

# COMER ECOLÓGICO ES COMER SALUDABLE Y MUCHO MÁS

## ELIKAGAI EKOLOGIKOAK HARTZEA OSASUNTSU JATEA BAINO ASKOZ GEHIAGO DA



Los **alimentos ecológicos** nos ayudan a preservar la salud al ser más nutritivos y estar libres de residuos contaminantes. Además, son más sabrosos y conservan mejor su aroma y color naturales.

Los alimentos ecológicos garantizan la mejor calidad, respetan los ciclos naturales y están sujetos a una trazabilidad desde el campo hasta tu mesa.

Cada vez que adquirimos productos de cercanía, cuidamos el medio ambiente reduciendo la huella ecológica y colaboramos en el desarrollo de nuestra comunidad, con **beneficios socioeconómicos y culturales**.

La agricultura ecológica preserva los ecosistemas, favorece la biodiversidad y es respetuosa con el medioambiente, asegurando un **futuro sostenible** para las siguientes generaciones.

Elikagai ekologikoak, soberakin kutsagarririk gabekoak eta elikagarriagoak izanik, osasuna zaintzen laguntzen digute. Gainera, goxoagoak dira eta beren usain eta kolore naturalak mantentzen dituzte.

Elikagai ekologikoek kalitate hobereana bermatzen dute, naturaren zikloak errespetatzen dituzte eta lurretik mahairanoko trazabilitateari lotuak daude.

Gertuko elikagaiak erostean ingurugiroa zaintzen dugu aztarna ekologikoa gutxituz eta, honek dakarren **onura sozioekonomikoei eta kulturelei** esker, komunitatearen garapenari laguntzen diogu.

Nekazaritza ekologikoa ekosistemak babesten ditu, bioaniztasuna laguntzen du eta ingurugiroarekin errespetuzko harremana duenez, datozen belaunaldiendako etorkizun jasagarria ziurtatzen du.



## ¿QUÉ ES LA AGRICULTURA ECOLÓGICA? ZER DA NEKAZARITZA EKOLOGIKOA?

La agricultura ecológica es un sistema de producción agrario que nos proporciona alimentos frescos, sabrosos, auténticos y sin residuos de pesticidas, al tiempo que respeta los ciclos de la naturaleza.

Para ello la agricultura ecológica se basa en una serie de objetivos y principios, así como en unas prácticas comunes diseñadas para minimizar los impactos en el medio ambiente, mientras se asegura que el sistema agrario funcione de la forma más natural posible.

### ¿CÓMO SÉ QUE UN PRODUCTO ES ECOLÓGICO?



En la UE los productos ecológicos están identificados con el símbolo de la eurohoja.

La eurohoja es la etiqueta que avala que ese alimento ha pasado rigurosos análisis y controles.

Esta certificación la realiza CPAEN-NNPEK, el Consejo para la Producción agraria ecológica de Navarra.

Para obtener y mantener este sello se realizan estrictos controles anuales tanto de los alimentos como de las tierras en donde se cultivan.

Recuerda, si ves la eurohoja  
**¡ES ECOLÓGICO!**

Nekazaritza ekologikoa elikagai freskoak, benetakoak eta pestizida aztarnarik gabeko produktuak egokitzen dizkigun laborantza sistema da. Sistema honek, halaber, naturaren zikloak errespetatzen ditu.

Horretarako nekazaritza ekologikoak hainbat printzipio eta helburu ditu oinarri, ingurugiroan eragina gutxitzeko propio diseinatutako lan egiteko modu amankomun bati lotuta. Honek guztiak naturarekin ahalik eta zintzoen jokatzeko duen laborantza sistema bermatzen du.

### NOLA JAKIN DEZAKET PRODUKTU BAT EKOLOGIKOA DEN ALA EZ?



EBan produktu ekologikoak eurohostoa izeneko ikurrarekin identifikatzen dira.

Eurohostoa, elikagai horrek analisi eta kontrol zorrotzak gainditu dituela ziurtatzen duen etiketa da.

Egjaztapen lanak Nafarroako Nekazaritzako Produktzio Ekologikoaren Kontseiluak (CPAEN-NNPEK-ek) burutzen ditu.

Ziurtagiria lortzeko eta mantentzeko urteroko kontrol zorrotzak gainditu behar izaten dituzte, bai elikagaiek eta baita hauen ekoizpenerako landutako lurrek ere.

Gogoan izan, eurohostoa ikusten baduzu,  
**EKOLOGIKOA DA!**

Más información en:

[www.navarraecologica.org](http://www.navarraecologica.org)

Informazio gehiago