per assegurar la qualitat ecològica dels productes en tot moment, per garantir que es respectin totes les normatives de producció ecològica, sanitària i de protecció del consumidor.

Les entitats de certificació controlen cada any a totes les empreses i en alguns casos més d'una vegada. Es prenen mostres de productes i s'analitzen els registres i el flux dels productes, per garantir el compliment del sistema de producció i la qualitat dels productes que arriben al consumidor. Aquesta etiqueta es tracta d'un dels sistemes de garantia certificada de productes alimentaris més exigents en l'actualitat, tot i que sempre està en procés de millora. Properament entrarà en vigor una nova normativa europea que vol que els aliments ecològics estiguin més integrats.[33]

[32] Un aliment preenvasat és aquell que ha estat envasat abans de posar-lo a la venta i que està cobert de forma total o parcial, de manera que el contingut no es pot modificar sense obrir o alterar l'envàs.
[33] https://www.bioecoactual.com/ca/2019/10/02/la-garantia-del-segell-ecologic/
http://verdvending.com/segell-ecologic/

[34]

Figura 8. Aquesta és una imatge del segell ecològic europeu.



[35]

Figura 9. Aquesta és una imatge que explica esquemàticament el segell ecològic europeu.

[34] Fig. 8: https://www.bioecoactual.com/ca/2019/10/02/la-garantia-del-segell-ecologic/
[35] Fig. 9: https://etselquemenges.cat/especialista/ccpae/segells-ecologics

7.2. SEGELL DEL CCPAE

Una altra etiqueta d'aquests productes és el segell del CCPAE (Consell de la Producció Agrària Ecològica). Aquesta etiqueta és opcional.

A Catalunya, el CCPAE és l'autoritat que està encarregada de certificar els productes agroalimentaris que es produeixen. Té un segell propi que és el següent:

[36]

Figura 10. Aquesta imatge és el segell del CCPAE.

Igual que el segell ecològic europeu, aquest segell garanteix que tots els productes han estat produïts o elaborats seguint les normes de l'agricultura ecològica, i que han estat controlats durant tot el seu procés: producció, elaboració, envasat i comercialització. El Consell Català de la Producció Agrària Ecològica realitza molts controls als operadors per garantir que els productes elaborats per aquelles empreses no hagin estat contaminats amb pesticides ni transgènics.[37]

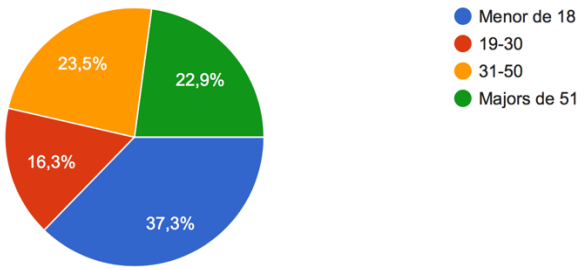
[36] Fig. 10: http://www.ccpae.org/
[37] http://www.ccpae.org/index.php?option=com_content&task=view&id=36;lang=ca_ES#.X8ZxLS3-9QI

8. ENQUESTES A LA POBLACIÓ

Vaig optar per fer una enquesta a la població de Palafrugell i els voltants com una part de la part pràctica d'aquest treball. L'objectiu era descobrir si els habitants d'aquí són consumidors de productes ecològics i quant fa que ho són. L'enquesta va estar vigent durant tres dies, des del 28 de novembre fins l'1 de desembre de 2020. Va ser feta amb els formularis de Google i compartida per Instagram i per WhatsApp, amb un total de 153 respostes, essent totalment anònima.

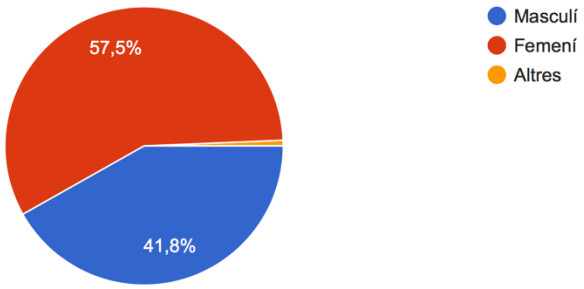
Les preguntes amb les seves respectives respostes que vaig fer són les següents:

Quina edat tens?



Un 37,3% de la gent que em va respondre són menors d'edat.
Un 16,3% són d'entre 19 i 30 anys.
Un 23,5% són d'entre 31 i 50 anys.
Un 22,9% són majors de 51 anys.

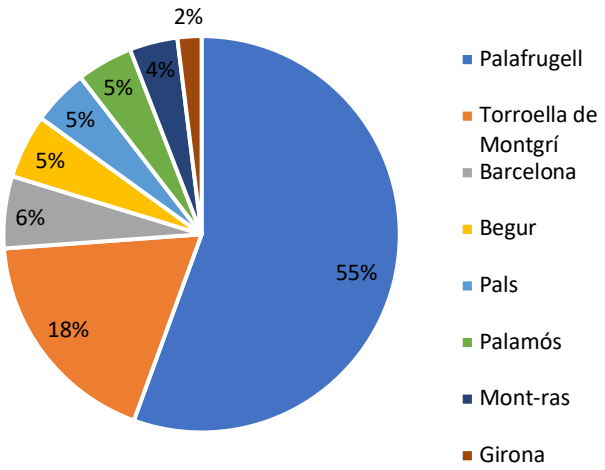
Amb quin gènere t'identifiques?



Un 41,8% són de gènere masculí.
Un 57,5% són de gènere femení.
Un 0,7% no s'identifica amb cap gènere.

On vius?

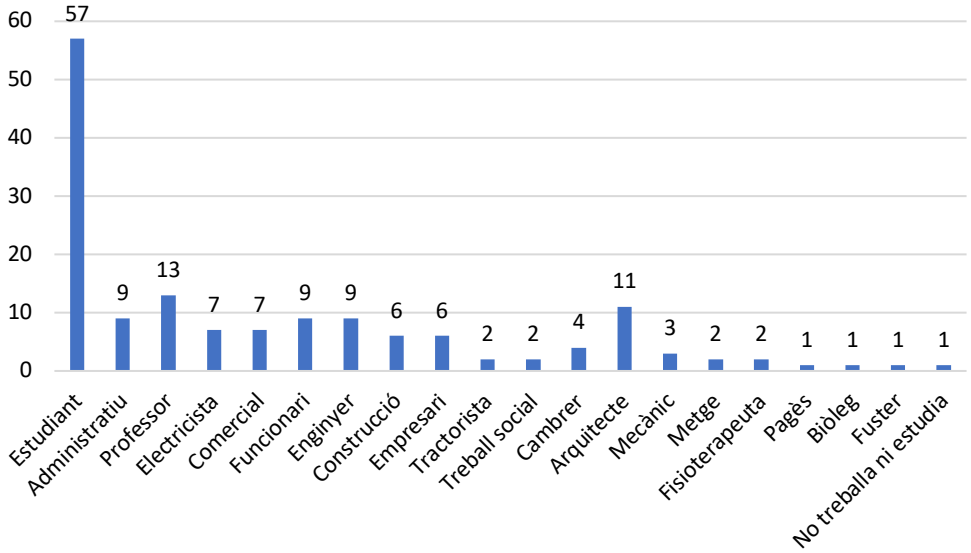
Aquesta pregunta era de resposta oberta.



D'entre els enquestats, un 55% és de Palafrugell, un 18% és de Torroella de Montgrí, un 6% és de Barcelona, un 5% és de Begur, un 5% és de Pals, un 5% és de Palamós, un 4% és de Mont-ras i un 2% és de Girona.

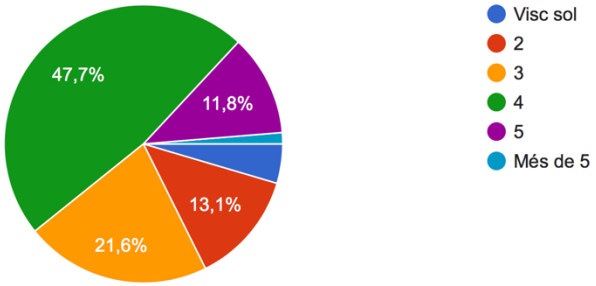
Quin és el teu ofici? / A què et dediques?

Aquesta pregunta era de resposta oberta.



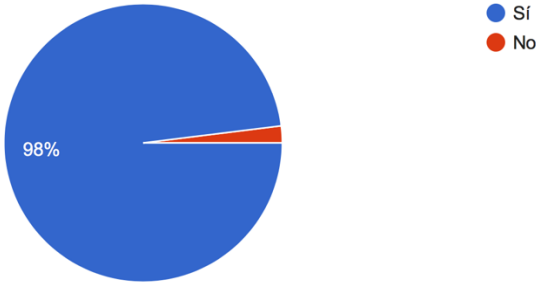
Tal com es pot veure al gràfic de barres, la majoria dels enquestats són estudiants i la resta són treballadors de diferents oficis. Tot i això, també n'hi ha un que ni treballa ni estudia.

Quantes persones viuen a casa teva?



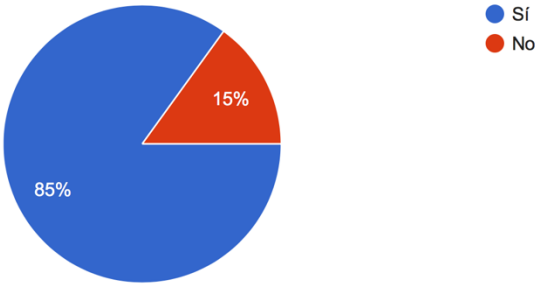
La majoria dels enquestats, el 47,7% viuen quatre persones a casa, el 21,6% viuen tres persones a casa, l'11,8% viuen cinc persones a casa, el 13,1% viuen dos persones a casa, el 4,6% viuen sols a casa i el 1,3% viuen més de cinc persones.

Saps què són els aliments ecològics?



Un 98% dels enquestats saben el que són els productes ecològics i el 2% no saben el que són.

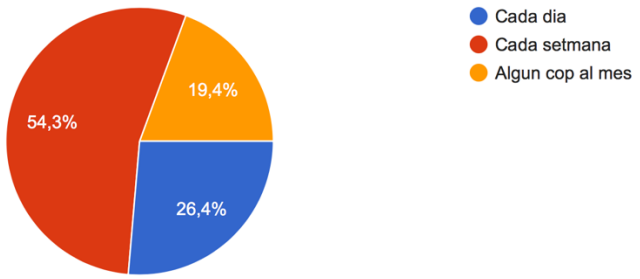
En consumeixes?



Un 85% dels enquestats consumeixen productes ecològics i el 15% no.

Si és que sí, cada quant en consumeixes?

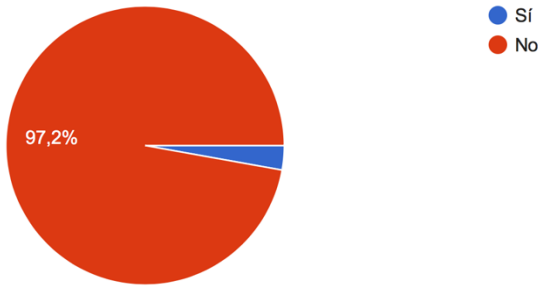
El resultat d'aquesta pregunta és del 85% del total, els que han contestat que consumeixen productes ecològics.



Un 54,3% dels enquestats consumeixen productes ecològics cada setmana, un 26,4% els consumeix cada dia i el 19,4% algun cop al mes.

Tots els productes que consumeixes són ecològics?

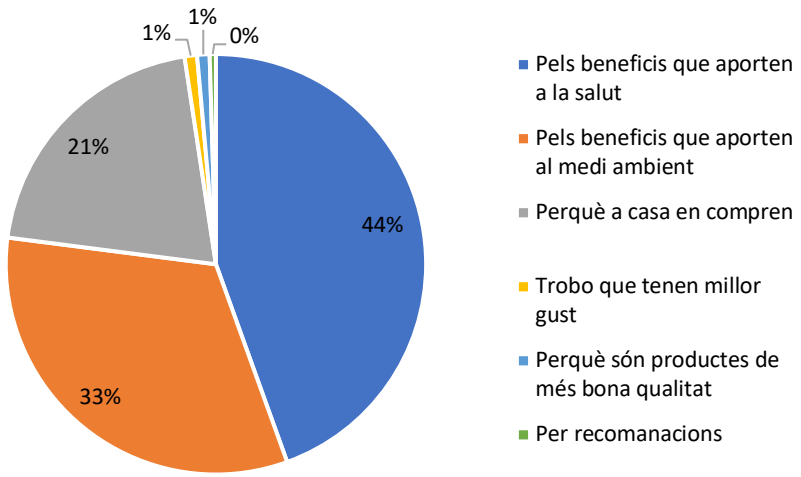
El resultat d'aquesta pregunta és del 85% del total, els que han contestat que consumeixen productes ecològics.



Un 97,2% afirma que no tots els productes que consumeix són ecològics i un 2,8% assegura que tots els que consumeix són ecològics.

Per què els consumeixes?

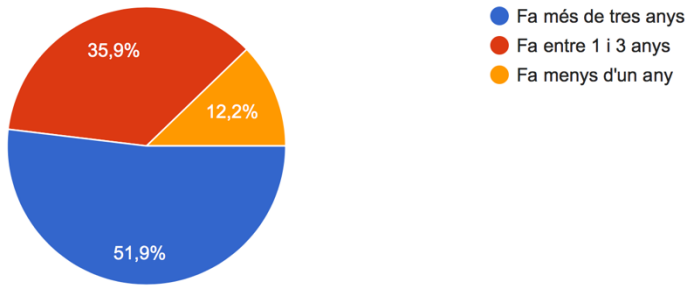
El resultat d'aquesta pregunta és del 85% del total, els que han contestat que consumeixen productes ecològics.



Tal com es pot veure al gràfic, la gent consumeix productes ecològics generalment pels beneficis que aporten a la salut (44%), pels beneficis que aporten al medi ambient (33%) i perquè a casa en compren (21%).

Quant fa que consumeixes aquests aliments?

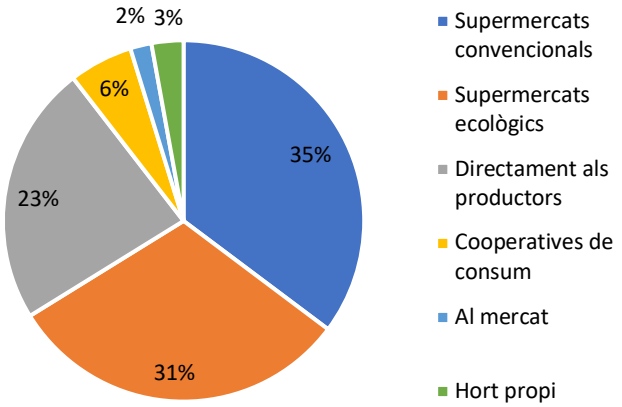
El resultat d'aquesta pregunta és del 85% del total, els que han contestat que consumeixen productes ecològics.



Un 51,9% fa més de tres anys que consumeix aliments ecològics, un 35,9% fa entre un i tres anys que en consumeix i un 12,2% fa menys d'un any que en consumeix.

On compres els productes ecològics?

El resultat d'aquesta pregunta és del 85% del total, els que han contestat que consumeixen productes ecològics.



La majoria dels enquestats compra els productes ecològics a supermercats convencionals (35%), a supermercats ecològics (31%) o directament als productors (23%). El petit percentatge restant els compra en cooperatives de consum (6%), a l'hort propi (3%) o al mercat del poble(2%).

9. ENTREVISTA A UNA NUTRICIONISTA

Vaig decidir fer una entrevista a una nutricionista per veure l'opinió sobre els aliments ecològics des d'un punt de vista més mèdic. La vaig realitzar a l'Annabel Martín el dia 4 de novembre de 2020. Vaig enviar-li un correu amb l'entrevista i ella me'l va tornar amb les preguntes contestades. A més, el dia 1 de desembre vam fer una videotrucada per acabar de resoldre alguns dubtes finals.

Annabel Martín és una nutricionista que actualment treballa a una multinacional farmacèutica, Reckitt and Benchiser, a la divisió de nutrició infantil. Treballa com a delegada mèdica de la seva empresa de la zona de Girona.

Segons ella, durant aquests últims anys hi ha hagut una alça de consumició d'aliments ecològics i ha sorgit la necessitat de menjar com ho feien els nostres avantpassats, sense ultraprocessats i amb aliments molt més naturals. Tot i així, també diu que la tendència no és que sigui a consumir només aliments ecològics, sinó a menjar més saludable. La gent ara té més consciència de la seva salut i del medi ambient i aquesta és una de les raons per les quals ha augmentat el consum d'aquests aliments.

No és del tot clar si els aliments ecològics són més nutritius que els convencionals. Un dels punts que defensen els aliments ecològics és que no fan ús de medicines als animals o de pesticides a les fruites i verdures. Tot i això, els aliments convencionals també passen uns controls molt estrictes i, per tant, és molt poc probable trobar-se restes d'antibiòtics a la carn o pesticides nocius per a la nostra salut a les fruites i verdures.

S'ha d'anar molt amb compte quan diem que els aliments ecològics són saludables. Això en molts casos és veritat però també hi ha productes que no ho són. A vegades, ens poden fer creure que per ser un producte bio és molt més sa que un que no ho és. Això ho podem veure en el cas de les patates de bossa, per exemple, que tot i ser ecològiques i portar el segell ecològic europeu, no significa que siguin saludables. Un altre exemple són els conservants i additius que poden portar aquest tipus d'aliments, és a dir, que siguin ecològics no els exclou de portar-los. Tot i que puguin fer ús d'additius, estan

restringits. Només 47 dels 516 permesos a la Unió Europea es poden fer servir amb productes ecològics[38]. Són els més naturals i segurs, amb poques excepcions.

Generalment, es coneix què són realment els productes ecològics, tot i que hi ha gent que no està prou informada i atorga a aquests aliments "poders" que no tenen. A vegades, s'exageren les seves propietats per tal de vendre més, en el cas de les empreses, o per simple desinformació.

[38] https://www.cuerpomente.com/alimentacion/aditivos-alimentos-ecologicos_6373

10. ENTREVISTA A UNA COOPERATIVA DE CONSUM

Vaig optar per fer una entrevista a algú que formés part d'una cooperativa de consum perquè me'n van parlar, em van dir que treballaven amb aliments ecològics i vaig voler saber què eren i com funcionaven. El dia 13 de novembre de 2020 vaig realitzar una entrevista a la Cristina Ribot, que forma part d'una cooperativa de consum, l'Estrella, localitzada a Mataró. Vam intercanviar alguns correus fins que vam decidir fer una videotrucada per tal de poder fer-la.

Una cooperativa de consum és un grup de gent que s'uneix per consumir i comprar conjuntament perquè els surti més econòmic. No és una estructura vertical on hi hagi un president i un secretari, sinó que és una estructura horitzontal on tothom col·labora per igual i cadascú té una feina determinada a fer. Es fa tot col·lectivament, tothom aporta el seu granet de sorra per fer que la cooperativa funcioni.

En general, aquest tipus de cooperatives estan formades per una sèrie de persones, que poden ser grups familiars o amics, i només poden consumir els productes que compren la gent que en forma part. És a dir, ningú exterior pot comprar aliments que venen. Es treballa amb productes ecològics i a l'Estrella, a banda d'aliments, també s'hi poden trobar altres productes, com per exemple, productes d'higiene personal.

El tipus de família que forma part de la cooperativa és amb un nivell econòmic mig-alt. Són gent que tenen una certa consciència de l'alimentació i una certa consciència global. Creuen que els productes que es venen als supermercats convencionals estan molt manipulats i no són sans.

Cristina Ribot creu que consumir productes ecològics és una manera de viure pel fet de que és una conscienciació, tant a nivell personal i de l'alimentació, com a nivell social i global perquè aquests productes no són tant agressius per l'ecologia com els convencionals.

Gràcies a la Cristina també he pogut saber que per la pandèmia del CoVid-19, l'alimentació ecològica s'ha vist afectada, és a dir, els pagesos i agricultors han vist augmentades les seves vendes. Això ha estat perquè els consumidors tenen cada vegada major consciència sobre el seu benestar i, concretament, sobre el sistema immunològic. La preocupació pel medi ambient ha augmentat com a resultat de la CoVid-19. Això es deu en part perquè alguns consumidors es qüestionen si els problemes com la contaminació de l'aire han augmentat els problemes respiratoris, fent a la gent més vulnerables al virus. Com a resultat de tot això, la població busca adquirir aliments que promoguin el benestar i mantinguin la seva energia en aquests temps complicats, a la vegada que minimitzen l'impacte en el medi ambient.[39]

[39] https://www.tecnoalimen.com/noticias/20201021/covid-19-interes-consumidores-bienesar-productos-ecologicos#.X_nkxy3-9QI

11. ENTREVISTA AL SUPERMERCAT VERITAS

Vaig voler fer entrevistes a supermercats per tal de saber si les seves vendes s'havien vist afectades en els últims anys. En aquest cas va ser el supermercat Veritas, concretament el de Palafrugell, que ven exclusivament productes ecològics. Vaig anar a visitar el supermercat el dia 24 de novembre per preguntar si podia fer l'entrevista i vaig aprofitar per fer algunes fotografies (estan afegides a l'annex). Em van comentar que per fer l'entrevista hi podria anar el dia 26 de novembre, i així va ser. Vaig realitzar l'entrevista a una dependenta, la Carla.

Una suposició que va fer la Carla va ser que es va obrir un supermercat Veritas a Palafrugell per la gran demanda de productes ecològics dels turistes que venen a l'estiu, tant els de l'estranger com els de Barcelona, ja que les platges de Costa Brava els atrauen.

Al supermercat Veritas només venen productes ecològics, la seva política els prohibeix vendre qualsevol altre producte que no ho sigui, inclús el material que fan servir per netejar el local també ho ha de ser. Venen de tot, com un supermercat convencional, des de fruita ecològica fins a productes de neteja i d'higiene personal.

Hi ha molta més demanda de productes ecològics ara que anys enrere. Poc a poc, la gent es va conscienciant de la seva salut i generalment, inverteixen més diners en la seva alimentació. Tot i això, el preu dels aliments ecològics és bastant més elevat que el dels aliments convencionals. És per això, que moltes famílies no se'ls poden permetre. Llavors, hi ha molta gent que opta per tenir un hort privat a casa.

La gent que va a comprar en aquest supermercat sol ser gent des dels 30 anys fins a gent gran, que cada cop n'hi va més. Sol ser un tipus de família amb un nivell adquisitiu mig-alt, que es pugui permetre el preu d'aquests aliments.

12. ENTREVISTA AL SUPERMERCAT ESCLAT

Vaig voler fer entrevistes a supermercats per tal de saber si les seves vendes s'havien vist afectades en els últims anys. En aquest cas va ser el supermercat Esclat, concretament el de Palafrugell, que venen productes convencionals i també alguns d'ecològics. Vaig anar-hi el dia 24 de novembre de 2020 i aquell mateix dia vaig poder fer l'entrevista. Aprofitant la visita, vaig fer algunes fotografies dels prestatges on es troben els aliments ecològics (estan afegides a l'annex).Vaig entrevistar a la Jasmina González, la cap de torn del supermercat.

L'Esclat és un supermercat convencional, però com he dit anteriorment, també venen productes ecològics. D'ecològics el que venen és bàsicament aliments, tant frescos, com per exemple, iogurts; com en productes secs, com per exemple, pastes. A més, també venen ous ecològics. Tot i això, encara no venen altres productes que no siguin d'alimentació com podrien ser sabons o productes de neteja.

Ja fa molts anys que aquest supermercat mostra en els seus prestatges productes ecològics però durant els darrers quatre anys, els productes han anat augmentant molt, cada cop n'hi arriben més. Per tant, el prestatge on s'hi troben aquests aliments, que és en una zona específica del supermercat, també ha augmentat. Això, en part, és degut a que la gent cada cop en demana més i en volen més dels que disposen. De la venda total, un 10-20% són productes ecològics.

Aquests aliments no solen estar recomanats al supermercat, és a dir, no hi ha gaire publicitat però sí que és veritat, que si algun client pregunta per algun producte en concret, els treballadors els ofereixen el producte convencional i el producte ecològic, si és que el tenen. Tot i així, cada cop se'n fa més referència.

CONCLUSIONS

Un cop finalitzat aquest projecte, crec que he assolit els objectius previstos. He comprovat que la hipòtesi plantejada en un principi és certa: hi ha una tendència a l'alça dels consumidors a preferir aliments ecològics, tot i que són més cars. Això és degut a la conscienciació que hi ha actualment de la gent pel medi ambient i sobretot, per la seva salut. Tot i que el preu pot influir en la seva compra, ja que són més cars que els aliments convencionals, cada cop se'n compren més. El segon, el tercer i el quart objectiu els he aconseguit amb la investigació feta a través d'internet i de llibres. Els aliments ecològics provenen de granges i horts ecològics, on es cuida molt el seu procés. Aquests productes que estan a la venda com a ecològics, si porten el segell ecològic europeu, realment ho són. Que un aliment sigui ecològic vol dir que no s'ha utilitzat cap producte químic durant el seu procés de producció i que estan elaborats a partir d'ingredients respectuosos amb el medi ambient. Passen molts controls per garantir que respectin totes les normatives de producció ecològica, sanitària i de protecció del consumidor. Fent referència a la pregunta del títol, si consumir aquests productes és un estil de vida o una moda, cal dir que podria ser una barreja de les dues. La moda porta a que cada cop la gent se n'assabenti més sobre l'existència d'aquest tipus d'aliments i això fa que se n'adonin que potser podrien canviar els seus hàbits alimentaris per tal de millorar la seva salut i beneficiar el medi ambient.

Amb l'entrevista de la nutricionista, he pogut concloure que hi ha una conscienciació general de la població a cuidar-se més, tot i que no sempre sigui consumint productes ecològics. De l'entrevista de la cooperativa de consum, puc concloure que aquestes cooperatives són una manera de viure i de pensar i, a més, no hi ha una jerarquia a l'hora de gestionar els aliments.

De l'enquesta feta també en podem treure unes conclusions. La gran majoria dels enquestats s'alimenten amb productes ecològics i molts ho fan cada setmana. Tot i això, no tots els productes que fan servir són ecològics. Algunes de les raons per les quals en consumeixen són pels beneficis que aporten a la salut i a medi ambient i perquè a casa seva se'n compren. Aquesta enquesta m'ha servir per reforçar la meva hipòtesis inicial,

que cada cop la gent es decanta més per l'alimentació ecològica i que ho fan per la salut i el medi ambient.

La veritat és que durant la realització d'aquest treball no m'he trobat amb quasi cap inconvenient, l'únic problema que he tingut ha estat que degut a la pandèmia de CoVid-19 que estem vivint actualment, he hagut de fer dues de les quatre entrevistes per videotrucada, però tot i això, les he pogut fer sense problema. Des del meu punt de vista, crec que el meu treball té una extensió correcta, ni massa curt ni massa llarg.

Una de les coses que més m'ha sorprès fent la recerca, ha sigut adonar-me'n, mentre feia l'entrevista a la nutricionista, que perquè un aliment sigui ecològic, no significa que sigui saludable. A vegades atribuïm aquest terme a alimentació sana però no sempre és així. També m'ha xocat veure que no només existeixen els aliments ecològics, sinó que hi ha una quantitat de productes, com per exemple, els productes d'higiene personal o de neteja de la casa, que també ho són. Sovint, quan pensem en productes ecològics només pensem en l'alimentació, però hi ha molt més productes a banda d'això.

Si hagués d'ampliar el treball, afegiria apartats sobre el màrqueting en aquests productes i tota la publicitat que se n'està fent. També m'agradaria visitar alguna granja o hort on se'n produïssin per mirar el procediment que tenen i visitar una granja o hort on es produïssin el mateix tipus d'aliments però sense ser ecològics. Després comparar el procés que passen ambdós productes.

M'ha agradat molt investigar sobre aquest tema i estic molt orgullosa del resultat final. M'ha semblat molt interessant, sobretot veure també el que consumeix la població perquè veiem molts estudis ja realitzats, però quan fem les enquestes nosaltres mateixos, veiem de primera mà el que els habitants fan i pensen.

AGRAÏMENTS

Vull agrair a totes les persones que m'han ajudat a realitzar aquest treball i que m'han proporcionat part del seu temps lliure.

En primer lloc, agrair a la meva tutora del Treball de Recerca, Anna Albiol, per la seva orientació constant i la seva ajuda, per haver-me proporcionat els contactes tant de la nutricionista com de la cooperativa de consum. També m'agradaria agrair a l'Eva Hortal, la meva tutora del Treball de Recerca de l'any passat, el seu consell en la tria del tema i en la seva estructuració.

En segon lloc, vull donar les gràcies a l'Annabel Martín, la Cristina Ribot, la Carla i la Jasmina González per haver dedicat part del seu temps en ajudar-me amb la meva recerca responent les entrevistes. També agrair a tots els participants de l'enquesta, per dedicar una petita part del seu temps en contestar-la.

Per últim, vull donar les mil gràcies a totes les persones que han estat al meu costat durant la realització del treball pel suport donat: a la família i als amics.

BIBLIOGRAFIA

Llibres

- Descombes, Charles-André; Madaula, Feliu; Martínez, Isidre; Maynou, Marta; Pérez, Xavier; Pujol, Miquel. Generalitat de Catalunya: Departament d'Agricultura, Ramaderia i Pesca. *Llibre blanc de la producció agroalimentària ecològica a Catalunya.* Setembre 2006
- Lampkin, Nicolas. *Agricultura Ecológica.* Barcelona: Ediciones Mundi-Prensa, 2001.

Pàgines Web

- *Agricultura ecològica.* Wikipedia. https://es.wikipedia.org/wiki/Agricultura_ecológica#Beneficios,_perjuicios_y_controversias [09/09/2020]
- *Aliments ecològics, etiquetatge i garantia.* Generalitat de Catalunya. http://pae.gencat.cat/web/.content/al_alimentacio/al01_pae/05_publicacions_material_referencia/arxius/diptic_etiquetatgegarantiaalimentseco.pdf [19/04/2020]
- *Els productes ecològics: economia de futur.* 28 de febrer de 2012. Ets el que menges. https://etselquemenges.cat/alternativa/els-productes-ecologics-economia-de-futur [07/04/2020]
- *La certificació ecològica.* Consell Català de la Producció Agrària Ecològica (CCPAE). http://www.ccpae.org/index.php?option=com_content&task=view&id=36;lang=ca_ES#.X8lKxy3-9QI [14/10/2020]
- *La CoVid-19 aumenta el interés de los consumidores por el benestar y los productos ecológicos.* 21 d'octubre de 2020. Tecnoalimen. https://www.tecnoalimen.com/noticias/20201021/covid-19-interes-consumidores-bienesar-productos-ecologicos#.X_nkxy3-9QI [02/01/2021]
- *La regulació dels productes ecològics.* 6 de març de 2017. Diari d'Andorra. https://www.diariandorra.ad/noticies/revista_dies/alimentacio/2017/03/09/la_regulacio_dels_productes_ecologics_113218_1206.html [19/08/2020]

- *¿Los aditivos de los alimentos ecológicos no son "malos"?* 12 de juliol de 2020. Cuerpo Mente. https://www.cuerpomente.com/alimentacion/aditivos-alimentos-ecologicos_6373 [02/12/2020]
- *Normativa UE.* 2014. EcoAgricultor. https://www.ecoagricultor.com/normativa-ue/ [07/04/2020]
- *Producció agroalimentària ecològica (PAE).* 31 d'octubre de 2017. Generalitat de Catalunya. http://pae.gencat.cat/ca/informacio-general/produccio-ramadera-ecologica/ [02/01/2021]
- *Productes ecològics: què són i com identificar-los.* Júlia Farré. https://juliafarre.es/ca/alimentacio-equilibrada/productes-ecologics/ [07/04/2020]
- *Productes ecològics: què són i quins beneficis aporten.* Blog Cerdanya EcoResort. https://blog.cerdanyaecoresort.com/ca/productes-ecologics-beneficis-aporten/ [07/04/2020]
- *Què són els productes ecològics?.* Cal Monegal. http://www.calmonegal.com/que-son-i-com-identificar-els-productes-ecologics/ [07/04/2020]
- *Requisits de l'agricultura ecològica.* 18 de gener de 2018. Saia. https://saia.es/ca/requisits-agricultura-ecologica/ [08/09/2020]
- *Segell ecològic.* Verd Vending. http://verdvending.com/segell-ecologic/ [19/04/2020]

Imatges

Imatge de la portada extreta de: https://www.dir.cat/blog/10-preguntes-sobre-productes-ecologics/

ANNEXOS

1. ENTREVISTA A UNA NUTRICIONISTA

Quina és la teva feina?

Actualment treballo a una multinacional farmacèutica que es diu Reckitt and Benckinser. Treballo a la divisió de nutrició infantil, com a delegada mèdica de la meva empresa de la zona de Girona. La meva feina consisteix a visitar els pediatres de la zona que porto i presentar-los les novetats que tenim tant dels nostres productes com dels darrers estudis en nutrició infantil especialment sobre les darreres investigacions en nens amb al·lèrgia a la proteïna de llet de vaca, trastorns gastrointestinals i les darreres investigacions en probiòtics.

Anteriorment treballava a una consulta com a dietista nutricionista, on tractava a pacients sans i amb patologies, sobretot les derivades del sobrepès: diabetis, HTA, colesterol... i esportistes.

Creus que ara la gent està més orientada a consumir aliments ecològics? Perquè?

Crec que durant aquests anys gràcies a les xarxes socials, s'ha creat una nova corrent de menjar sa i fer esport que fins feia uns anys no era tan popular.

Crec que no és que la tendència sigui a consumir aliments ecològics sinó a menjar més saludable.

Al principi quan van sortir els primers aliments ecològics sí que hi va haver un important "boom" i crec que és una bona opció per substituir els ultra-processats, dels quals crec que les generacions més joves n'han fet un abús.

Recomanes a les persones que et venen a consultar que consumeixin productes ecològics?

Jo personalment no els recomano activament, però sí que crec que pot ser una bona opció quan s'han de canviar els hàbits alimentaris. Alhora sóc partidària de defensar el consum de productes locals, estacionals i de proximitat. Als meus pacients, els presentava diferents opcions i dins d'aquestes, els deixava escollir.

Creus que els aliments ecològics són més nutritius que els convencionals?

Actualment no està del tot clar si realment els aliments ecològics són més nutritius o no que els convencionals. Sí que és cert que els ecològics no poden ser tractats ni amb pesticides, antibiòtics, etc. però no per això els convencionals han de ser menys nutritius. Igual que els ecològics, els aliments convencionals passen uns controls molt estrictes i és molt poc probable trobar restes d'antibiòtics a la carn o de pesticides nocius per a la nostra salut. Sembla que els ecològics en el cas de les fruites i verdures podrien tenir una mica d'antioxidants que les convencionals, però no està demostrat.

Saps quins en són els beneficis des d'un punt de la salut humana?

Sempre que ens alimentem amb productes saludables, en aquest cas si ens alimentem amb productes ecològics, podrem obtenir una bona font de macronutrients saludables; hidrats, proteïnes i greixos de bona qualitat, vitamines entre d'altres.

Tot i que de la mateixa manera podrem obtenir beneficis molt equiparables amb una alimentació sense processats amb aliments convencionals.

Però també s'ha de vigilar amb tot el que és eco o bio, ja que podem trobar aliments processats eco o bio i això no vol dir que siguin saludables. Per exemple, les patates bio carregades de sal, alguns preparats com les hamburgueses vegetals amb molts conservants o galetes ecològiques altes en sucres simples i greixos saturats.

Creus que ha pujat el consum d'aquests aliments en els últims anys?

Sí, i tant. Fins feia uns anys no es tenia consciència d'aquest tipus de producte. Han sorgit de la necessitat de la població de tornar a menjar com menjaven els nostres avis.

Abans d'aquest "boom" per tot el que és ecològic venim d'un període on els ultra-processats tenien tot el protagonisme en la nostra alimentació. Tot això va començar amb la incorporació de la dona en el món laboral i per tant, la falta de temps per cuidar l'alimentació. La indústria en veure l'oportunitat, va crear aliments que no caduquessin aviat i es poguessin cuinar ràpidament.

Creus que comprar aliments ecològics és una moda o per el contrari la gent que els compra està molt conscienciada dels seus beneficis?

Jo crec que hi ha una mica de tot. Crec que el perfil de consumidor principal dels productes ecològics de manera habitual solen ser persones a partir dels trenta anys amb un poder adquisitiu mitjà-alt. Aquest tipus de consumidor sí que està realment conscienciat de què és el que compren.

Generalment és gent amb estudis i que s'interessa per la salut tant d'ells com dels familiars. Crec que solen estar bastant informants, tot i que a vegades m'he trobat que parlant amb algun dels meus pacients quan estava la consulta, la informació que tenien no era certa. A vegades es donen "superpoders" a un aliment i es diuen coses com per exemple que les algues marines o la cúrcuma són superaliments i donen propietats exagerades. També s'ha de vigilar amb el tema de l'intrusisme en l'àmbit de la nutrició, que són anomenats "Coach nutricionals". Molts d'ells intenten vendre suplements naturals ecològics atorgant-los unes propietats sobrenaturals a aliments que realment sí que poden ser saludables, però no poden curar un càncer. Molts s'aprofiten dels beneficis d'aquests aliments per exagerar-los i vendre't una mica la moto perquè vagis a les seves consultes.

Creus que el factor del preu, és a dir, que els aliments ecològics siguin més cars, afecta al consum que se'n fa?

Sí que crec que el factor preu pot ser delimitant, especialment si es tenen fills. Actualment, tot i que cada cop tenim més opcions de productes ecològics, la diferència segueix sent bastant distant entre un aliment convencional.

Entenc que hi hagi d'haver una mica de diferència en el preu, però la veritat és que actualment encara és bastant limitant aquest factor a l'hora de fer la compra.

Creus que consumir productes ecològics és una moda o una manera de viure?

Penso que és una manera de viure pels qui realment els consumeixen de manera habitual. És un perfil de comprador, com hem dit, que té una certa consciència pel medi ambient i no només per la seva alimentació, sinó que el seu dia a dia també és respectuós amb el nostre entorn.

Els últims estudis diuen que el mercat ecològic està pujant. Això vol dir que la gent cada cop té més consciència que tenir una bona alimentació és important.

Jo com a conclusió final opino que sí que són una bona alternativa, però no hem de menysprear els nostres productes de km 0 o locals que no són ecològics. Sempre que la nostra alimentació estigui basada en aliments frescos i sense processats, nodrirem al nostre cos amb tot el que necessita i prevenir així moltes malalties causades pel sedentarisme i els mals hàbits de vida.

2. ENTREVISTA A UNA COOPERATIVA DE CONSUM

Em podries explicar què és una cooperativa de consum?

Una cooperativa de consum seria que la gent s'uneix per consumir i comprar conjuntament. Es fa des de la idea que et surti una mica més econòmic i també des de la idea de col·laborar. Una cooperativa ja de per si, no és una estructura vertical, on hi ha un secretari, un president i un vicepresident, sinó que tots tenim decisions per igual i participem per igual. La cooperativa de la qual formo part es diu Cooperativa de l'Estrella i és un grup de gent que ens unim per comprar productes ecològics i perquè ens surti una mica més econòmic.

Em podries parlar una mica d'aquesta cooperativa?

La cooperativa aquesta de l'Estrella ja fa uns quants anys que existeix i vam començar sent un grup de gent que teníem ganes de menjar una mica millor, sense ser molt fanàtics, però sí que volíem intentar introduir una dieta més ecològica, més conscient. Aleshores, amb aquesta idea, ens vam ajuntar i la vam formar. Quan compres, compres a preu de botiga i com que compres a l'engròs, ho compres més econòmic. A la cooperativa també hi ha altres idees. Una que sigui ecològic, tant sí com no, tots els productes haurien de ser ecològics i després intentar també que siguin de proximitat i també intentar reduir els envasos. Nosaltres intentem comprar a l'engròs coses tipus pasta, arròs, oli. Comprem sacs de 25kg i d'aquesta manera redueixes tot el que serien els envasos.

Quanta gent forma part d'aquesta cooperativa?

Som 30 famílies. Es compta sempre per unitat familiar. Per exemple, nosaltres som 4, però després també pot ser una parella o inclús un pis que comparteixen 4 persones solteres.

Quin és el teu lloc a la cooperativa?

Com t'he dit, la cooperativa no és vertical, sinó que és horitzontal. Ens organitzem per comissions, per exemple, hi ha la comissió de productes, que el que fa és buscar productor que siguin ecològics i de proximitat. També hi ha la comissió de finances, que

és la que porta el tema d'economia i tot això, després hi ha la comissió de web, és a dir, tot ho comprem a través de la web, i jo estic en aquesta comissió.

Quin tipus de família compra en aquesta cooperativa?

El tipus de família que formem part de la cooperativa és amb un nivell econòmic mig-alt. Gent que té una certa consciència de l'alimentació i una certa consciència social.

Quin tipus d'aliments s'hi pot comprar? Treballeu amb productes ecològics?

Tot és ecològic, es pot comprar de tot. Des de la higiene personal, un paper de vàter o un xampú, a l'oli o carn. Ho podem comprar tot menys el producte fresc setmanal, és a dir, fruita i verdura no en comprem. L'única cosa que no té el segell d'ecològic és la mel. La mel és un producte que és molt difícil que et donin el segell i aleshores, li comprem a un productor que coneixem que és de proximitat.

Quins beneficis creus que aporten els aliments ecològics?

És un producte que et poses a dins el cos, llavors s'ha d'evitar tot el que serien tòxics i tot això, jo penso que és molt important. També que no hi hagi transgènics. Tot el que menjo acaba formant part de mi, llavors m'ha d'afectar d'alguna manera. Pot ser a curt termini o a llarg termini i per això prefereixo menjar ecològic.

Per què creus que la gent ve a aquesta cooperativa a comprar aliments?

Bàsicament perquè busquen productes ecològics, perquè està conscienciada de l'alimentació i també perquè pren consciència que els productes que es venen als supermercats convencionals estan molt manipulats i no són sans, aleshores opten per això. Llavors formen part de la cooperativa per poder accedir a aquests productes d'una manera més econòmica.

Compres productes a altres establiments? Quin tipus de producte trobes a faltar a la cooperativa?

La meva família en ser quatre, comprem molt a la cooperativa, però és impossible comprar-ho tot allà. Com que fem una demanda mensual, falten molts productes que

necessitem dia a dia que no té la cooperativa, per exemple el típic paquet de sal que no hi havies comptat o el típic sucre, sobretot productes així d'urgència que no hi pensaves.

Tothom pot comprar a la vostra cooperativa?

Només hi podem comprar els que en formem part. Cada persona a la cooperativa paga 5€ per pagar el local, que és un local que és compartit amb altres col·lectius. Després tothom fa la seva feina perquè la cooperativa funcioni.

I per últim, consideres que menjar aliments ecològics és una moda o una manera de viure?

Jo diria una mica de tot, és a dir, és una manera de viure pel fet que és una conscienciació, tant en l'àmbit personal, de l'alimentació, com a escala social i global perquè el producte ecològic no és tan agressiu per l'ecologia i per la terra com els altres productes. Casualment i per sort, ara mateix està ben vist. Nosaltres quan vam començar, érem una mica "rarets", se'ns veia com uns fanàtics de l'ecologia i per sort, sembla que la gent ha vist que realment era important. Vaig veure una entrevista que uns agricultors, uns pagesos, deien que a partir del confinament, han vist augmentada les seves vendes. És a dir, la gent, a partir del confinament, està comprant més productes ecològics que abans. Jo me n'alegro moltíssim que sigui així per la salut de tots al final.

3. ENTREVISTA AL SUPERMERCAT VERITAS

Com et dius?

El meu nom és Carla.

Quin càrrec ocupes en el supermercat?

Sóc dependenta del Veritas.

Quin tipus de productes ecològics veneu al supermercat? (és a dir: aliments, sabons, productes de neteja, etc.)

Venem una mica de tot. Tots els productes han de ser ecològics, el supermercat no deixa entrar cap producte que no ho sigui. Venem la fruita ecològica i de proximitat, també tenim productes de neteja, "snacks", aigües, congelats, iogurts; una mica de tot, com un supermercat.

Al supermercat només veneu productes ecològics, bio, etc. o també productes que no ho són?

La política que té Veritas és que en el supermercat no pot entrar res, inclús els nostres productes de neteja que fem servir per netejar el local, que no sigui eco.

Per què es va decidir obrir un supermercat Veritas a Palafrugell? (per la quantitat de demanda d'aquests productes potser?)

Doncs la veritat és que no ho sé, però puc intuir que va ser per la demanda de l'estiu sobretot. Quan venen els turistes, la gent que ve de l'estranger i de Barcelona, hi ha una gran demanda amb tema d'ecològics. Jo crec que va ser per això.

Creus que ara la gent és més conscient del que menja que anys enrere?

I tant, molt més. Jo crec que és una moda, una moda molt saludable i ara la gent es consciència més per tenir un estil de vida millor.

Quin és el rang d'edat de la gent que ve a comprar al supermercat?

Des dels trenta fins a gent gran, el que més em sorprèn és que cada cop ve més gent gran a comprar. Hi ha una senyora gran que es diu Margarita, que tenia una parada al mercat i és una clienta molt bona d'aquí Palafrugell i ens ve a comprar cada setmana.

Hi ha més demanda ara de productes ecològics que altres anys?

Sí, hi ha molta més demanda, òbviament.

Hi ha alguna altra cosa que creguis que he de saber per fer el treball?

Bé, jo crec que això dels aliments ecològics és una moda, però crec que a poc a poc la gent es va conscienciant a mesura que va invertint en si mateixos. Quan una persona inverteix en el seu benestar, implica fer uns canvis, i aquests canvis impliquen que hi hagi una alimentació conscient o que se n'adonin que hi ha una falta d'exercici. Aleshores també crec que influencia molt el fet de no menjar carn, tot el moviment que hi ha ara de menjar vegetarià o vegà, perquè hi ha explotacions que són molt grans, amb unes condicions horribles i això també fa que la gent prengui un altre tipus de visió i sigui més obert de ment.

Creus que consumir productes ecològics és una moda o una manera de viure?

Podria ser les dues, les dues van lligades. Les modes no deixen de ser unes pautes de conducte, aleshores, com a persones que som i com a éssers, seguim sempre un patró i jo crec que ja des de fa anys, tot això s'ha anat obrint molt més.

Creus que tot això dels productes ecològics anirà a més i acabarem consumint tots els àpats amb aquests aliments?

Jo espero i desitjo que sí. No ho sé, però sí que si la gent va prenent més consciència potser acabarem alimentant-nos només de productes ecològics. Sí que és veritat que per consumir aquests aliments s'ha de tenir un nivell econòmic bastant alt. No és el mateix preu un producte ecològic que un producte que està creat amb unes condicions més industrialitzades. Llavors ens hem de fer la pregunta: què preferim, la quantitat o la qualitat? Si consumir productes més barats, però que no siguin de bona qualitat o consumir productes més cars que no siguin més saludables.

Creus que el factor del preu influencia a què la gent compri productes ecològics?

Sí, i tant, és una cosa que afecta i molt més ara amb la situació que estem vivint, que hi ha una crisi, s'accentua encara més la classe social. Menjar bé per desgràcia, hauria de ser un bé primari i no es té en consideració. Per això molta gent també opta per tenir un hort a casa.

Quin és el tipus de família que ve a comprar?

És un tipus de família mitjana, amb un nivell adquisitiu mig-alt, que es pugui permetre comprar aquests aliments.

4. ENTREVISTA AL SUPERMERCAT ESCLAT

Com et dius?

Em dic Jasmina González.

Quin càrrec ocupes al supermercat?

Sóc la cap de torn.

En aquest supermercat veneu productes ecològics?

Sí.

Quin tipus de productes ecològics veneu? (és a dir: aliments ecològics, sabons, productes de neteja, etc.)

Venem més que res el que és alimentació, tant en frescos com en productes secs. Els sabons, productes de neteja i d'higiene personal encara no en venem, nosaltres només venem productes frescos com podrien ser els iogurts o salses; i després també productes secs com podrien ser pasta o salses en sec, és a dir, que no porti refrigeració. També venem ous ecològics.

Saps a quin any o època es van començar a afegir productes ecològics als prestatges d'aquest supermercat?

Doncs això no ho sé ben bé, però ja fa temps. Porto treballant aquí sis anys i quan vaig començar ja n'hi havia. El que sí que és veritat és que durant els darrers quatre anys, aquests productes han anat augmentant molt, cada cop arriben més productes ecològics.

La gent compra els productes ecològics que teniu?

Sí, sí que els compren.

Hi ha gent que us pregunta per més productes ecològics dels que disposeu?

Exacte, la gent ve a comprar i sempre pregunten on estan els productes ecològics perquè estan separats de la resta dels productes. Ens pregunten si en tenim més, si en tenim d'altres classes. La gent cada vegada en compra més i ens demana més pels ecològics.

En l'últim any/s han augmentat aquest tipus de productes als prestatges?

Sí, la veritat és que sí, durant aquests últims anys han augmentat. La gent en demana més i nosaltres veiem com cada cop en porten més. Cada vegada més la gent s'està enfocant cap a aquests productes.

Quants productes ecològics veneu aproximadament? Saps el tant per cent (%) del total de productes?

Això no t'ho sabria dir, però sí que és veritat que de la venda total, potser un 10-20% se n'aniria als productes ecològics, cada cop està agafant més importància.

Creus que s'hauria d'augmentar la quantitat d'aquests productes? O al contrari, disminuir-la?

No, jo crec que disminuir-la no i augmentar-la tampoc perquè és un producte que si és ecològic vol dir que té el seu procés de fabricació i d'elaboració, no és igual que un producte convencional. Per tant, que vagin arribant de mica a mica també et dóna més la seguretat que realment són ecològics i que tenen el seu tracte especial, que no siguin una massificació com ho són tots els altres, perquè si no, acabaria sent tot el mateix.

Els productes ecològics com es poden reconèixer de tots els altres? És a dir, com estan etiquetats?

Tots tenen una etiqueta verda que posa eco a l'embalatge.

En el vostre supermercat soleu recomanar que es comprin productes ecològics?

Tant com recomanació no perquè la gent que ja en compra, ja sempre se'n va al prestatge especial dels productes ecològics, però si ens demanen algun producte els oferim en producte convencional i en ecològic. Tot i això, no estem tot el dia recomanant. Sí que és veritat que cada cop la gent pregunta més, per tant, nosaltres

com a treballadors, també cada cop fem en més referència, però encara estem en el procés que la gent va comprant i si t'ho demanen bé, però si no t'ho demanen tampoc no ho vas dient. Però, com he dit abans, cada cop la gent en compra més i cada cop en tenim més. El prestatge abans era un mòdul, que seria com una prestatgeria i ara cada cop els prestatges s'augmenten i agafen més espai perquè la venda cada cop és més important en aquest producte.

Creus que consumir productes ecològics és una moda o una manera de viure?

Jo crec que és una manera de viure, és a dir, la gent cada cop vol ser més sana i el que fa és mirar productes diferents. Jo crec que la gent s'està acostumant a menjar ecològic i avui en dia, com que hi ha tantes malalties, es pensa que comprant ecològic, millorarà la seva salut. No és tant com una moda, crec que és més una manera de viure.

Creus que el preu d'aquests aliments afecta que la gent en compri més o menys?

Jo crec que no, que realment la gent que vol comprar productes ecològics és perquè vol que la seva salut sigui millor i, per tant, no els importa el preu que hagin de pagar.

5. IMATGES SUPERMERCAT VERITAS [40]

[40] Totes aquestes fotografies han estat fetes per mi.

ESCULL LA QUANTITAT QUE NECESSITES,
i ESTALVIA D'UNA MANERA SOSTENIBLE
i SALUDABLE.

LA TEVA PELL TAMBÉ MENJA
La pell és l'òrgan més gran del cos. Alimenta-la amb cosmètics ecològics.
SENSE:
Pesticides.
Parabens.
Conservants.
Colorants sintètics.
Derivats del petroli.
AMB:
L'eficàcia de les plantes.
La suavitat de la seva composició.
Ingredients ecològics.
El respecte al medi ambient.

6. IMATGES SUPERMERCAT ESCLAT [41]

[41] Totes aquestes fotografies han estat fetes per mi.

ecològics