

Comida orgánica... ¿qué es?

Escrito por Administrator

Jueves, 18 de Abril de 2013 12:06



{comments on}La comida orgánica es aquella que se produce mediante técnicas tradicionales, que está libre de aditivos, hormonas, tóxicos, transgénicos y sustancias químicas. Otro factor importante es que los cultivos sólo reciben abono natural.

La clave de una buena alimentación es consumir alimentos cuya producción, transformación y comercialización sean respetuosas con el medio ambiente, y sobre todo con nuestra salud.

¿Sabías que...? Una alimentación de forma orgánica es consciente y contribuye a hacer posible que las futuras generaciones puedan continuar alimentándose en un mundo más sano.

Intenta llevar una dieta más balanceada y optar en la medida de tus posibilidades por alimentos orgánicos, huertos ecológicos, cocinas y restaurantes vegetarianos y apoya al comercio justo. Sin embargo, este tipo de comida es más elevada que la normal, pero podemos cambiar de hábitos empezando por un día a la semana.

La Secretaría del Medio Ambiente del Gobierno del Distrito Federal promueven este tipo de alimentación con la ayuda del Mercado el 100, que se llevará a cabo el 27 de abril de 10 a 14 horas en Ecoguardas.

Aquí podrás encontrar productos orgánicos y locales como: hortalizas, dulces, productos de limpieza y productos de cuidado personal; también habrá talleres de huertos urbanos, composta, consumo responsable y muchas otras cosas más.

Para más información visita: <http://www.sma.df.gob.mx/sma/index.php?opcion=26&id=841>