

El Comprador Ecológico

GUÍA PARA USAR PRODUCTOS DEL
SUPERMERCADO ECO-AMIGABLES



Gracias por la compra de EcoPool 50

Aviso Legal

**Remitirse a los términos y condiciones
estipulados por la empresa en su página
web**

<https://ecosystemfx.com/>

Tabla de contenido

Prefacio

Capítulo 1:

Introducción

Capítulo 2:

Nutrición y orgánicos

Capítulo 3:

Orgánicos y su salud

Capítulo 4:

Cuidado de la piel orgánico

Capítulo 5:

Elegir productos orgánicos para el cuidado de la piel

Capítulo 6:

Jabones de baño orgánicos

Capítulo 7:

¿Qué pasa con la jardinería orgánica?

Capítulo 8:

Consejos para la jardinería orgánica

Terminando

Ultimas palabras

Prefacio

Muchos compradores solo parecen tener una comprensión abstracta de las ventajas de los alimentos y productos orgánicos en el medio ambiente y su bienestar. Obtén toda la información que necesitas aquí.

El comprador verde

Tu guía amigable utilizando productos ecológicos en el mercado.



Capítulo 1

Introducción

Sinopsis

La carne, las aves, los huevos y los productos lácteos orgánicos provienen de animales que no reciben antibióticos ni hormonas de crecimiento. Muchas personas piensan que la ingeniería genética es insegura, impredecible y puede reducir el valor nutricional de los alimentos.

Pero la FDA ha declarado que la cantidad de hormonas utilizadas en el ganado comercial no es suficiente para dañar a los seres humanos. Como resultado, para ser vistos como orgánicos, la carne, las aves, los huevos y los productos lácteos deben provenir de animales que no reciben antibióticos ni hormonas de crecimiento. Por lo general, las frutas y verduras orgánicas, la leche, los huevos y los productos cárnicos se producen dentro de un radio de 50 millas de su lugar de venta final.





Los Básicos

Los productos orgánicos se refieren a las verduras que se cultivan sin el uso de productos químicos o pesticidas. Solo se pueden utilizar fertilizantes naturales, como el estiércol, para producir productos orgánicos. Si bien aún es mejor comer vegetales no orgánicos que no comer vegetales, los consumidores están comenzando a ver el valor de los productos orgánicos.

El sector de productos naturales y orgánicos para el cuidado de la piel ha experimentado un aumento del 39 % en el último año. Las preparaciones del producto se basan completamente en ingredientes naturales o de origen natural. Estos productos no utilizan conservantes artificiales.

La FDA no regula a los fabricantes de cuidado de la piel, los ingredientes cuestionables con frecuencia se abren camino en sus fórmulas. Algunos de estos productos pueden afirmar que son completamente naturales, y aún contienen una gran cantidad de productos químicos y toxinas. Como consumidor, si un producto para el cuidado de la piel tiene un ingrediente del que no está seguro, escriba su nombre e investigue un poco. Si un producto dice ser completamente natural, sus ingredientes deben ser fácilmente reconocibles como elementos naturales.

Los Básicos

Examine los primeros listados del producto para asegurarse de que sean los ingredientes naturales que está buscando. La suciedad, el polvo, los contaminantes y otros contaminantes ambientales ingresan al cuerpo a través de la piel, proporcionando una puerta de entrada más importante a su sistema, por lo que es crucial saber qué contienen los productos. En respuesta a una demanda creciente por parte de los consumidores, cada vez más alimentos orgánicos

y los productos están inundando el mercado. Incluso en los principales supermercados, se encuentran disponibles alimentos orgánicos certificados y productos orgánicos para el cuidado de la piel.

La demanda de producción orgánica aumenta al menos un cuarenta por ciento cada año. Y mientras que en algunos casos el precio de las materias primas orgánicas puede ser de tres a cuatro veces más caro que el convencional. Si la demanda de los consumidores crece, los precios deberían seguir cayendo.



Capítulo 2

Nutrición y orgánicos

Sinopsis

En nuestra búsqueda de un estilo de vida más saludable y siguiendo una dieta mejor y más nutritiva, ocasionalmente nos enfrentamos a opciones. ¿Es mejor para mí comprar alimentos naturales, orgánicos y libres de hormonas? ¿Qué significan estas cosas?



¿Cuál es el valor nutricional?

Cuando se dirige al mercado de alimentos, comprar productos como huevos, carne, pescado, leche y productos agrícolas puede ser muy complicado. Se colocan letreros por todas partes que etiquetan los alimentos como naturales, orgánicos y una serie de cosas adicionales, pero ¿cuál es realmente la diferencia? Aprender qué significan los nombres particulares puede ayudarlo a elegir si debe repartir dinero adicional en un producto, si el valor nutricional es mejor o si es simplemente una estrategia de promoción.

Natural es un término relacionado con una serie de productos de frutas y verduras. Por lo general, se trata de una simple estrategia de promoción para convencerlo de que compre el producto. Después de todo, todas las frutas y verduras son naturales, ¿correcto? A menos que se trate de un nuevo tipo de alimento que haya sido desarrollado y procesado, el producto es natural. Con toda probabilidad, lo que realmente estás buscando es orgánico. Los alimentos orgánicos se cultivan sin pesticidas y fertilizantes químicos.

Hay 2 ventajas principales con los alimentos orgánicos. En primer lugar, está ayudando al medio ambiente, ya que los productos químicos no se introducen en la naturaleza. En segundo lugar, está evitando consumir productos químicos y, en consecuencia, se beneficia al utilizar una comida más saludable.

¿Cuál es el valor nutricional?

De todos modos, los productos orgánicos suelen ser más caros, mientras que la nutrición es la misma (quiero decir que una gran manzana es una gran manzana). Si tiene un presupuesto limitado, omita las frutas y verduras orgánicas que tiene que pelar, como las naranjas y los plátanos. Después de todo, una vez que hayas desechado la cáscara, también ha desechado los productos químicos. En su lugar, opte por productos orgánicos como las manzanas, cuya cáscara se come. Independientemente de lo que compre, de todos modos, asegúrese de enjuagar la comida cuando llegue a casa.

Una etiqueta engañosa diferente que verá es "sin hormonas". Esto es comúnmente con respecto a los productos lácteos o cárnicos y es falso, ya que todos los animales producen hormonas de forma natural. Las hormonas son lo que ayuda a un animal (incluso a un ser humano) a regular los órganos del cuerpo, tener crías y otras funciones. Todos los productos cárnicos tienen hormonas. Lo que realmente significan las etiquetas es que no se administraron hormonas artificialmente al animal, lo que ocasionalmente se hace para aumentar la producción de leche. Independientemente de las hormonas, de todos modos, la leche y la carne son seguras para un individuo y no una violación de los derechos de un animal.

Por último, una etiqueta en los huevos y la carne puede indicar si el animal estuvo enjaulado o encerrado. Esto no hace una diferencia en la calidad o el valor nutricional de la carne, sino que es simplemente una cuestión de derechos de los animales. Estos productos pueden ser un poco más caros, pero si desea tomar decisiones humanas, ese es el camino a seguir.

En ocasiones, leer la etiqueta y llegar a opciones saludables puede ser difícil, pero aprender a hacerlo puede ayudarlo a tomar las decisiones más beneficiosas para su dieta.

Capítulo 3

Orgánicos y su salud

Sinopsis

Los alimentos orgánicos son alimentos que están libres de todos los organismos genéticamente modificados, desarrollados sin pesticidas ni fertilizantes artificiales y derivados de un animal criado sin la utilización rutinaria de antibióticos, estimulantes del crecimiento o medicamentos adicionales. Antes solo se encontraban en pequeñas tiendas o mercados de agricultores, los alimentos orgánicos y otros productos están cada vez más disponibles.





Salud

Se ha comprobado que los alimentos orgánicos mejoran su sistema inmunológico, lo ayudan a dormir bien, eliminan el peso extra más fácilmente y mejoran sus análisis de sangre, solo por nombrar algunos. Los alimentos orgánicos pueden presumir de sabores intensos y realistas y, en algunos casos, un contenido elevado de vitaminas y minerales.

Y aunque lógicamente tiene sentido llevar una dieta basada en alimentos orgánicos, algunos se preocupan por el costo. Sin embargo, con una planificación y preparación mesuradas, volverse orgánico es bastante asequible. Y, la tranquilidad de saber que usted y sus seres queridos están comiendo alimentos que no han sido procesados con pesticidas o modificados genéticamente vale la pena el dinero adicional gastado.

Los pesticidas utilizados por los agricultores convencionales pueden tener muchas influencias dañinas en su salud, incluida la neurotoxicidad, la interrupción de su sistema endocrino, la carcinogenicidad y la supresión del sistema inmunológico.

La exposición a pesticidas también podría afectar la función reproductiva masculina y se ha asociado con abortos espontáneos en mujeres. Además, los productos convencionales tienden a tener menos nutrientes que los productos orgánicos. En promedio, los productos convencionales tienen solo el ochenta y tres por ciento de los nutrientes de los productos orgánicos. Los estudios han detectado niveles significativamente elevados de nutrientes como vitamina C, hierro,

magnesio y fósforo, y significativamente menos nitratos (una toxina) en cultivos orgánicos.

Salud

Por lo tanto, es una idea brillante comprar y comer productos orgánicos y alimentos orgánicos de granja tanto como sea posible para obtener los máximos beneficios para la salud. Además, el conocimiento de que está apoyando a la industria de alimentos orgánicos que se dedica a proteger el medio ambiente al evitar pesticidas y productos químicos adversos que pueden provocar la pérdida de la capa superior del suelo, escorrentías tóxicas y la consiguiente contaminación del agua, contaminación y envenenamiento del suelo y la La muerte de insectos, pájaros, bichos y organismos beneficiosos del suelo debería ayudarlo a sentirse aún mejor.



Capítulo 4

Cuidado de la piel orgánico

Sinopsis

La tendencia del cuidado orgánico de la piel ha recibido mucha atención en los últimos años. Este capítulo proporciona una definición para el cuidado orgánico de la piel. También habla de muchos beneficios clave de usar productos orgánicos para el cuidado de la piel y cómo puede beneficiar al usuario, al medio ambiente y a la economía.





Para la piel

Si hay una tendencia de belleza que parece estar recibiendo una buena cantidad de atención y publicidad, es el cuidado orgánico de la piel. Muchas personas, especialmente celebridades, están cambiando a productos orgánicos para el cuidado de la piel y haciéndoles saber a otras personas. Antes de hacer pasar el cuidado orgánico de la piel como una simple tendencia de Hollywood, siga leyendo para obtener más información al respecto y por qué cambiarse a él puede ser lo más beneficioso que pueda hacer por su piel.

¿Qué implica el cuidado orgánico de la piel?

Orgánico simplemente implica que no se utilizaron productos químicos en la fabricación de un producto y en el cultivo de los elementos que lo componen. Los productos orgánicos para el cuidado de la piel se fabrican sin utilizar conservantes, productos químicos u otros materiales sintéticos. Están hechos de ingredientes naturales como flores, hierbas, frutas, nueces, leche y aceites que se cultivan sin el uso de pesticidas, fertilizantes comerciales y posiblemente sustancias tóxicas.

Ventajas de cambiarse al cuidado de la piel orgánico

Los productos orgánicos para el cuidado de la piel funcionan tan bien o incluso mejor que los productos convencionales para el cuidado de la piel. También hay una amplia variedad de productos orgánicos para el cuidado de la piel que pueden satisfacer sus necesidades de belleza. Desde lociones y cremas hasta bálsamos labiales y barras de labios, hay un producto orgánico para el cuidado de la piel que puede ser adecuado para usted.



Para la piel

utilizando orgánico, los productos para el cuidado de la piel no solo te benefician a ti, sino también a los demás y al medio ambiente. A continuación se presentan algunas de las ventajas clave de cambiar al cuidado de la piel orgánico:

- Salud mejorada

Los estudios demuestran que casi el 60 % de las sustancias químicas que se encuentran en los productos comerciales convencionales para el cuidado de la piel y en los cosméticos llegan al torrente sanguíneo. Si bien las cantidades mínimas de estos productos químicos pueden no representar una amenaza significativa, una acumulación puede ser potencialmente tóxica. Al utilizar productos orgánicos para el cuidado de la piel, elimina el riesgo de que los productos químicos se filtren en el torrente sanguíneo.

- Menor contaminación

Además de contribuir a su bienestar, el uso de productos orgánicos para el cuidado de la piel también reduce la contaminación. Los cosméticos y productos para el cuidado de la piel convencionales se producen en masa en grandes fábricas y laboratorios que utilizan diferentes conservantes y productos químicos.

Los subproductos de fabricación se eliminan como desechos líquidos o se descargan como humos. Estos materiales de desecho pueden potencialmente dañar el medio ambiente. Por otro lado, los productos orgánicos se cultivan y fabrican sin utilizar ningún químico o conservante en condiciones cuidadosamente controladas diseñadas para mantener los atributos naturales de los ingredientes.



Para la piel

- Sistema económico mejorado

Usted también ayuda a mejorar el sistema económico del país al apoyar los productos orgánicos para el cuidado de la piel. Los fabricantes de productos orgánicos suelen ser empresas a pequeña escala, mientras que sus proveedores son defensores y practicantes de la agricultura orgánica. Al respaldar los productos orgánicos para el cuidado de la piel, respalda y aumenta las demandas de su negocio.

El cuidado orgánico de la piel utiliza embellecedores naturales de la Madre Naturaleza para mantener su piel flexible y saludable. Simplemente asegúrese de consultar a su médico antes de probar cualquier producto para el cuidado de la piel, ya sea orgánico o no.

Si está interesado en utilizar productos orgánicos para el cuidado de la piel, es aconsejable conocer los requisitos y estándares establecidos por el USDA para los productos orgánicos para el cuidado de la piel a fin de garantizar su calidad.

Capítulo 5

Elegir productos orgánicos para el cuidado de la piel

Sinopsis

La creciente popularidad del cuidado orgánico de la piel ha allanado el camino para la fabricación de una amplia variedad de productos orgánicos para el cuidado de la piel. Este capítulo proporciona información y conocimientos sobre productos orgánicos para el cuidado de la piel junto con consejos para seleccionar productos orgánicos verdaderos y de calidad.





Consejos para elegir

Dé un paseo por cualquier pasillo de belleza o cuidado de la piel y será bombardeado por productos que afirman el hecho de que son "totalmente naturales" u "orgánicos". La gran demanda de productos orgánicos para el cuidado de la piel ha llevado a los principales fabricantes de productos para el cuidado de la piel y cosméticos a producir en masa.

Lamentablemente, si bien esto parece una gran noticia, la producción masiva de productos para el cuidado de la piel y cosméticos no es pragmática a menos que los fabricantes utilicen conservantes y productos químicos adicionales para aumentar la vida útil de sus productos supuestamente "orgánicos". Como tal, se debe tener cuidado al seleccionar productos orgánicos para el cuidado de la piel para garantizar la autenticidad y la calidad. Aquí hay una guía para ayudarlo a seleccionar verdaderos productos orgánicos para el cuidado de la piel:

1. Busque el sello de aprobación orgánico del Departamento de Agricultura.

El Departamento de Agricultura ha impuesto muchos requisitos para los productos orgánicos para el cuidado de la piel. Cada producto que afirme ser orgánico debe llevar el sello de aprobación orgánico del Departamento de Agricultura. Esto significa que el producto ha sido examinado y ha cumplido con los criterios de calidad establecidos por el Departamento de Agricultura para la seguridad.



Consejos para elegir

El letrero del Departamento de Agricultura significa que el producto y sus elementos han pasado las pruebas realizadas por el Departamento de

Agricultura para la utilización de antibióticos y hormonas en ganado y cultivos.

2. Ir más allá del valor nominal.

No tome la palabra del fabricante por lo que es. Como alternativa, lea la etiqueta para tener una idea completa de los componentes utilizados para la fabricación del producto. Si los fabricantes colocan etiquetas de "orgánico" o "totalmente natural" en sus productos, es posible que estén exagerando un poco la verdad.

Algunos fabricantes sin escrúpulos podrían haber usado un ingrediente orgánico, sin embargo, esto no hace que sus productos sean "orgánicos". En su lugar, revise y lea las etiquetas detenidamente para asegurarse de que el producto que va a comprar sea realmente orgánico. Siempre que sea posible, tome nota de algunos componentes que no entienda en la etiqueta y búsquelos en línea antes de comprarlos para asegurarse de que no sean conservantes ni productos químicos.

Consejos para elegir

3. Estar familiarizado con la clasificación orgánica del Departamento de Agricultura.

El Departamento de Agricultura otorga su sello orgánico de aprobación a los productos que cumplieron con sus estándares orgánicos. Además, el Departamento de Agricultura también implementa un sistema que especifica un producto como puramente orgánico o no. Estar familiarizado con este sistema le asegura que no se dejará engañar a la hora de seleccionar un producto orgánico. En primer lugar, solo los productos que utilizaron sustancias puramente orgánicas en su fabricación pueden etiquetarse como "100% orgánicos". Luego, los productos con 95% o más de componentes orgánicos pueden etiquetarse como "orgánicos" en su etiqueta principal. A continuación, los productos con entre un 70 % y un 95 % de componentes orgánicos solo pueden describirse como "hechos con componentes orgánicos" con 3 de estos componentes orgánicos enumerados en la etiqueta. Finalmente, los productos con solo un 70 % de componentes orgánicos o menos solo pueden usar la palabra "orgánico" en su sección de ingredientes.

Al comprender lo que los fabricantes quieren decir cuando etiquetan sus productos como orgánicos, puede minimizar el riesgo de comprar productos fraudulentos disfrazados de líneas orgánicas para el cuidado de la piel. Mejor aún, busque en la Red reseñas y recomendaciones sobre los productos orgánicos para el cuidado de la piel más beneficiosos que existen para simplificar su selección.

Capítulo 6

Jabones de baño orgánicos

Sinopsis

En lugar de enjabonar su cuerpo con productos químicos agresivos, ¿por qué no se toma el tiempo de aprender por qué los jabones de baño orgánicos se están convirtiendo en la primera opción para personas de todo el mundo? Estos jabones de baño orgánicos provienen de recursos naturales. Los jabones y productos de baño brindarán protección a tu piel.



Jabones

Visite la red donde encontrará una buena variedad de jabones de baño orgánicos. Algunos de los jabones están tallados a mano y procesados en frío. Estos jabones son increíbles para aquellas personas que luchan contra la piel sensible. Puede encontrar jabones líquidos, jabones orgánicos en gel y limpiadores no tóxicos comprando en Internet.

Comprar en la red es inteligente ya que tiene una selección más amplia de jabones orgánicos para considerar. Descubrirá mezclas naturales, mezclas tradicionales, jabones procesados, etc. Incluso si tienes una piel muy sensible, descubrirás jabones orgánicos que no molestarán tu piel.

Los jabones orgánicos son más saludables que algunos de los champús, jabones, etc. fabricados con todas las cosas innecesarias. Algunos de estos jabones tienen químicos agresivos que se relacionan con tipos particulares de cáncer.

Verifique los ingredientes en el paquete de su champú o jabón y haga una investigación profunda en la red para aprender más sobre los químicos en los jabones no orgánicos, champús, etc. Esto le ayudará a apreciar lo valiosos que pueden ser los jabones orgánicos para usted.

Más y más personas en estos días están volviendo a la vida natural. Esto se debe a que están descubriendo que, en la mayoría de los casos, los productos fabricados no son tan buenos después de todo. Las personas están descubriendo que

la vida orgánica fomenta una piel saludable, un cabello saludable y una vida más larga.

Jabones

Así que asegúrese de revisar la amplia variedad de jabones orgánicos en línea. Encontrará una variedad de jabones, manteca de karité, incienso primo, champú para mascotas, soluciones para el cuidado de la piel, lavado orgánico, champú orgánico para caballos y más.

Vea incluso su mascota puede obtener los beneficios de una vida sana y natural.

Los jabones orgánicos te dan una mezcla de agua, álcali y aceites. Algunos jabones también tienen glicerina mezclada en la barra para que tengas una solución humectante.

Todos los ingredientes son naturales y provienen de algunas de las mejores plantas, árboles, etc. Algunos de los mejores jabones orgánicos incluyen los jabones a base de Aloe-Vera. El aloe vera es una increíble fuente natural que hidratará tu piel.



Capítulo 7

¿Qué pasa con la jardinería orgánica?

Sinopsis

Echemos un vistazo a por qué debería cultivar su propio jardín de verduras orgánicas.



Cultivando el tuyo

Durante las últimas décadas, ha habido un cambio hacia la automatización y homogeneización de la agricultura, que utiliza pesticidas, aditivos, herbicidas, fertilizantes artificiales y estrategias de producción en masa. Es comprensible que todo esto esté afectando a la salud de la humanidad y que nuevas enfermedades se propaguen rápidamente entre los seres humanos y los animales (la gripe aviar es la más reciente).

La Organización Mundial de la Salud presenta informes para mostrar cómo la utilización de productos químicos y productos adicionales en los alimentos, junto con los procedimientos de fabricación involucrados, son en realidad una amenaza para nuestra salud.

Si tiene espacio para algunas macetas o incluso un pequeño pedazo de tierra, es una decisión sensata cultivar su propio jardín de verduras orgánicas. Hoy estoy planteando 7 razones para hacer esto:

1. No tendrás aditivos en tus vegetales. La investigación realizada por asociaciones de alimentos orgánicos ha demostrado que los aditivos en nuestros alimentos pueden causar enfermedades cardíacas, osteoporosis, migrañas e hiperactividad.
2. No se utilizarán pesticidas ni fertilizantes sintéticos. Estos productos químicos se aplican para tener cultivos más grandes todo el tiempo, independientemente de las plagas o las condiciones climáticas, y afectan la calidad de las verduras. Además, los pesticidas son generalmente venenosos para los humanos.

Cultivando el tuyo

3. Tus verduras no serán modificadas genéticamente (GM). Se utilizan antibióticos, medicamentos y hormonas en las verduras para que crezcan más y más grandes. Una de las consecuencias de esta práctica son las verduras que se ven todas iguales y normalmente no saben tan bien. Además, acabamos consumiendo las hormonas que se han utilizado en las verduras, con los posibles riesgos para nuestra salud.

4. Consumir tus propias verduras orgánicas será mucho más saludable para ti. No tendrán ninguno de los productos o químicos mencionados anteriormente, y serán mucho más naturales que cualquiera que encuentres en el supermercado. Su salud no estará en riesgo, ya que entonces sabrá que no se ha agregado nada a sus verduras.

5. Tus propias verduras orgánicas serán mucho más deliciosas. La utilización de pesticidas, fertilizantes sintéticos, hormonas y antibióticos hacen que las verduras crezcan de forma poco natural y les quitan el sabor. Con las verduras orgánicas, tu cocina se verá potenciada, ya que su sabor se verá por completo.

6. La agricultura ecológica es respetuosa con el medio ambiente.

Debido a que no utilizará pesticidas u otros productos igualmente dañinos en sus vegetales, no dañará el suelo o el aire con los elementos químicos.

Cultivando el tuyo

7. Cuando cultivas tus propias verduras orgánicas, estás contribuyendo a tu propia autosostenibilidad y la sostenibilidad del planeta. Se han fundado pequeñas comunidades donde los miembros intercambian productos, que crezcan de forma natural, contribuyendo así a crear un lugar agradable y mejor para todos nosotros.

Al final, consumir productos orgánicos solo significa que no les agregamos nada más de lo que tendrían naturalmente. Como puede adivinar, los aditivos, fertilizantes, pesticidas u hormonas no son elementos de los alimentos cultivados naturalmente. Para cuidar mejor su salud, cultive sus propios vegetales orgánicos.



Capítulo 8

Consejos para la jardinería orgánica

Sinopsis

La jardinería orgánica es exactamente igual que la jardinería normal, excepto que no se utilizan fertilizantes ni pesticidas hechos por el hombre. Esto puede dificultar ciertos aspectos, como el control de enfermedades, insectos y malas hierbas. La jardinería orgánica también requiere más atención al suelo y las variadas necesidades de las plantas.





Consejos

La jardinería orgánica comienza con el suelo. Los jardineros tienen que agregar materia orgánica al suelo regularmente para mantener el suelo productivo. De hecho, el compost es crucial para la salud y el bienestar de las plantas cultivadas orgánicamente. El compost puede estar hecho de hojas, flores muertas, restos de vegetales, cáscaras de frutas, recortes de césped, estiércol y muchas otras cosas.

El suelo ideal tiene un color rico, un olor dulce y está lleno de lombrices. Algunos suelos pueden necesitar más aditivos naturales de los que puede proporcionar el compost normal, como harina de huesos, fosfatos de roca o arena verde. Una simple prueba de suelo le dirá el equilibrio del pH y qué nutrientes tendrá que utilizar.

Una circunstancia que hace que incluso los jardineros que realmente toman en serio la jardinería orgánica recurran a los pesticidas son los insectos en sus plantas. La forma más beneficiosa de defender las plantas contra los insectos es tomar medidas preventivas.

Una cosa que se puede hacer es asegurarse de que ciertas plantas estén saludables y no demasiado húmedas o secas, ya que los insectos comúnmente atacan las plantas enfermas y, si están sanas, con frecuencia pueden superar los daños menores de los insectos. Una variedad de tipos de plantas es una gran idea para evitar que las plagas de un determinado tipo de plantas acaben con todo el jardín.

Consejos

Posiblemente, la mejor manera de defenderse de los insectos es hacer que su jardín sea atractivo para los depredadores de insectos, como mariquitas, pájaros, ranas y lagartijas. Puede hacer esto manteniendo una fuente de agua cerca o cultivando plantas que atraigan insectos que se alimentan de néctar. Otras ideas son trampas pegajosas, barreras y collares para plantas. Hay algunos artículos para el hogar que también previenen contra los insectos, como jabones insecticidas, ajo y pimiento picante.

Para evitar enfermedades de las plantas en la jardinería orgánica, seleccione plantas resistentes a las enfermedades y plántelas en sus mejores condiciones. Muchas enfermedades se propagarán debido a la humedad constante y la mala circulación del aire, por lo que el sitio de su jardín y la forma en que se riega pueden ayudar a protegerlo contra las enfermedades.

Las malas hierbas pueden ser una parte molesta y frustrante de la jardinería orgánica. El mantillo orgánico puede actuar como una barrera contra las malezas, pero para una protección aún mejor, coloque una capa de periódico, papel de construcción o cartón debajo del mantillo.

El gluten de harina de maíz retrasará el desarrollo de malezas si se esparce temprano en la temporada antes de la siembra, al igual que la solarización. También existe el antiguo arte de cavar y tirar a mano que siempre funciona.

Su mejor apuesta en la prevención de malas hierbas es la perseverancia. Cubra bien y tire y azadón lo que pueda; después de algunas temporadas, puede vencer las malas hierbas de forma permanente.

Consejos

La jardinería orgánica es una excelente manera de asegurar que sus plantas estén libres de todos los pesticidas y, si se cuidan adecuadamente, estarán lo más saludables posible. La jardinería orgánica puede requerir un poco más de tiempo y cuidado que la jardinería regular, sin embargo, después de que los jardineros se familiaricen y resuelvan todas las peculiaridades de su jardín, definitivamente vale la pena el tiempo adicional.



Terminando

Últimas palabras

Además del hecho de que los alimentos orgánicos saben mejor y reducen la cantidad de sustancias químicas cancerígenas que ingresan a su cuerpo, existen muchas otras razones realmente excelentes por las que debe comprar alimentos orgánicos. Aquí hay algunos:

Se asegura que el animal del que obtuviste tu carne ha estado sano durante toda su vida. ¿Cómo? Parte de los criterios que rigen los productos orgánicos es aceptar no utilizar anticuerpos para tratar una enfermedad. Los animales que se crían con el objetivo elemental de ser orgánicos se crían en condiciones más humanas (como lo describe la Sociedad Protectora de Animales de EE. UU.).

Estas mejores situaciones de vida dan como resultado animales más sanos y los animales más sanos simplemente son menos propensos a enfermedades y dolencias. Naturalmente, nada puede garantizar que un animal nunca se enferme, y de vez en cuando se requerirán antibióticos para curar una dolencia.

Sin embargo, cuando ocurre este conjunto de circunstancias, el animal que fue tratado con los antibióticos debe ser retirado de la granja orgánica. El animal afectado pierde su posición orgánica y comúnmente se vende a una granja convencional donde vive el resto de su vida.

Si compra alimentos orgánicos, básicamente está haciendo una declaración de que le importa lo que está poniendo en su cuerpo. Mucho le está pasando a nuestra comida antes de que llegue al supermercado. Nos enteramos, pero no hacemos nada para detenerlo. Si alguna vez te tomaste un par de minutos para considerar todo lo que la comida está expuesta, de principio a fin, los detalles probablemente te sorprenderían.

Terminando

Últimas palabras

Claro, todos esos productos con formas perfectas y esas pechugas de pollo bastante grandes parecen tentadores, sin embargo, esas perfecciones son el resultado final de las hormonas de crecimiento, el empalme de genes y una gran cantidad de pesticidas y fertilizantes.

Es probable que hayas escuchado el dicho "La naturaleza no es perfecta" innumerables veces, pero una y otra vez continuas buscando ese tomate perfecto. Si compra productos orgánicos, en realidad está declarando que ya no quiere ser parte de esa escena. Cuando suficientes personas compren productos orgánicos y cada vez más personas hagan el cambio cada día, las empresas de alimentos se verán obligadas a escuchar a los consumidores.

Los productos químicos que van a los campos que producen las frutas y verduras que comes y que alimentan a las vacas y cerdos que se convierten en tus hamburguesas y chuletas de cerdo contaminan el suelo y el agua. Esto impacta a los animales que viven de la tierra y también contamina el medio ambiente. Si selecciona alimentos que se producen sin estas sustancias químicas cancerígenas, no se está sumando a este problema. Sus compras probablemente no pondrán fin al daño ambiental, sin embargo, como con todas las cosas en la vida, el cambio comienza con un ser humano. Obtenga algunos conocidos para modificar sus hábitos de compra y alimentación, y luego haga que algunos conocidos cambien y, en poco tiempo, se producirá un impacto considerable.