

Medio día 11€

# MENÚ del DÍA

## PRIMEROS



- ENSALADA DE PERAS, HIGOS Y CALABACÍN
- ESCALIVADA

## SEGUNDOS



- PASTA CON ALGAS Y PESTO ROJO

- BROCHETAS DE TOFU CON PISTO

- YOGUR CON MELÓN
- BATIDO DE FRUTAS

## POSTRES



El menú incluye: Pan, agua y vino y Postre: CAFÉ: INTEN  
El menú con CATA ARTESANA



El fogón verde

# NUESTRO ARGUMENTARIO



# AGROECOLÓGICO, COOPERATIVO, VEGETARIANO...¿POR QUÉ?

Sí, agroecológico, vegetariano y cooperativo. Y por lo mucho que lo repetimos, parece que nos importa. Y tú, que estás leyendo esto te preguntarás por qué. Puede que tengas alguna idea, igual te lo imaginas o quizás no sabes qué puede importar eso en un restaurante mientras la comida esté buena. Bueno, pues con este argumentario vamos a tratar de explicártelo. Claro, también creemos importante que la comida sea sabrosa. Es otra de las razones de estar aquí. Pero... ¡eso no hace falta explicarlo!

Vamos con las razones. Te las presentamos en formato de preguntas frecuentes (o FAQs para ser más cool). Pero antes de nada decirte que partimos de la premisa de que queremos una sociedad más justa, en la que el poder y los recursos estén distribuidos equitativamente entre todas las personas. Una sociedad más libre, donde la diversidad sea un valor fundamental. Y una sociedad que respete los límites del planeta y a todos los seres vivos. Todo esto está recogido en los principios del Mercado Social<sup>1</sup>, basados en la carta de principios de la economía solidaria de la red de redes de economía alternativa y solidaria<sup>2</sup>, REAS, que el Fogón Verde suscribe. Desde ahí lo demás viene solo...

# AGROECOLÓGICO

## Así que el Fogón Verde es agroecológico...¿QUÉ SIGNIFICA ESO?

Sí, esta es la palabra más rara de todas. Lo de ecológico, a secas, seguro que suena más: libre de sustancias tóxicas o contaminantes. ¿Pero ese agro de delante? ¿es la última genialidad de un publicista? ¿otro nombre raro para que consumamos más? No, tranquilidad, el concepto es algo más casero, como un buen guiso: es una propuesta que une los conocimientos tradicionales de agricultores, campesinos e indígenas de todo el mundo con las aportaciones del conocimiento científico moderno, para proponer formas sostenibles de gestión de los ecosistemas. Y mucho más: La agroecología, busca “el fortalecimiento de las redes sociales y económicas locales (no sólo agrarias), los mercados locales y un manejo integrado de agricultura, ganadería y silvicultura. Por otro lado, desarrolla técnicas de manejo agrario basadas en la recuperación de la fertilidad de los suelos; el policultivo y las variedades y razas agrarias locales; y en general en la mayor diversidad posible de usos y en la eficiencia en el uso de los recursos locales. Resumiendo: La agroecología incorpora a la agricultura ecológica pero va más allá, integrando aspectos sociales como formas de comercialización justas para consumidores y productores, y aspectos ecológicos como el manejo de la biodiversidad.

*<<La agroecología incorpora a la agricultura ecológica pero va más allá, integrando aspectos sociales como formas de comercialización justas para consumidores y productores, y aspectos ecológicos como el manejo de la biodiversidad>>*

## ¿Esto de la agroecología tiene que ver con la soberanía alimentaria?

Sí tiene mucho que ver. La soberanía alimentaria es el DERECHO de los pueblos, de sus países o Uniones de Estados a definir su política agraria y alimentaria. El concepto de soberanía alimentaria fue desarrollado por Vía Campesina y llevado al debate público con ocasión de la Cumbre Mundial de la Alimentación en 1996, y ofrece una alternativa a las políticas agrarias actuales. La soberanía alimentaria incluye:

- Agricultura y ganadería enfocada a la alimentación de todas las personas
- Valorar a quienes producen alimentos y sus conocimientos
- Fomentar el desarrollo local
- Respetar los ciclos de la Naturaleza

*<<La soberanía alimentaria es el DERECHO de los pueblos, de sus países o Uniones de Estados a definir su política agraria y alimentaria>>*

## **Otra de conceptos agroecológicos: El Fogón Verde se abastece a través de canales cortos de comercialización...¿qué es eso? ¿por qué son buenos?**

Los canales cortos de comercialización implican la disminución drástica de los intermediarios de la cadena de valor de un producto. Básicamente lo contrario al modelo actual, en el que 7 empresas controlan 75% del comercio de alimentos de España<sup>3</sup>. Esto ha supuesto la imposición de condiciones draconianas para los agricultores, grandes diferencias entre los precios de origen y destino, la desestructuración del medio rural, la pérdida de información sobre los productos, el control de los precios finales de los productos y una oferta cada vez más homogénea y de menor calidad.

*<<7 empresas controlan el 75% de la distribución de alimentos en España>>*

Por ejemplo, el diferencial entre el precio en origen de un producto (lo que la gran distribución paga al campesino) y el precio en destino (lo que se paga en el supermercado) puede llegar a ser superior al 400%<sup>4</sup>, siendo esos grandes distribuidores quienes se llevan este beneficio.

*<<El precio de un alimento en un supermercado es un 400% más de lo que se pagó al campesinado>>*

Los canales cortos de comercialización, por el contrario, dan mayor protagonismo a las personas productoras por eso es uno de los canales de distribución preferidos por el campesinado, entre otras razones porque el precio de venta obtenido es superior al del resto de canales<sup>5</sup> y porque permite además establecer relaciones directas y de confianza con los consumidores<sup>6</sup>.

*<<Los canales cortos de comercialización ofrecen al campesinado unos ingresos superiores, además de establecer relaciones de confianza con las personas consumidoras>>*

Además, la agricultura ecológica genera empleo en mayor medida (un 20% más) que la agricultura convencional, porque la última está basada en el estímulo de la productividad del trabajo y, por tanto, en la destrucción del empleo agrícola y en una menor dedicación al sector (aumento del trabajo a tiempo parcial)<sup>7</sup>.

*<<la agricultura ecológica genera 20% más empleo que la agricultura convencional>>*

Por ello desde el Fogón Verde tratamos de que todas nuestras compras sean a través de estos canales porque queremos dignificar a las personas campesinas, aquellas que alimentan a la humanidad (¿hay muchas cosas más importantes que esta?) y que en nuestra sociedad son poco reconocidas. Queremos también apoyar un mundo rural vivo, ya que es precisamente el mundo rural el que mejor puede conservar los ecosistemas, con todos los servicios que éstos nos brindan (regulación climática, regulación hídrica, polinización,

cultura milenaria, etc.). Por eso queremos que las personas que viven en los pueblos puedan subsistir dignamente. Lo tenemos claro: Apoyando al pequeño campesinado ayudas a mantener un mundo rural vivo. Por eso en el Fogón Verde, te podemos decir de dónde viene cada uno de nuestros productos.

*<<Apoyando al pequeño campesinado ayudas a mantener un mundo rural vivo, por eso en el Fogón Verde, te podemos decir de dónde viene cada uno de nuestros productos>>*

## **La mirada de género...¿apoya la agroecología a las mujeres?**

Una pregunta más que necesaria, porque si queremos un mundo en el que todas las personas sean tratadas equitativamente hay que empezar reconociendo que vivimos en un mundo de manera injusta las mujeres y los hombres no tenemos igualdad de oportunidades, ni nuestro trabajo es reconocido por igual. La agricultura no es una excepción: “Las mujeres producen alrededor del 70% de la alimentación de los países pobres y cerca de la mitad de la producción mundial, pero no ostentan la titularidad de la tierra ni pueden acceder a créditos, siendo las principales afectadas por las políticas agrarias industrializadoras y mercantilistas<sup>8</sup>.”

*<<Las mujeres producen alrededor del 70% de los alimentos, pero no suelen ser dueñas de la tierra>>*

Los proyectos agroecológicos suelen tener en cuenta estas diferencias y tratan de corregirlas, como muestra el Manifiesto de las Mujeres de la Vía Campesina<sup>9</sup>. Desde el Fogón Verde apoyamos proyectos que tienen mujeres al frente, tratando de que sean reconocidas tanto como sus compañeros.

## **Todo esto está muy bien, pero ¿se puede concretar en qué beneficia la agroecología a problemas ambientales globales como el Cambio Climático?**

Precisamente la agroecología se ha propuesto como una de las principales estrategias en la lucha contra el cambio climático<sup>10</sup>. En la actualidad la agricultura es responsable del 30-32% de los GEI globales, constituyendo uno de los principales culpables del cambio climático<sup>11</sup>. Si nos vamos al caso español, la cosa varía un poco, ya que la agricultura y la ganadería representaban en 2009 el 10,5% del total de las emisiones de CO2 equivalente de España, pero con un preocupante aumento del 20% respecto al año base (1990)<sup>12</sup>.

*<<La agricultura industrial es responsable de aproximadamente un tercio de las emisiones globales >>*

El modelo agroindustrial es el principal responsable de estas emisiones. A modo de ejemplo la FAO calcula que los agricultores y agricultoras de los países industrializados gastan

una media de cinco veces más energía comercial para producir un kilo de cereal que los campesinos y campesinas africanos<sup>13</sup>.

*<<La agricultura industrial gasta 5 veces más energía en la producción de un kg de cereal que el campesinado africano>>*

Por el contrario las emisiones de CO<sub>2</sub> por hectárea de los sistemas de agricultura ecológica son del 40 al 60 % menores que las de los sistemas agrícolas industriales<sup>14</sup>, debido a la no utilización de fertilizantes nitrogenados y plaguicidas químicos, y el bajo uso de fertilizantes potásicos y fosfóricos y alimentos concentrados (Alonso y Guzmán 2004, Stolze et al. 2000, una revisión en Aguilera et al. 2010).

*<<La agricultura ecológica emite hasta 2/3 menos CO<sub>2</sub> que la agricultura industrial>>*

Si a esto le añadimos la disminución de emisiones de una distribución local, vemos que cada comida en el Fogón Verde supone un ahorro de emisiones de gases de efecto invernadero frente a una comida convencional.

### **¿Algún beneficio ambiental más de la agroecología?**

Sí, claro. En primer lugar la no contaminación de los suelos. En segundo lugar el uso más racional, dentro de los límites del ecosistema, de los recursos naturales, como el agua o el suelo, lo que genera paisajes en mosaico en el que los bosques conviven con los terrenos agrícolas. Esto produce una mayor diversidad natural. Un buen indicador global de los impactos ambientales de una actividad es la huella ecológica, la superficie necesitada para producir bienes, en este caso alimentos, incluyendo todos los insumos (fertilizantes, pesticidas, energía, etc.). Contabilizando estos insumos el sistema alimentario agroindustrial requiere mucha más superficie que el agroecológico. Un estudio del Reino Unido determinaba que una dieta agroecológica (sana, vegetariana, local y ecológica) disminuye la huella ecológica un 44% frente a lo convencional<sup>15</sup>.

*<<Una dieta agroecológica reduce en un 44% la superficie de planeta necesaria para producirla>>*

En la actualidad, la satisfacción de las necesidades alimentarias de los europeos ya no pueden realizarse con la tierra disponible en el continente, debiendo “subordinar” al sistema agroalimentario y las empresas que lo controlan grandes extensiones de terreno productivo de terceros países. Para que los españoles, por ejemplo, puedan ingerir más de tres mil calorías diarias (3 405 kcal), son necesarias 109 millones de toneladas de biomasa animal y vegetal o lo que es igual: 2,43 tm/persona/año o 6,65 kg/persona/día. España dispone de 42,16 millones de ha de superficie agraria útil para la producción de biomasa de las cuales solo el 41% son tierras cultivadas<sup>16</sup>. Pese a esa “infrautilización”, un estudio de Óscar Carpintero muestra que, si a mediados del siglo pasado la huella ecológica de

los cultivos agrícolas españoles arrojaba un saldo positivo de unas 88 000 ha, en el año 2000 el déficit era de 2,4 millones de ha<sup>17</sup>. Es decir, que, contabilizando los insumos, la producción agrícola española requiere mucha más superficie del terreno que ocupa.

## **Sí, sí, pero en un planeta con tanta gente...¿se puede alimentar a toda la población con producción agroecológica?**

Esta pregunta es bastante interesante y relevante y los datos varían según los estudios, pero la respuesta generalizada, sería, con una dieta agroecológica global, afirmativa. Aunque antes de responder debemos de puntualizar que sistema productivo actual no es precisamente eficiente en el uso de los alimentos. Aproximadamente un tercio de los alimentos producidos, para el consumo humano se desperdician a nivel mundial, alrededor de 1,3 millones de toneladas por año, suficiente para alimentar a todo el continente de África. La mayor parte de esta comida se desperdicia por los consumidores en Europa y América del Norte (95-115 kg/año y persona) mientras que esta cifra en el África subsahariana y Asia del Sur/Sureste es de 6.11 kg/año y persona<sup>18</sup>.

*<<Aproximadamente un tercio de los alimentos producidos para el consumo humano se desperdician a nivel mundial>>*

Contra lo que pudiera parecer, la productividad de los cultivos agroecológicos es mayor que la de los monocultivos. Los sistemas tradicionales y la agroecología están basados en los policultivos, que, con un grado equivalente de manejo, producen rendimientos por unidad de tierra entre el 20 y el 60% más elevados que en los monocultivos<sup>19</sup>.

*<<La agroecología está basada en los policultivos, que producen rendimientos por unidad de tierra entre el 20 y el 60% más elevados que los monocultivos>>*

Los policultivos, además, aportan una serie de beneficios a los agricultores, entre ellos un rendimiento más estable a lo largo del año, menores riesgos, y un dieta variada y nutritiva. Con todo, la agroecología puede tener rendimientos satisfactorios, proteger y mejorar el medio ambiente y ser más segura para el campesinado. Por ello, la respuesta en términos generales, y sin entrar en que habría zonas que aguantarían menos población y otras que aguantarían más) sería que sí, se puede alimentar a la población mundial con sistemas agroecológicos, siempre que toda la humanidad se atuviera a ese consumo local, ecológico y baja en proteína animal.

*<<La agroecología puede tener rendimientos satisfactorios, proteger y mejorar el medio ambiente y ser más segura para el campesinado>>*

## **¿Lo de no dar agua embotellada tiene que ver con esto de la agroecología?**

Sí; el abultado y creciente consumo de agua embotellada supone la privatización de

manantiales y acuíferos, más emisiones para su transporte, un enorme gasto de envases que luego se convierten en residuos, etc. Y ni siquiera está claro que, hablando en términos generales, el agua embotellada sea mejor que la del grifo. Por eso en el Fogón Verde preferimos darte una jarra. Es un derecho de todas las personas.

*<<El abultado y creciente consumo de agua embotellada supone la privatización de manantiales y acuíferos, más emisiones para su transporte, un enorme gasto de envases que luego se convierten en residuos>>*

### **Y ya la última de este bloque, ¿algo que no tenga que ver con la comida?**

Sí, la preocupación por no sobrepasar los límites planetarios va más allá de la comida en el Fogón Verde. Por eso la empresa que comercializa la electricidad es una cooperativa de comercialización que apuesta por proyectos de energía renovable. Y el resto de productos que utilizamos, por ejemplo los de limpieza, también son ecológicos.

*<<En el Fogón Verde la empresa que comercializa la electricidad es una cooperativa de comercialización que apuesta por proyectos de energía renovable; y los productos de limpieza, también son ecológicos>>*



# COOPERATIVO

## Cooperativo...¿Qué tiene eso de interesante?

Una cooperativa es una empresa en el que, en principio, todas las personas trabajadoras son socias. A veces se puede contratar a personas no socias (en momentos de necesidad de más trabajo), siempre con la intención de que con el tiempo se incorporen como socias. Un primer aspecto positivo es el reparto de las ganancias del trabajo, que se queda completamente en manos las personas trabajadoras.

*<<En las cooperativas el reparto de las ganancias del trabajo se queda completamente en manos las personas trabajadoras>>*

Un segundo aspecto positivo es la democracia interna de una cooperativa, en las que todas las personas socias participan en las decisiones, por lo que se rompe la dicotomía entre personas empresarias y trabajadoras. Esto supone que las cooperativas activen mecanismos para la distribución del poder y para la resolución no violenta de los conflictos.

*<<En las cooperativas todas las personas socias participan en las decisiones, por lo que se rompe la dicotomía entre personas empresarias y trabajadoras>>*

## ¿Y cooperáis con otras entidades?

Sí, la lógica de la cooperación no es solo interna. Trabajamos estrechamente con otras entidades con las que compartimos valores. Esto lo realizamos de diferentes maneras. Consumir sus productos y servicios es una de ellas. Tratamos de que todo nuestro consumo provenga de entidades de la economía social, desde los productos alimentarios hasta los productos de higiene pasando por una cantidad de servicios como el suministro de energía, la gestión financiera o el marketing. Además somos integrantes de redes que fomentan la economía social, como el Mercado Social de Madrid<sup>20</sup>.

*<<Tratamos de que todo nuestro consumo provenga de entidades de la economía social>>*

## Sigamos con lo cooperativo...¿tiene beneficios ambientales?

Sí, lo tiene. Aunque en este caso no tanto por lo cooperativo, sino por el hecho de que El Fogón Verde es una entidad sin ánimo de lucro. La lógica del lucro y del crecimiento infinito promueve la devastación del planeta, por eso en El Fogón Verde trabajamos para cubrir nuestros salarios sin necesidad de beneficios. Y en caso de que hubiera excedentes se reinvierten en la empresa.

*<<La lógica del lucro promueve la devastación del planeta, por eso en El Fogón Verde trabajamos para tener salarios dignos sin necesidad de dar beneficios>>*

## **Volviendo a la mirada de género...¿apoya el cooperativismo a las mujeres?**

Sí, en comparación con otro tipo de entidades, las apoya. Pero todavía falta camino por recorrer. Desgraciadamente nuestra sociedad se encuentra muy lejos de la igualdad entre hombres y mujeres. Por dar unos pocos datos a modo de indicador, la brecha salarial entre hombres y mujeres en España se sitúa en torno al 24%<sup>21</sup>, cifra que ha aumentado con la crisis económica. Esto se debe a varios factores, como que las mujeres ocupan puestos peor remunerados y a que en muchas ocasiones perciben menor remuneración por trabajos similares. Otros indicadores muestran que las mujeres en pocas ocasiones ocupan puestos directivos. En concreto, en las empresas españolas la representación de mujeres en puestos directivos es del 11,8%<sup>22</sup>, número que también ha decaído con la crisis. Y como tercer indicador importante, las mujeres dedican el doble de horas a los trabajos domésticos<sup>23</sup>, lo que les complica la conciliación familiar.

Las cooperativas son las entidades que, lejos aún de la igualdad, presentan mejores datos en estos indicadores. En el ámbito del Cooperativismo de trabajo las mujeres tienen un peso específico muy importante, ya que constituyen prácticamente un 60% del total de las plantillas<sup>24</sup>, siendo en más de un 80% mujeres socias con trabajo indefinido<sup>25</sup>, lo que disminuye la precariedad laboral. El porcentaje de mujeres responsables de cooperativas alcanza el 39,7%<sup>26</sup>, lo que sigue estando lejos de la igualdad real, pero mejora el dato del resto de empresas. Los pocos estudios existentes muestran que apenas existe diferencia entre las horas trabajadas por hombres y mujeres en las cooperativas y que se cumple la premisa “a igual trabajo igual salario”, lo que disminuye la brecha salarial entre hombres y mujeres. Y en general, aunque la carga doméstica sigue siendo mayor en las mujeres, éstas consideran que el modelo cooperativo es el que mejor se adapta a las necesidades de conciliación.

*<<Las cooperativas son las empresas que presentan mayor equidad entre hombres y mujeres>>*

El equipo de El Fogón Verde está compuesto por 12 personas 6 hombres y 6 mujeres, un equipo diverso en el que tratamos que la equidad integre otros aspectos como la identidad sexual o la procedencia. Las decisiones las tomamos por consenso. Nuestro salario es igual y varía según las horas dedicadas. Y tratamos de adaptarnos a las necesidades de las personas para poder conciliar con nuestra vida personal. Sabemos que aún queda camino por recorrer para conseguir la igualdad real. Pero pondremos todo nuestro empeño en alcanzarla.

*<<En el Fogón Verdeas las decisiones las tomamos por consenso, nuestro salario es igual y tomamos medidas para tratar de conciliar la vida personal y laboral>>*

# VEGETARIANO

## ¿Y lo de vegetariano? ¿Hay razones ambientales que lo defiendan?

La primera razón para defender el vegetarianismo se debe al hecho de respetar a todos los seres vivos, que creemos que deben tener vidas dignas, especialmente aquellos con capacidad de sentir. Por ello estamos en contra del sufrimiento animal, en cualquiera de sus modalidades. Y nos lleva a oponernos a la ganadería intensiva que considera a los animales como un recurso más del que obtener el máximo rendimiento, sin importar sus condiciones de vida.

*<<En el Fogón Verde nos oponemos a la ganadería intensiva que considera a los animales como un recurso más del que obtener el máximo rendimiento, sin importar sus condiciones de vida>>*

Además, el modelo de ganadería actual es totalmente insostenible<sup>27</sup>. La ganadería es responsable del 18% de las emisiones de gases de efecto invernadero, además de generar otros graves impactos ambientales, como la deforestación un fuerte consumo de agua, la contaminación de ríos y de acuíferos, la erosión y compactación de suelos o el uso masivo de pesticidas, herbicidas y transgénicos utilizados en la producción de granos para el ganado.

*<<La ganadería es responsable del 18% de los gases de efecto invernadero>>*

Otro impacto importante es la deforestación. La ganadería es el principal factor de deforestación a nivel planetario. El área total dedicada al pastoreo equivale al 26% de la superficie terrestre libre de glaciares del planeta, mientras que el área destinada a la producción de forrajes representa el 33% del total de tierra cultivable. En total, a la producción ganadera se destina el 70% de la superficie agrícola y el 30% de la superficie terrestre del planeta. Una dieta rica en carne ocupa aproximadamente tres veces más territorio cultivado que las dietas vegetarianas<sup>28</sup>, por lo que una manera de reducir la huella ambiental es disminuir la cantidad de carne ingerida. Por ello, en el Fogón Verde hemos decidido no incluir carne en nuestros platos, para apoyar la reducción del consumo de carne necesaria para ajustarnos a los límites del planeta.

*<<Una dieta vegetariana es una manera sencilla de luchar contra la deforestación y el cambio climático>>*

## ¿Hay también razones sociales que avalen el vegetarianismo?

El consumo de carne tiene a su vez un marcado sesgo de diferencias sociales mundiales. Las dietas ricas en proteína animal son casi de exclusividad de los países ricos, mientras que sus principales impactos (deforestación para piensos) se producen en los países donde

habita la gente más pobre. De hecho, no sería posible alimentar a la población humana actual con los consumos de carne de un país como España.

Por otro lado, el elevado consumo de carne es responsable de muchas de las enfermedades crónicas actuales, como las cardiovasculares<sup>29</sup> o el cáncer<sup>30</sup>, con las consecuencias personales y sociales que conllevan. Por ello, una dieta baja en carne es también una manera de cuidar el cuerpo. No en vano, instituciones como la Sociedad Americana de Dietética recomienda dietas vegetarianas bien planificadas<sup>31</sup>.

*<<el elevado consumo de carne es responsable de muchas de las enfermedades crónicas actuales, como las cardiovasculares o el cáncer>>*

## **Más mirada de género...¿el vegetarianismo fomenta la equidad?**

Aunque parezca más complicada, esta también es relevante. Y no, no vamos a entrar en si las vacas están más discriminadas que los toros. Pero ni la dieta, ni los impactos del cambio climático (una de las principales consecuencias del consumo exacerbado de carne) son iguales entre hombres y mujeres. En general los hombres comen más carne que las mujeres<sup>32</sup> y son más responsables de las actividades que producen cambio climático (como conducir coches). Por el contrario, las mujeres sufren más las consecuencias del Cambio Climático, consecuencia de las desigualdades existentes y son excluidas de la toma de decisiones<sup>33</sup>. Por eso, un planeta más cuidado, también es un planeta más igualitario. Pero eso no basta, claro, hay que seguir luchando por la equidad en otros terrenos, como el agroecológico y el cooperativo...y así volvemos al principio.

-----

1. <https://madrid.mercadosocial.net/principios.php>
2. <http://www.economiasolidaria.org/carta.php>
3. Montagut, X. y Vivas, E. (2009). Del campo al plato. Los circuitos de producción y distribución de alimentos. Icaria editorial.
4. Se puede consultar la diferencia mensual del Índice de Precios en Origen y Destino (IPOD) en <http://coag.coag.org/post/ipod-indice-de-precios-en-origen-y-destino-de-los-alimentos-122677>
5. Perea Muñoz et al. (2007). Circuito de comercialización de la leche ecológica en siete comunidades autónomas españolas. Archivos de zootecnia 56, 693-698.
6. MAGRAMA (2013). Caracterización del sector de la producción ecológica española: valor, volumen y mercado y evaluación del impacto del comercio electrónico en la producción ecológica española.
7. OSE-FB. (2010), "Informe Empleo verde en una economía sostenible". Observatorio de la Sostenibilidad en España y Fundación Biodiversidad.
8. León I. y Senra L. (2009). "Las Mujeres gestoras de la Soberanía Alimentaria" en Senra et al. (2009) Las mujeres alimentan al mundo. Entrepueblos.
9. <https://www.viacampesina.org/es/index.php/nuestras-conferencias-mainmenu-28/6-yakarta-2013/>

declaracion-y-mociones/1806-manifiesto-internacional-de-las-mujeres-de-la-via-campesina-2

10. Agroecología para enfriar el planeta. Cuadernos de Ecologistas en Acción nº19. [www.ecologistasenaccion.es/article21834.html](http://www.ecologistasenaccion.es/article21834.html)
11. Hoffmann, U. (2011). Assuring food security in developing countries under the challenges of climate change: key trade and development issues of a fundamental transformation of agriculture. UN Conference on Trade and Development. Discussion Papers N° 201 Feb. 2011
12. Nieto, J. y Santamarta, J. (2010). Evolución de las emisiones de gases de efecto invernadero en España (periodo de 1990-2009). CCOO
13. GRAIN (2007). Paremos la fiebre de agrocombustibles. Biodiversidad, sustento y culturas. <http://www.grain.org/biodiversidad/?id=367>
14. Fliessbach et al. (2007). "Soil organic matter and biological soil quality indicators after 21 years of organic and conventional farming". *Agriculture, Ecosystems and Environment*, 118, 273-284.
15. Frey, S. y Barret, J (2007). Our health, our environment: The Ecological Footprint of what we eat. Paper prepared for the International Ecological Footprint Conference, Cardiff, 8-10 May 2007. En: [https://www.researchgate.net/publication/253389771\\_Our\\_health\\_our\\_environment\\_The\\_Ecological\\_Footprint\\_of\\_what\\_we\\_eat](https://www.researchgate.net/publication/253389771_Our_health_our_environment_The_Ecological_Footprint_of_what_we_eat)
16. MARM (2010). Estadísticas 2009. Agricultura Ecológica. España. Ministerio de Medio Ambiente y Medio Rural y Marino, Madrid.
17. Carpintero, O. (2006). El metabolismo de la economía española. Recursos naturales y huella ecológica (1955-2000). Fundación César Manrique.
18. FAO (2011). Global food losses and food waste – Extent, causes and prevention. FAO, Roma. En: [http://www.fao.org/fileadmin/user\\_upload/ags/publications/GFL\\_web.pdf](http://www.fao.org/fileadmin/user_upload/ags/publications/GFL_web.pdf)
19. PNUMA (2005). Agroecology and the search for a truly sustainable agriculture. Mexico DF, Programa de las Naciones Unidas para el Medio Ambiente (PNUMA)
20. <https://madrid.mercadosocial.net/>
21. UGT (2016). La Igualdad Salarial, un objetivo pendiente. En: [http://www.ugt.es/Publicaciones/Igualdad\\_salarial\\_objetivo\\_pendiente.pdf](http://www.ugt.es/Publicaciones/Igualdad_salarial_objetivo_pendiente.pdf)
22. ICSA Grupo y EADA Business School Barcelona (2016). Diferencias salariales y cuota de presencia femenina.
23. INE (2010). Encuesta de empleo del tiempo [http://ine.es/dyngs/INEbase/es/operacion.htm?c=Estadistica\\_C&cid=1254736176815&menu=resultados&idp=1254735976608](http://ine.es/dyngs/INEbase/es/operacion.htm?c=Estadistica_C&cid=1254736176815&menu=resultados&idp=1254735976608)
24. PPaloma ARROYO SÁNCHEZ (2011). PERFIL DE LA SITUACIÓN DE LA MUJER EN LAS COOPERATIVAS DE TRABAJO EN ESPAÑA. REVESCO, Revista de Estudios Cooperativos 2011, (105)
25. Arroyo sánchez, P. (2011). Op.cit.
26. Arroyo sánchez, P. (2011). Op.cit.
27. Steinfeld, H et al. (2006). La larga sombra del ganado. Problemas ambientales y opciones. FAO. En: <http://www.fao.org/3/a-a0701s.pdf>
28. Bouma, J. et al. (1998) Principal land use changes anticipated in Europe. *Agriculture, Ecosystems and Environment*, 67, 103-119.
29. *Agriculture, Ecosystems and Environment*, 67, 103-119.
30. Pan, A. et al. (2012). Red Meat Consumption and Mortality: Results from Two Prospective Cohort Studies. *Archives of Internal Medicine*, 172(7), 555–563. <http://doi.org/10.1001/archinternmed.2011.2287>
31. Bouvard, V. et al (2015). Carcinogenicity of consumption of red and processed meat. *The Lancet Oncology* 16, 1599 - 1600

32. Craig WJ, Mangels AR, American Dietetic Association (2009). Position of the American Dietetic Association: vegetarian diets. *Journal of the American Dietetic Association* 109, 1266-1282. doi:10.1016/j.jada.2009.05.027. PMID: 19562864.
33. Gossard, M. y York, R. (2003) Social Structural Influences on Meat Consumption. *Human Ecology Review* 10, 1
34. Womenwatch. Women, Gender Equality and Climate Change. [www.un.org/womenwatch](http://www.un.org/womenwatch)