

 **anima
naturalis**

Animalis

España

Ejemplar gratuito
Edición Otoño 2009
Año 2. Número 6

is.org

Acaba con la Tiranía del Huevo

Sencillas y deliciosas alternativas para no usar huevo en las recetas clásicas de siempre. Especial para personas con alergias o intolerancia al huevo. ¡Atrévete!

• TÉCNICAS Y RECETAS EN PÁGINA 15 (TORTILLAS, BOLLERÍA, CREPES)



Circos con animales: renovarse o morir

Cada vez más localidades en todo el mundo vetan a estos circos. Descubre el motivo.



● **Pág. 8** En los últimos meses muchos municipios, e incluso algún país como Bolivia, se han sumado a la prohibición de circos con animales en sus localidades.

El argumento principal para sacar adelante estas nuevas leyes

tiene que ver con el maltrato a los animales que hace tanto tiempo que vienen denunciando las asociaciones de defensa de los animales mediante grabaciones con cámara ocultas.

Sin embargo, actualmente también

se ha tenido en cuenta el daño ecológico y el riesgo para la salud pública que entraña capturar a animales salvajes de todos los rincones del mundo y el mal ejemplo educativo que da a los niños, los cuales sólo ven a animales

sometidos que no son representativos de su especie ni tienen un comportamiento natural.

Ante esta disyuntiva, este tipo de circos parece tener los días contados. ¿Se renovarán como han hecho los exitosos circos que ya

no utilizan animales en sus espectáculos o caerán en una espiral de decadencia de difícil solución para su negocio?

Te damos algunas pistas en nuestro reportaje monográfico.

SUMARIO

PÁGINA 4

Adoptar es educar

Se acercan épocas de consumismo y el número de abandonos crece. Adoptar significa solucionar un problema y no fomentar un negocio cruel.

PÁGINA 5

Conoce la vida de los cerdos

Sabrás como viven, como socializan, como funciona su mente y por qué son mucho más que jamón.

PÁGINA 7

Niños y animales: los vínculos que los unen

La relación de los niños con los animales suele estar dominada por la inocencia y una pureza llamativa. Ellos nos cuentan como viven su relación con la naturaleza.

PÁGINA 11

Cómo afecta la soja a nuestro organismo

Varios estudios muestran la relación de la soja con la prevención de ciertas enfermedades. Averigua cómo actúa en cada caso.

PÁGINA 13

Piel, cuero y lana, ¿qué tienen en común?

Te abrimos una ventana a tres industrias similares y desconocidas para el público. ¿Sabes cómo crean tu ropa? Atrévete a descubrirlo con nosotros.

Especialidad en zumos de frutas naturales, batidos, bocadillos y ensaladas frescas



Especializado en comida hindú thali y cocina europea C/ Cardenal Casañas, 7 Barcelona tel. 933 024 330

Ahora también puedes verlo en Internet. Descárgalo gratis en: AnimaNaturalis.org/Animalis

Animalis
CUANDO LO LEAS
NO LO TIRES, ¡PÁSALO!



La Frase



Arthur Schopenhauer
FILOSÓFO ALEMÁN
(1788-1860)

«El hombre ha hecho de la Tierra un infierno para los animales. A los animales no les debemos compasión sino justicia»

Barómetro



Leona Lewis

Ganadora de la tercera edición del reality show Factor X de Reino Unido, es una reconocida vegetariana desde los 12 años y defensora de los derechos de los animales. Rechazó hace un año 1,2 millones de euros por inaugurar la campaña de Navidad en los famosos almacenes Harrods, por considerar que fomentan el maltrato animal al vender pieles.



El Real Valladolid

Apoyó recientemente los circos con animales utilizando un oso ruso propiedad del Gran Circo Mundial dentro de una maniobra publicitaria, al que llevaron al estadio vestido con la camiseta del equipo. Le hicieron interpretar unas melodías con una trompeta y "jugó fútbol" con el equipo, mostrándolo y tratándolo como un triste fenómeno de feria.

Online

INFORMACIÓN RIGUROSA SOBRE NUTRICIÓN VEGETARIANA: ¿DÓNDE?

Si buscas información nutricional completa, redactada por expertos y basada en estudios científicos rigurosos; si además te interesa leer testimonios personales y tienes curiosidad por descubrir nuevas cocinas, recetas y nuevos restaurantes cerca de ti, visita:

www.haztevegetariano.com

una página creada para solucionar tus dudas y despertar tus sentidos a un nuevo mundo repleto de novedades y posibilidades.

ESTA NAVIDAD LLENA TU CESTA CON PRODUCTOS LIBRES DE CRUELDAD

Muchos productos cosméticos y de higiene personal son cómplices del sufrimiento de millones de animales en el mundo. Perros, gatos, ratones, conejos y demás especies son víctimas de una innecesaria industria basada en que tú, el consumidor final, no sepas lo que le hacen a estos animales. Cada vez más gente se suma al consumo ético y nosotros te lo ponemos fácil. Hemos creado una sencilla lista que identifica los productos libres de crueldad para que puedas comprar con toda tranquilidad. Descúbrela en:

www.AnimaNaturalis.org
www.ConsumEtico.org

Más que mil palabras

Autor: AnimaNaturalis

PROTESTA PARA PROHIBIR LOS CIRCOS EN TARRAGONA

En octubre de 2009, activistas de AnimaNaturalis protestaron frente al Ayuntamiento de Tarragona, semidesnudos con sus cuerpos pintados como si fueran tigres, para pedir que se prohíban los circos con animales en Tarragona, como ya sucede en otras ciudades como Barcelona, Girona,

Leida, Blanes, Sitges, etc. La protesta, encabezada por diez activistas y bajo el lema 'Los animales no son payasos', estuvo motivada por la llegada del Circo Americano a Tarragona, uno de los circos más grandes que utiliza animales en España.



ANÚNCIESE EN:

Animalis

Contacte con nosotros: Publicidad@AnimaNaturalis.org | Tlf.: 615 64 03 79

ANIMALIS es el primer periódico gratuito en España que trata temas de salud, ecología y defensa animal.

Se editan 20.000 ejemplares trimestrales distribuidos por toda España, llegando directamente a un público concienciado y abierto.

¡Consulte ahora nuestras económicas tarifas!

Bizarro

Dan Piraro



Créditos

Director
Francisco Vázquez Neira
Subdirectora
Begoña Sáinz de Murieta
Editora General
Fabiola Leyton Donoso
Colaboradores
AnimaNaturalis en La Rioja
Aida Gascón Bosch
Alex Salvador
ANAA
Daniela Romero Waldhorn
Jonathan Safran Foer
Leonora Esquivel
Silvia Pascual
Silvia Tobal
Maquetación
Paolo Arriagada Galleani
Jonathan Torralba Torron
Redacción
redaccion@animanaturalis.org
Publicidad
publicidad@animanaturalis.org
Dirección Postal
AnimaNaturalis / www.AnimaNaturalis.org
Apartado postal 714 / 08080 Barcelona
Depósito Legal: T-104-08
Impresión: Diario de Noticias-Zeroa Multimedia
Impreso en papel 100% reciclado

anima naturalis

Organización para España y Latinoamérica por la Defensa de los Derechos de Todos los Animales

EDITORIAL

Vive y deja vivir

Aida Gascón Bosch,
Coordinadora Nacional de Activistas
AnimaNaturalis en España

Razones para usar productos libres de sufrimiento animal son muchas, y para entender el porqué lo mejor es acudir a la capacidad de raciocinio, que se nos supone, así como leer algo de información sobre la verdadera realidad que viven los animales en las granjas industriales, granjas peleteras, laboratorios de experimentación, circos, zoológicos, plazas de toros, perreras, etc. Lugares todos ellos que se construyen y planifican para ser campos de concentración y de exterminio; un verdadero infierno para los animales, y sin embargo nos parece tan normal para la mayoría de los seres humanos.

Nuestra manera de razonar y, por consiguiente, nuestro modo de vida, son el resultado de las enseñanzas y vivencias que hemos ido

adquiriendo a lo largo de los años. En nuestra cultura, hemos sido educados de una forma especista, esto es, dándonos a entender implícitamente (y sin argumentos sólidos que justifiquen esta postura) que la especie humana es la única que tiene el derecho de no ser utilizada como un mero objeto y la única que tiene derecho a una vida libre de dolor y en condiciones dignas.

Muchos de nuestros hábitos de consumo diarios, que no han sido previamente razonados sino inculcados, han contribuido a reforzar los prejuicios en función de la especie. Y ahora entendemos que podemos utilizarlos para cubrir nuestras "necesidades", dando valor a sus vidas (la de los animales) en función del beneficio que de ellos podemos obtener. Aprendimos a reconocer a algunos como si fueran alimentos, a

otros como si fueran ropa o complementos, otros hechos para divertirnos o entretenernos...

Los perros son para jugar, los cerdos son para comer. Nos han enseñado muy bien, y ahora tenemos el poder - y debiéramos sentirnos con el deber - de desaprender lo aprendido, y descubrir así una nueva manera de pasar por este mundo, viviendo y dejando vivir.

¿Es eso posible? En realidad no estamos descubriendo nada nuevo. Hay muchos escritos desde la antigüedad hasta nuestros tiempos, desde Plutarco y Platón hasta Peter Singer, pasando por otros grandes pensadores, científicos, artistas y filósofos como Leonardo da Vinci, Albert Einstein, León Tolstói, Pitágoras, Frank Kafka, Charles Darwin, Ghandi, Voltaire, etc., en

los cuales defienden -a grandes rasgos y desde diferentes frentes- los derechos animales (en algunos casos, incluso el vegetarianismo) y acusando implacablemente a aquellos que son violentos con los animales, o al menos cuestionándose sobre las implicaciones de tales prácticas; a la par que existen -y crecen exponencialmente- las

pruebas de la viabilidad de la opción vegana, es decir, 100% vegetariana.

¿La clave? Cuestionar por fin lo que nos enseñaron de pequeños y aprender a vivir de manera que cause el menor impacto posible en el medio ambiente, en los animales (humanos y no humanos), y por supuesto, en nosotros mismos.



Animales y Educación

Por Helena Allué

¿Qué puede hacerse ante tanto maltrato animal? ¿Qué podemos hacer para erradicarlo? Cada día, somos conocedores de distintos tipos de maltrato a los animales, que van desde los abandonos indiscriminados a las crueles fiestas populares donde toros y otros animales son humillados, tratados de forma antinatural y muertos, tal y como sucede año tras año con los correbous de algunos de los municipios de las Tierras del Ebro, Tordesillas, Medinaceli, Ampuero, Galápagos, Coria y tantos otros lugares de España. Personas a nivel individual, grupos bienintencionados articulados por medio de asociaciones y fundaciones, e incluso un partido político (PACMA) formulan denuncias administrativas y penales, convocan actos de repulsa, manifestaciones, concentraciones, montan campañas de sensibilización pública a través de los medios de comunicación... pero el maltrato animal, en sus diversas formas, continúa.

Es evidente que todo el trabajo que se hace a favor de los animales no llega a enjugar todo el daño que se les inflige.

¿Qué debe hacerse? ¿Qué podemos hacer para llevar a cero los abandonos? ¿Cómo debe actuarse para que desaparezcan los correbous y demás fiestas populares caracterizadas por el maltrato animal? Sólo llegando a la fuente podrá erradicarse esta lacra social consistente en maltratar a los animales. ¿Dónde se debe actuar? En la educación de las personas, pequeñas y grandes. Por medio de la educación se transmiten los conocimientos concretos ("know how") y los valores que determinan la actuación concreta de cada individuo frente a la sociedad. Así quienes han sido educados en el respeto hacia los animales tendrán una conducta respetuosa con ellos; en contraste, a quienes se les ha fomentado las actitudes contrarias a la condición de los animales por ejemplo, llevándoles a corridas de toros o participando en festejos populares donde se se les maltrata, usualmente interiorizan esta conducta como "normal", por lo que llegan a ser insensibles a las distintas formas de maltrato animal, perpetuándolo en el tiempo. La historia de la filosofía explica cómo se han buscado e identificado los valores fundamentales, entre los que se halla la justicia distributiva, por la que se da a cada ser vivo lo que le corresponde, y que aplicado al caso de los animales consiste en tratarlos de acuerdo con su condición. En la actualidad, los planes escolares permiten un cierto grado de libertad en la formación del currículo escolar, por lo que sería muy oportuno introducir material que incorporara los valores de respeto a los animales, con el fin de decir alto y bien claro que los animales son seres sintientes, capaces de sentir y sufrir por el maltrato que reciben; y el maltrato, sea infringido a hombres, mujeres, niños o animales, es injusto de por sí, sin justificación alguna en una sociedad que se rige por valores.

Quizás con el tiempo, a base de un adoctrinamiento masivo en estos valores de respeto a los animales pueda llegarse a una sociedad en que los seres humanos convivan armónicamente con ellos.

Preguntas con Respuesta

contacto@animanaturalis.org

¿Cuando decís que un animal enferma psicológicamente, a qué os referís?

ALBA ROCAMORA, GIRONA

Cualquier animal, sea humano o de otra especie, tiene necesidades tanto físicas como psicológicas.

Estamos acostumbrados al maltrato en los niveles más obvios, como puede ser la tortura con objetos punzantes o fuego.

Sin embargo, un animal puede sufrir tanto o más si se le tiene en una situación de estrés constante para la que su mente no está adaptada.

Estados de privación sensorial y de falta de espacio (laboratorios y mataderos), una dieta artificial, el exceso de ruidos amenazantes, la cercanía de otras especies y unas condiciones climatológicas incompatibles con las características de su especie (zoológicos y circos) consiguen enfermar la mente del animal.

La enfermedad mental más conocida en los animales es la llamada zoocosis, y se caracteriza por movimientos repetitivos y estereotipados, comerse los propios excrementos y la automutilación a la que recurren algunos animales de pura desesperación.

Todo este sufrimiento se evitará cuando dejemos de considerar a los animales como propiedad.

Consulta Escogida

Quiero ayudar a los animales, ¡pero no sé como!

ROSA ARTIGUES, TARRAGONA

¡Enhorabuena! si tienes la firme voluntad de ayudar, ya has dado el paso más importante. Ahora plantéate de cuanto tiempo dispones y qué conocimientos o habilidades crees que pueden beneficiar a los animales.

1. Para empezar, escribe en blogs, redes sociales y comenta a tu círculo de conocidos lo que sabes sobre el maltrato a los animales. Tú eres su voz.
2. Continúa por escribir a los periódicos locales y nacionales. Una carta al director es un buen método de dar a conocer estos temas a un amplio número de lectores. Utiliza las cartas modelo

que encontrarás en nuestra web y que creamos pensando en gente como tú.

3. Hazte voluntario de alguna asociación animalista. Según tus habilidades te orientarán en lo que más útil resulte a los animales. ¡Cada vez somos más!
4. Si no tienes tiempo, haciéndote socio podremos financiar más proyectos y campañas. Con tu ayuda llegaremos más lejos.

Estaremos encantados de que vengas a conocernos a una de las muchas mesas informativas que realizamos. Infórmate de cuándo puedes hacerlo mirando nuestro calendario de actividades en www.AnimaNaturalis.org

¿Exactamente, que problemas relacionados con el agua provocan las granjas industriales? ¿Hay estudios sobre esto?

ÁLEX DE LA CRUZ, MALLORCA

El caso más grave lo supone el consumo de un 70% de todas las fuentes de agua dulce del mundo por la industria ganadera. Además, este tipo de granjas contaminan directamente las aguas superficiales y los ríos a través de residuos y pesticidas (hormonas, antibióticos, químicos y agentes tóxicos).

Muchos estudios científicos han demostrado la ineficiencia energética de criar animales para comerlos en lugar de destinar los mismos recursos a cultivar otros alimentos igualmente nutritivos y que consumen menos agua y suelo fértil.

Entre ellos, el departamento de Ecología de la U. de Cornell demostró que para producir 1 kg. de trigo se requieren tan sólo 120 litros de agua, mientras que para 1 kg. de carne vacuna, hacen falta 3.700 litros, unas 36 veces más.

Por lo tanto, dado los problemas ambientales y la escasez de recursos que afectan a nuestro mundo, sustituir la carne por otros productos menos costosos es una de las mejores medidas que podemos tomar para llevar una vida más ecológica y sostenible.

Para más datos e información visita: www.diasincarne.com



¡Las personas y los animales no tienen los mismos derechos!

Mª CONCEPCIÓN ARROYO, LOGROÑO

Si incluimos como derechos la condición de votante político o el derecho al trabajo, los animales nunca serán iguales a nosotros en cuestión de derechos.

Sin embargo, como seres vivos con capacidad de sentir tanto placer como dolor, con unas necesidades biológicas concretas y un sistema nervioso desarrollado, tanto nosotros como los animales tenemos derecho a que no se violen tres puntos básicos durante nuestra vida.

Tenemos derecho a la vida y a no ser torturados; a vivir en unas condiciones y un entorno adecuado en libertad, según nuestra biología; y a no ser utilizados como meros objetos o propiedad, siendo por lo tanto explotados.

Reconociendo estos puntos básicos a todo organismo con la capacidad de sentir, no sólo reduciríamos enormemente el caudal de sufrimiento que tiene lugar en el mundo, sino que también avanzaremos en la creación de una sociedad menos violenta y más respetuosa para todos.

En pleno siglo XXI, el sufrimiento animal no aporta ninguna ventaja a la humanidad, existiendo siempre mejores y más edificantes alternativas a todas las actividades que los hacen sufrir.

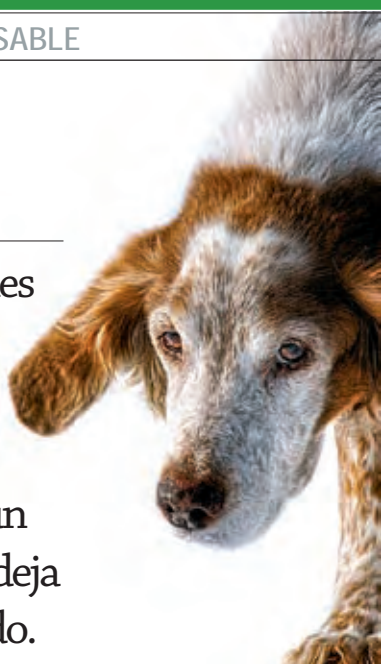
¡ANIMATE A PREGUNTARNOS!
CONTACTO@ANIMANATURALIS.ORG

ANIMALES DE COMPAÑÍA TENENCIA RESPONSABLE

Adopta y Educa

SILVIA PASCUAL

Vivimos rodeados de fechas especiales que nos arrancan de la rutina, y de cumplimiento obligado para los niños: Navidades, cumpleaños, ... Fiestas que se han convertido en un derroche excesivo, derroche que no deja entrever el valor de las cosas, su fondo.



No son pocos los niños que piden tener un animal en casa. La mayoría de los niños muestra una fuerte atracción natural por los animales desde muy temprana edad, e instintivamente tienden a querer interactuar socialmente con ellos. Para los padres, el hecho de tener un animal en casa, implica que los niños conozcan la responsabilidad y la vida en cada dimensión: crecimiento, reproducción, enfermedad, muerte, y los cuidados del día a día: atenciones veterinarias, cuidado de la higiene, alimentación, necesidad de afecto y compañía...

Un recuerdo inolvidable siempre será la llegada de un animal a una casa, pero la fecha de llegada no es aconsejable que sea una determinada por el calendario: un animal no puede estar en el lote navideño del CD, el juego de turno y la corbata. Un animal es un ser vivo, no un objeto a empaquetar con lacito y celofán: es necesario enseñar a las nuevas generaciones a valorar una vida como tal, por lo que tiene de especial y única, sea la especie que sea.

En los momentos previos a la adopción, se habrá de tener en cuenta horarios familiares, quienes serán los responsables del animal y las tareas que habrán de desempeñar, y situaciones especiales en las que algún familiar o amigo o canguro ocasional tendrá que cuidarle. Es una decisión en la que debería implicarse toda la familia que convivirá con él,

ya que entendemos que es un miembro que formará parte de nuestro núcleo doméstico por un período medio de 15 años y es importante que todos conozcan las circunstancias del animal y lo acepten como es. Desde el Jardinet dels Gats



aconsejamos la adopción del animal adulto, especialmente si en la casa hay niños pequeños. En el caso de los gatos, si se trata de un animal adulto, ya está definido su carácter: sabremos si juega con uñas, si huye de los niños, si es faldero, más o menos cariñoso, si tolera a otros animales ... Además, si proviene de una entidad proteccionista como la nuestra, será un gato/a que ya habrá sido esterilizado, ya que por Ley está estipulado, así que nos evitaremos los problemas de posibles comportamientos problemáticos que derivan de períodos de celo y marcaje.

A tener muy en cuenta que un animal, por muy juguetón y sociable que sea, como ser vivo que es, necesita unos momentos de descanso, que no siempre coinciden con los nuestros: nos hemos de adaptar a sus necesi-

dades vitales y educar a los niños en tolerancia y respeto hacia ellos.

Es cierto que la adopción significa responsabilidad y ciertas tareas básicas hacia el animal. No obstante es mucho más lo que aporta: está científicamente

respaldado el beneficio que cuidar un animal le comporta a un niño. Según voces expertas, la relación con los animales estimula en los niños actitudes y comportamientos compasivos, a la vez que les brinda seguridad, bienestar y un cauce para canalizar la afectividad. Además, fomenta un mayor respeto y sensibilidad por otros animales y por el mundo de la Naturaleza en general.

Hay cualidades que solo se pueden enseñar a través de la experiencia. El trato con los animales es uno de estos casos. Conocerles es entenderles, y entenderles es quererles. Y solo queriendo a los animales podremos entender el estado de la cuestión del mundo animal al que pertenecemos y sin embargo menospreciamos.



¿Dónde Adoptar?

POR FABIOLA LEYTON D. HELENA ESCODA C.

Barcelona

FUNDACIÓN ALTARRIBA
Pau Claris 87, 2º 1º 08010
93 412 00 73
altarriba@altarriba.org / www.altarriba.org

FAADA
Teléfono: 902 222 341
info@faada.org / www.faada.org

EL JARDINET DELS GATS
Teléfono: 636 382 194 (de 18 a 20h.)
eljardinetdelsgats@gmail.com
www.eljardinetdelsgats.org

SOS DALMATAS
Teléfono: 647680243
sosdalmatas@gmail.com /
cocosdalmatas@hotmail.com
www.sosdalmatas.org

SOS Hurones Asociación Protectora de Hurones SOS Hurones
Teléfono: 647743095
info@soshurones.org
www.soshurones.org

LLIGA PROT. ANIMALS I PLANTES DE BARCELONA
Telf: 934170124 Fax: 934188399
info@protectorabcn.com
www.protectorabcn.com

ANIMALS SENSE SOSTRE (Gavà)
Telf: 653228449 / 669680666
animalsensesostre@gmail.com
www.animalsensesostre.org

ASOCIACIÓN DEFENSA DE LOS ANIMALES DE OSONA
Torre d'en Bosch, s.n - 08518 GURB - Barcelona
Nucli Zoològic B-23120
Teléfonos: 93088875 / 87-938892308 - Fax 938860198
info@protectoraosona.com
www.protectoraosona.com

ABAM - Associació pel Benestar dels Animals de Montgat
Apdo. Correos, 50 - 08390 Montgat
Teléfonos: 651 561 028
alicia@gosmontgat.com
www.gosmontgat.com

SOS al Gos i al Gat de Castelldefels (de 18 a 20h.)
Teléfonos: 606981929 / 626918776 / 93 664 09 52
carol@apabcn.com

SPAPM Societat per a la Protecció d'animals i Plantes de Mataró
Apdo. correos 1232, 08303 Mataró
Teléfono: 93-7963314 / 647-972293
spapm@protectoramataro.org
www.protectoramataro.org

Societat Protectora d'Animals i Plantes - Manresa
Apdo. Correos 634, 08240 Manresa
Teléfono: 93 872 70 74
aixopluc@tierheim-manresa.de
www.tierheim-manresa.de

Centre d'Acollida d'Animals de Companyia
Ctra. de l'Arrabassada, Km 3,8
08035 Fax: 93 4283142
Telf: 934284417 / 934283125
caacb@aspb.cat
http://www.voluntariscacac.cleu.net/

Lliga Protectora d'Animals de Sabadell
Apartado de correos 324 . Código postal 08200, Sabadell.
Teléfono: 93 726 72 27
protectora@protectorasabadell.org
www.protectorasabadell.org

Refugi d'Animals del Baix Llobregat i Barcelonès (Refugi de Cervelló)
Apartado de Correos 63 - C.P. 08758 Cervelló (Barcelona)
Teléfono: 933002228 / 626 316 663 / 659 390 767
elrefugi@yahoo.es /
elrefugicervello@msn.com

Asociación SOS GALGOS
Teléfono: 933725685 / 607216896
sosgalgos@sosgalgos.com
www.sosgalgos.com

Asociación Protectora del Conejo Rubi
info@protectoraconejos.com
www.protectoraconejos.com

PROGAT BCN
Teléfono: 610 074 278
info@progatbcn.org
www.progatbcn.org

APAC - Associació Protectora d'animals de Cabrera
Telf: 647-782871 / 647-782872
apac@protectoracabrera.org
www.protectoracabrera.org

Refugio "La amistad"
Apdo. correos, 23 08759 Vallirana
Teléfonos: 655 65 03 77 / 619 82 01 42 / 659 39 07 67

Burgos
Asociación Protectora de Animales y Plantas de Burgos
KM 2,8 Apartado 2244 C.P: 09003
Teléfono: 947274523
información@protectoraburgos.es
www.protectoraburgos.es

Madrid
A.N.A.A. (Asociación Nacional Amigos de los Animales)
Apdo. de correos 197, 28140 Valde-
torres del Jarama
Telf: 915447376 (L-V 9:00 14:00 h.)
Fax: 915447376
anaa@anaaweb.org / www.anaaweb.org

ASOCIACIÓN PROTECTORA DE ANIMALES Y PLANTAS DE ALCALÁ DE HENARES
Ap. Correos, 53 - 28800 Alcalá de Henares /Telf: 639100008
apap@apap-alcala.org
www.apap-alcala.org

P.R.O.A.
Apdo 40 28920 Alcorcón
Teléfono: 91 693 79 01
adopciones@proamadrid.de /
www.proamadrid.de

S.P.A.P. de Madrid (El Pardo)
Telf: 91 3119133 / 807 11 70 21
www.spap.net

MADRID FELINA
contacta@madridfelina.com
www.madridfelina.com/w1/index.php

PERRIKUS
Ap. Correos, 33 Rascafria 29740 Madrid
Teléfono: 610376351 / 696925588
asociacionperrikus@yahoo.es
www.perrikussierranorte.org

SALVAR UNA VIDA
Teléfono: 646473166 / auri10@ozu.es
www.porunavidamas.es

EL REFUGIO
Ap. Correos 54079 (28080) Madrid
Telf: 917303680 / 619 75 6831
info@elrefugio.org / www.elrefugio.org

Logroño
ASPAR - Asociación Protectora de Animales en La Rioja
Telf: 941 233 500 (de 20.30-21.30)
proteclorioja@arrakis.es

Menorca
ASOC. PROTEC. DEFENSA DE ANIMALES DE MENORCA
Teléfonos: 971353330 / 971351486

Pamplona
Sociedad Protectora de Animales y Plantas de Pamplona
Pol. Industrial Mutilva Baja Calle G35 - 31192 Mutilva Baja / Telf:948151615
protectorapamplona@hotmail.com
www.pamplona.org

San Sebastián
Sociedad Protectora de Animales y Plantas de Guipuzcoa (SPAPG)
Barrio Kalezar, s/n. 20170 Usúrbil
Telf:943376650 / spapg2@yahoo.es
www.protectoradegipuzkoa.com

Soria
El Hogar de los animales en Soria
San Lázaro, nº4, apdo. correos 315
42080 Soria / redencion@redencion.org
www.redencion.org

Valencia
Asociación Refugiocan
Teléfono: 651486606 (de 11 a 20h)
admin@refugiocan.com
www.refugiocan.com

Sociedad Valenciana Protectora de Animales y Plantas
Teléfonos: 963844182 /963841154
protectora@svpap.com / www.svpap.com

Sociedad Protectora de Animales de Godella
Apdo Correos 114-46110 Godella
Teléfonos: 669 521 006 / 646 678 386
godella@protectora.org
www.protectora.org

Sociedad Protectora Animales Carcaixent (SPAC)
Teléfonos: 666 93 19 78
protectoradecarcaixent@hotmail.com
www.protectoradecarcaixent.com

Protectora de Animales de Xàtiva
Teléfonos: 606238544 / 615068203
infospax@protectoraxativa.org
www.protectoraxativa.org

Zaragoza
ZARPA
Teléfono: 685929514
adopciones@zarpa.org/www.zarpa.org

A ignorancia ergue barreiras, prohibe e cega



VEJXUAME
.....LIBRARÍA

Librería de contenido xeral, infantil, animalista, de cocía vexetariana ou tradicional, de viaxes, e outros. Non esquezas encargarnos os teus libros de texto e o material escolar. A nosa especialidade é o libro esotérico! Temos prensa, papelería, material escolar e de oficina, agasallos, lambetadas, recargas a móbiles e fotocopias.



R/Sagrada Familia, 10 · Tlf. 981 15 13 10 · 15007 - A CORUÑA

Conoce a los cerdos

Fueron domesticados por el hombre hace unos 7.000 años. Desde entonces ha sido considerado como una fuente de proteínas e insumos industriales como carne, cuero o cerdas, pero no conocemos mucho más de estos fascinantes animales. Con este artículo te invitamos a conocerlos en profundidad.

FABIOLA LEYTON D.

Los cerdos son animales curiosos, sensibles, inteligentes y sociales. Nos acompañan casi desde los inicios de la civilización y aparecen encarnando a dioses en las mitologías nórdica, egipcia, india y china.

Los cerdos son animales omnívoros, se alimentan desde vegetales hasta insectos, pero las condiciones de hacinamiento y producción industrial en que el hombre les hace vivir en la actualidad, les hace alimentarse incluso de carcazas en descomposición, basura, u otros cerdos muertos cuando viven situaciones de hacinamiento y estrés.

Tienen un hocico como nariz, los ojos y la cola pequeña, que puede ser rizada, quebrada o rígida. Su cuerpo es muy gordo, tienen las piernas cortas y están cubiertos de pelo, que de acuerdo a las diferentes razas y especies, cambia de color. Tienen cuatro dedos en cada pata, y usan los dos dedos más largos para caminar. Su hocico es una herramienta con un olfato muy fino que les permite buscar alimento

bajo tierra, y es una parte muy sensible de su cuerpo. Pueden llegar a pesar hasta 350 kilos.

Muy contrario a lo que se cree, los cerdos son animales muy limpios. Si tienen suficiente espacio, nunca defecan donde comen o duermen. Su fama de ser sucios se la ganaron porque al no tener glándulas de sudor, si sienten calor se refrescan con barro, lo que les protege la piel de parásitos, moscas e incluso de la radiación solar. A falta de barro, utilizan agua, como cualquier otro animal.

La gestación de las cerdas dura casi 4 meses, y en cada parto es normal el nacimiento de entre 6 a 12 cerditos. Las madres vocalizan de manera que los bebés diferencian su voz de las de otras madres. Mientras los amamantan, las madres entonan una especie de canto o nana para sus pequeños.

"Los cerdos tienen habilidades cognitivas muy sofisticadas. Tienen más inteligencia que un perro, y ciertamente, que un niño de 3 años" declara Donald Broom, profesor de la Universidad de Cambridge y asesor científico del Consejo de Europa. Son animales juguetones,

leales, amistosos y cariñosos. En su entorno natural -no en las granjas ni en los establos industriales-

son muy sociales y protectores unos de otros. Gustan de acostarse en camas (que hacen de paja o ramas), relajarse al sol y pasar el calor echados en grupo en el barro.

Diferentes investigadores dicen que la vida social de los cerdos es tan compleja como la de los primates. Tal como éstos, aprenden muy rápido y son capaces de realizar maniobras astutas para engañar a los otros (para quitarles la comida, por ejemplo). Asimismo, el Dr. Mike Mendyl observa que los cerdos pueden competir y "utilizar esta información para minimizar las agresiones en disputas por el mando social". Una suerte de transa política para evitar conflictos de poder.

El dr. Broom apunta que "los cerdos sueñan, reconocen sus nombres, pueden jugar juegos de video, y pueden indicar preferencias en la temperatura que les rodea. Además, tienen una capacidad de concentración que nunca se ha visto en un chimpancé, por ejemplo."

Son muy comunicativos entre sí: se han descubierto más de 20 tipos diferentes de gruñidos y chillidos, para diferentes situaciones, desde el cortejo hasta expresar que tienen hambre.

A todas luces, el cerdo tiene muchas cualidades similares a los primates, grupo del que los humanos forman parte. Ahora que los conocemos un poquito más: ¿seguiremos permitiendo que se los trate como hasta ahora?

En las granjas actuales, a los cerdos se les niega la realización de cualquier deseo, nunca pueden correr ni pasear por los pastos, bañarse al sol, respirar aire fresco u obtener cualquier bondad de la naturaleza.

Las madres gestantes son encerradas en "jaulas de gestación" que son tan pequeñas que no pueden voltearse, solo dar unos cuantos pasos adelante y atrás. Están continuamente preñadas para que den suficientes hijos para su carne, y cuando están agotadas físicamente son enviadas al matadero. Los cerditos son arrebatados de sus madres a las pocas semanas de nacidos, se les cortan la cola, los colmillos y son castrados, todos estos procesos sin anestesia.

En el matadero, con los actuales métodos de abatimiento, muchos cerdos no llegan inconscientes a la piscina de agua hirviendo al que son sumergidos para sacarles más fácilmente su piel. Todos somos responsables de la vida y el sufrimiento de estos animales. Por ellos, por tu salud, por el planeta, ¡hazte vegetariano!

Fuentes:

- "New Slant on Chump Chops," Cambridge Daily News 29 Mar.2002.
- "The Millennium List," The Times 9 Jan. 2000.

Dona dinero a los animales sin que te cueste nada

Tu apoyo es muy importante.

Vota por los proyectos de AnimaNaturalis en Caja Navarra

Dentro de lo difícil que es conseguir fondos para financiar los proyectos que se organizan en AnimaNaturalis hemos encontrado un apoyo en Caja Navarra, la cual nos ofrece la oportunidad de financiarlos con un simple voto de sus clientes.

AnimaNaturalis recibirá el 30% de lo que esta caja gane con cada uno de los clientes que vote dichos proyectos.

Es un pequeño gesto que no te costará nada y para los animales será de gran ayuda, ya que ese dinero nos permitirá difundir el mensaje de respeto y derechos para los animales.

Ayúdanos a mostrar que cada vez hay más gente dispuesta a defender a los animales.



Periódico **ANIMALIS**
 un proyecto elegido por clientes de **can**

entra y vota en:

www.cajanavarra.es/es/tus-derechos/tu-eliges-tu-decides

Más información en el teléfono 653 925 632

¡Necesitamos tu voto antes de fin de 2009!

Entrevista Mónica Estarreado

“Un animal es un ser vivo, que siente y padece”

POR SILVIA TOVAL

**¿Cómo comen-
zaste a ser
consciente de
la situación de
los cientos de
animales que son abandonados
cada año en España?**

Desde muy pequeña mis padres me enseñaron el amor por los animales. Siempre tuvimos perro y era considerado siempre como un miembro más de mi familia. Recuerdo, cuando nos íbamos de vacaciones, ver a muchísimos perros por las carreteras. Mi padre siempre se enfadaba mucho y mi madre se ponía muy triste. He crecido viendo en mi familia ese amor hacia ellos, los animales.

- Has sido voluntaria y colaboras activamente con ANAA, una de las mayores protectoras en España, ¿qué experiencias positivas has vivido allí como consecuencia de tu labor?

Lo que más me gusta es comprobar que hay muchísima gente que piensa como yo y se preocupa por los más débiles, aunque siempre tengo la sensación de no hacer todo lo que me

gustaría. Me encantaría poder dedicar mucho más tiempo a colaborar.

- Estamos rondando las fiestas navideñas, ¿qué les aconsejarías a las personas que están pensando en regalar un animal en estas fechas?

Por desgracia algunas personas ven en los animales un simple entretenimiento para sus hijos. Cuando el animal crece, rompe cosas, y lo tiene que bajar a la calle tres veces al día... son muchos los que los abandonan. Un animal es un ser vivo, que siente y padece. Y lo más importante tiene sus derechos. Lo que le aconsejaría es que antes de comprar un animal se pasaran por la protectora de su localidad e hicieran voluntariado y, si cuando vuelven a casa sienten que necesitan pasar más tiempo con ellos y que realmente están seguros del sacrificio... ¡adelante!

- AnimaNaturalis lleva años pidiendo el cierre de los puestos de animales de Las Ramblas de Barcelona. Recientemente, el Ayuntamiento de esta ciudad ha decidido su cierre definitivo, permitiendo sólo uno de ellos. ¿Qué opinas de esta iniciativa?

¡Que ya era hora! Viví un año en Barcelona y lo presencié. Pero esto no sólo pasa en Barcelona, pasa en todas las ciudades: en cualquier centro comercial hay tiendas de animales donde están en cajas y en condiciones pésimas. Esa gente no ama a los animales. Para ellos son un producto.

- Tú convives con varios animales. Taison, por ejemplo, es recogida de la calle. ¿Podrías hablarlos de ellos?

¡¡¡¡Tengo cuatro!!!!. Dos perros (Taison y Harrison) y dos gatos (Lenon y McCartney), todos recogidos de la calle. Luego está Polindango (un gato gris precioso), al que llamo así porque solo viene a comer. Taison es “mi niña”. Me la encontré precisamente en Barcelona: estaba metida en una bolsa dentro de un vagón de metro.

- Recientemente AnimaNaturalis ha denunciado las crueles prácticas a las que son sometidos durante los entrenamientos aquellos animales usados en espectáculos. La repercusión del vídeo que documenta estas prácticas ha sido tal, que Zara ha renunciado a su acuerdo con el circo Ringling, por el que reproducía los diseños de este circo en una de sus líneas de ropa. ¿Qué opinas de los circos con animales?

¡¡¡¡Ole, ole, y ole por Zara!!! ¡¡¡¡Ya era hora que un grande se les enfrente y diga NO!!! Esas prácticas me parecen despreciables, denunciables e inhumanas. Pero sinceramente creo que son tan culpables los que maltratan como quienes van a verlo y pagan su entrada.

Una última pregunta a modo de reflexión. ¿Qué piensas del movimiento por los derechos de los animales a nivel mundial? ¿Crees que podremos evolucionar juntos hacia un mundo más justo para todos los animales?

No me gustaría ser pesimista. Creo que se ha avanzado muchísimo pero aun queda un largo camino por recorrer. Cada día me doy más cuenta que las personas nos separamos entre nosotros. Con esa filosofía de vida uno no puede crear nada, más bien al contrario, destruir. Pero afortunadamente algunos no opinamos igual y creemos que podemos mejorar algo.



Mónica Estarreado es una actriz española nacida en Madrid el 29 de junio de 1975. Se ha hecho popular a raíz de su participación en varios seriales, sobre todo en “Yo soy Bea”, serie en la que interpreta el papel de Cayetana de la Vega. “Al salir de clase” y “La verdad de Laura” son otras de las series en las que ha tenido papeles fijos, además de colaborar en otras producciones como “Siete Vidas”, “A tortas con la vida” o “Paraíso”. En cine cabe destacar sus papeles en “En la ciudad sin límites”, de Antonio Hernández y “Más de mil cámaras velan por tu seguridad”, de David Alonso.



Fotos: Alejandra Duarte, gentileza de ANAA.

ANAA
Asociación Nacional
Amigos de los Animales
www.anaaweb.org

La bio Tienda Naturista

Productos ecológicos
Consulta naturista
Masajes

en el Valle del Cidacos - Ruta de los Dinosaurios La Rioja

ARNEDO, Preciados 3 - Tel: 941 38 39 22 - CALAHORRA, Av. Valvanera 11 - Tel: 941 14 66 49 (La Rioja)

ARCO IRIS

En ARCO IRIS puedes encontrar:

- * Alimentación biológica
- * Pan fresco y repostería integral
- * Cosmética Natural
- * Preparados dietéticos y de plantas
- * Artículos de limpieza ecológica
- * Comida para animales
- * Libros, discos, DVD

Av. de Colón, 14 - LOGROÑO (La Rioja)
Tel. 941 258 631 www.herbolario-arcoiris.com
info@herbolario-arcoiris.com

Los niños tienen la palabra

"Los animales son mis amigos y por eso no me los como". Athena, 10 años, Barcelona.

"A los animales también les gusta correr y tampoco les gusta estar en una jaula". Teo, 8 años, México.

"A los animales les duele cuando los matan". Alejandro Castañé, 10 años, Veracruz, México.

"Y para qué quiero un pez en una pecera si él no está contento ahí?". Ana Laura, Monterrey, México.

"En el zoológico, los animales se aburren". Sofía, 7 años, Querétaro, México.

"Mejor dejamos a todos los animales libres y dejamos todas las jaulas vacías". Laia, 11 años, Barcelona.

"Los animales del circo están tristes ahí porque no están con su familia". Fabián, 6 años, Barcelona.

"Cuando sea grande quiero ser vegetariana". María, 9 años, Barcelona.

"La leche no es para niños. Es para vacas bebés". Jose, 8 años, Argentina.

"Las vacas quieren estar con sus hijos y las becerros con su mamá, igual que nosotras de chiquitas". Leandro, 8 años, México.

"Soy el único de mi salón que no como carne, por eso soy el más alto y fuerte". Ramón, Monterrey, México.

"Mi tía tiene un jardín muy grande y recoge perros de la calle que nadie quiere, bueno ella y yo sí los queremos". Adela, 11 años, Michoacán, México.

"No me gusta ir a la carnicería con mi mamá. Hay muchos animales muertos". Víctor, 11 años, México.

"No veo lo divertido en salir a matar animales al campo. Es más divertido verlos vivos". Juan Carlos, Abasco, 12 años.

"Yo le digo a mis papás que no vayamos al circo porque ahí les pezan a los animales". Benjamín, 6 años, Valencia, España.

"Un día con mi papá vimos un sultito atropellado y le dije que lo ayudáramos. El no paró el coche". Francisco, 12 años, México.

"Cuando vi que el hamster corría siempre en su ruedita me dieron ganas de soltarlo para que corriera en el campo, pero mi papá dijo que le había costado mucho dinero". Rocío, 10 años, Venezuela.

"Mi deseo de cumpleaños es que todos los animales sean libres". Renata, 8 años, Chile.

Me llamo Laia Albiol y tengo 12 años. Vivo en un pueblo cerca de Barcelona con mis padres y mi hermana.

Me volví vegetariana porque a mi madre le gusta hablar sobre el respeto a todos los animales, he visto varios videos en donde se informa sobre la realidad de las granjas intensivas y el maltrato animal en todos los niveles, ya sea como consumo, vestimenta, diversion (circos) o tradiciones (como los toros). Me impresionó muchísimo ver esa realidad que no sabemos. Era horroroso! Sobre las granjas intensivas la comida de los animales estaba mezclada con los excrementos de otros animales junto con los medicamentos y vacunas que les ponen, las condiciones higiénicas eran muy malas, y la forma de matar a los animales no era para nada "indolora", los veías sufrir durante su corta vida, y encima más en el momento de ser matados.

Desde que supe eso me di cuenta de que comer animales ya no me apetecía en absoluto.

Poco a poco me fui dando cuenta de que la carne no es tan buena ni necesaria como siempre nos han hecho creer, así que mi madre se preocupa de que no me falte en nuestra dieta ningún tipo de proteína, pero siempre vegetal. Las proteínas están en muchos alimentos más de lo que pensamos...no necesitamos matar un animal para estar sanos y fuertes.

Mis platos favoritos son el seitan con soja a la plancha, la pizza vegana casera i las bolitas de lentejas, ¡la verdad es que desde que mi madre es vegana como mucho más variado y más sabroso!



Los niños y los animales

Lejos de las grandilocuentes medidas que creemos necesarias para acabar con la desnutrición en nuestro mundo, dos ONG nos demuestran cómo de la forma más sencilla es posible empezar a plantar cara al problema, a la vez que cuidamos el medio ambiente.

Algunos crecimos con animales en casa, otros no, pero puedo decir que todos teníamos esa actitud de maravillarnos ante lo diferente. Los animales no humanos, si bien próximos a nosotros en muchas características fisiológicas y emocionales, son atractivos para los niños por tener capacidades diferentes a las nuestras: pueden volar, respirar bajo el agua, ver en la oscuridad, etc. Su aspecto también suele parecerles llamativo: peludos, con alas, con escamas, con aletas, piel rugosa, fría, o siempre tibia y lisa, unos enormes, otros diminutos. Diferentes y parecidos al mismo tiempo y por lo mismo fascinantes.

Este tipo de curiosidad que despiertan en el niño los otros miembros del reino animal puede desembocar en actitudes crueles que de no ser detectadas y corregidas a tiempo se exacerbarán en la adolescencia. Estudios hechos por reconocidos psiquiatras coinciden en que un niño que comienza maltratando animales en la infancia, rara vez se detiene ahí y busca víctimas cada vez más grandes en tamaño y desarrollo neurofisiológico. Sin embargo, si este afán de investigación se encauza, puede convertirse en un genuino interés por el conocimiento de la realidad del otro.

Los actuales discursos de la otredad, limitada generalmente a los demás miembros de la especie homo sapiens, intentan enseñarnos a ser más respetuosos con otras razas, géneros, preferencias sexuales, culturas. No hemos logrado mucho en este sentido, ya que aún se ven casos de discriminación, violencia, maltrato, marginación y rechazo hacia lo que nos resulta ajeno, distinto, opuesto a lo tradicional, a lo habitual, a lo normal, entendido esto como mayoritario. Pero poco o casi nada se ha hecho desde la educación para excluir de la discriminación a los animales no humanos. Ellos no son considerados un otro al que haya que respetar, concederle derechos, dignidad. En algunas sociedades se ha avanzado en materia de protección a los animales y hay algunas leyes que castigan el maltrato, abandono o negligencia hacia ellos, pero no tenemos un buen punto de partida pedagógicamente hablando.

He conocido muchos niños y niñas de varias edades. Algunos hijos de activistas pro derechos de los animales, otros no. Pero todos tienen en común una enorme capacidad de asombro ante lo novedoso. Los niños, que no saben que Aristóteles recomendaba a sus discípulos nunca dejar de maravillarse, lo hacen habitualmente, sin demasiado esfuerzo. Los adultos en cambio parece que hemos visto todo: una paloma es igual a otra, una vaca es un elemento decorativo del paisaje del campo, un pez en una pecera es un adorno más de la casa y un ratón es una plaga que hay que exterminar.

He escuchado a niños preguntarse ingenuamente ¿qué es la carne? sin imaginar siquiera que aquello que se les obliga a comer son los cuerpos destazados de los mismos animales que dibujan en sus cuadernos. He visto la ternura de un niño al tener un ratón en sus manos y pedirle a su madre que no lo mate con la escoba. Mi primo de pequeño sacaba insectos de la piscinas pues "le daba lástima que se ahogaran". Los insectos son menospreciados casi por la mayoría de los humanos, proyectando en ellos nuestros propios miedos y ascos.

La primera niña vegana que conocí era hija de un par de veganos dedicados a profesiones que poco tienen que ver con el activismo "oficial". Simplemente habían optado por una alimentación más saludable, ecológica e inocua. La pequeña solía comentarme lo raro que le parecía que sus amiguitas de la escuela dijeran amar a los animales y se los comieran a la hora del descanso en un bocadillo de jamón o en ensalada de atún. "Si te gustan los animales, no te los comas", les decía ella.

Cuando fui promotora ambiental y me dediqué a educar en el respeto hacia los animales, los niños de las escuelas públicas expresaban su tristeza al ver un perro encerrado en un balcón o en una azotea, y muchos de ellos se negaban a ir a circos con animales porque "los animales están tristes ahí".

La típica patraña de llevar a los chicos al zoológico para que conozcan a los animales y aprendan sobre ellos, ha perdido adeptos incluso entre los escolares, quienes prefieren verlos en documentales televisivos donde se muestran como son y pueden realizar sus comportamientos naturales. "En el zoológico, los animales se aburren", me dijo un pequeño de 7 años.

¿Qué sucedió pues, entre ese interés, curiosidad, atracción o incluso amor hacia los animales, que sentíamos en la infancia y esta desensibilización, mecanización y distanciamiento con el que los vemos en la adultez? ¿Por qué en unos niños se perdieron estas características positivas y en otros permanecieron?

En la transición de la infancia a la adolescencia comenzamos a aplicar los prejuicios inculcados por los padres y la sociedad: intentamos rebelarnos ante un mundo que no nos gusta del todo, pero tampoco nos empeñamos en cambiarlo. Ser sensible es calificado como cursi y tener convicciones firmes no es la norma. Es sin duda una etapa difícil y sería más sencillo formar mejores seres humanos si desde la infancia se educara en la empatía: la capacidad de ponerse en el lugar del otro, donde éste no es necesariamente un miembro de nuestra especie, sino grosso modo, un ser con capacidad de sufrir y disfrutar con quien compartimos el planeta.

Los niños criados en el respeto hacia la naturaleza y sus habitantes no humanos, son también más humanitarios y sensibles ante los problemas de sus congéneres. La empatía no hace distinción entre género, raza, especie. Es una capacidad de comprender las emociones del otro, sus tristezas, sus alegrías, sus necesidades. Es una comprensión que no está dada únicamente por el entendimiento, sino por el desarrollo de vínculos emocionales con lo que nos rodea.

A los niños de hoy se les enseña a usar computadoras y aprender idiomas. Muy bien. Pero antes que cualquier otra cosa creo que es fundamental enseñarlos a ser parte de la solución de un mundo cada vez más deteriorado. El distanciamiento de la naturaleza, concebirla sólo como proveedora de alimentos y materias primas nos hace renunciar al gran placer estético de su contemplación.

Al cosificar devaluamos, al empatizar, en cambio, damos más valor. Como padres y educadores tenemos la enorme responsabilidad de formar mejores generaciones de seres humanos y como adultos debemos no dejar de maravillarnos ante ese otro y reconocerle su dignidad y derecho a vivir plenamente.



DRA. LEONORA ESQUIVEL
PRESIDENTE ANIMANATURALIS INTERNACIONAL

POLÍTICA REPORTAJE

CIRCOS CON ANIMALES:

Cadenas, Tortura y Muerte



POR DANIELA ROMERO WALDHORN

Esta es la historia de la mayoría de los monos y otros animales en los circos, una tradición muy antigua pero no por ello menos cruel. Los circos con animales, tras trucos de luces y colores, intentan convencernos de que el animal es fuente de diversión, sin permitirnos pensar que lo que sucede en el escenario representa maltrato, humillación y sufrimiento para los animales, sin olvidar el tráfico ilegal de especies, los dolorosos entrenamientos, y la cadena perpetua a vivir en el encierro.

Para los animales, los circos representan una pesadilla de la cual no van a despertar. Para nosotros, ésta es una ocasión de abrir los ojos ante un espectáculo que –sin pretender ser cruel– ha condenado a demasiados seres a la soledad, al encierro y al sufrimiento.

PRISIÓN DE POR VIDA

Por sus propias características, los circos no pueden atender las necesidades de un animal que recorre kilómetros en la naturaleza buscando su comida y que, además, habita en grupos sociales.

La mayoría de los circos son espectáculos itinerantes. A lo largo de sus interminables giras, no hay otro remedio que mantener a los animales encadenados o aprisionados dentro de diminutas jaulas, que sólo son abandonadas durante el entrenamiento o los escasos minutos que dura su número circense.

Durante horas de viaje, los animales deben soportar el hacinamiento sin luz y sin ventilación, el frío del invierno y el calor del verano, mientras se asfixian con el metano de sus propios excrementos a pesar de que se acostumbra a mantenerlos sedientos para que orinen menos.

Inspecciones oculares realizadas por Animal Defenders International y de AnimaNaturalis en circos de Bolivia, Chile, Colombia, Ecuador y Perú testimonian que los animales cautivos en los circos no cuentan con un espacio mínimo para el ejercicio propio y, en la mayoría de los casos, ni siquiera pueden relacionarse con miembros de sus propias especies.

Mientras que en estado salvaje estos animales invertirían la mayor parte de su tiempo cazando o buscando alimento, compitiendo con otros animales, evitando depredadores, protegiendo a sus congéneres más jóvenes, resguardando su territorio, o en actividades sociales con otros de su especie, en los circos subsisten separados de sus congéneres, encerrados y amarrados, sometidos a privaciones y frustrados sus instintos naturales.

Así, el ambiente artificial de circos –y zoológicos– vuelve a los animales pasivos y provoca la aparición de una serie de comportamientos anormales: movimientos repetitivos e incesantes consistentes en oscilaciones, vueltas, agitación y mordisqueo de los barrotes de sus jaulas, etc., que también se pueden convertir en conductas inesperadamente agresivas. Estos comportamientos se han observado una variedad de animales, como osos, chimpancés, elefantes, mandriles, leones y tigres.

El psicobiólogo español Jordi Sabater (2005) asegura que las conductas estereotípicas constituyen un signo reconocido de sufrimiento psicológico, consecuencia del stress y el encierro, y no se presentan en animales que se encuentran en estado salvaje.

Él vivía en la selva peruana, tenía solo meses de vida y descubría el mundo aferrado a la espalda de su madre. Estaba protegido, aprendía a vivir, era libre. Hasta que llegaron quienes lo venderían en nuestro país por una cifra irrisoria.

Lo condenaron a vivir en un clima extraño, solo, sin la alimentación adecuada y preso en una jaula.

CRUELDADE

El castigo físico ha sido por mucho tiempo el método clásico de entrenamiento de los animales en los circos que a su vez trae consecuencias psicológicas de estrés y sufrimiento. Los actos que los animales son obligados a realizar –osos que se balancean sobre pelotas, monos que manejan motocicletas, elefantes que se paran sobre dos piernas– son físicamente incómodos y representan conductas antinaturales. Los látigos, collares ajustados, bozales, picanas eléctricas, ganchos de metal puntiagudos y otras herramientas utilizadas durante los actos en los circos son el recordatorio de que los animales son forzados a actuar.



El propósito del entrenamiento es conseguir el absoluto dominio del animal a través de la infusión del miedo y de estímulos dolorosos. Cuando un grito o un gesto no son suficientes, se utilizan barras de hierro, látigos y pinchos con tal de manejar y hacer obedecer a los animales. Cuando el domador o entrenador no obtiene los resultados deseados, es decir, la obediencia absoluta del animal, entonces se le priva de alimentos. De este modo se pretende que el animal asocie la comida con la respuesta que tiene que dar. De este modo, si no hay espectáculo; pues no hay comida. Al utilizar estos estímulos punitivos se consigue el miedo incesante, la aprehensión y el obedecer. Además, los entrenamientos son más violentos mientras más peligrosos sean los animales.

RIESGOS

El carácter temporal de los circos con animales y la peligrosa proximidad de éstos al público asistente hacen de estos establecimientos lugares nada seguros. Producto del stress y por tratarse muchas veces de especies salvajes, los comportamientos de animales cautivos en circos pueden ser peligrosos para el público, entrenadores y para los demás trabajadores del circo. Alrededor del mundo, trabajadores y miembros del público, incluyendo niños, han sido asesinados y atacados por animales de circo. Sólo tomando el período de 1990 a 1999, han muerto en el mundo 47 personas producto de las reacciones de los animales y cientos han sido heridas. Sin ir más lejos, en el pasado mes de Octubre, una leona escapó de un circo instalado en Tarragona, siendo los propios vecinos quienes denunciaron el acecho del animal.

BIODIVERSIDAD

Muchos de los animales cautivos en los circos son especies en peligro de extinción, protegidas por la Convención sobre el Comercio Internacional de Especies Amenazadas de Fauna y Flora Silvestres (CITES). Por su carácter itinerante, acuerdos entre circos de "prestarse" animales, reproducción de animales en sus propias instalaciones, y una fiscalización internacional frecuentemente ineficiente, son numerosos los casos de circos que mantienen a animales víctimas del tráfico ilegal, atentando contra la preservación de especies protegidas.

Efectivamente, a nivel mundial, el tráfico de animales está considerado el tercero más importante luego de la droga y las armas. Este tipo de comercio es enorme y muy difícil de controlar.

Por cada animal que sobrevive al tráfico, al menos 60 ejemplares mueren. Los animales son ingresados en maleteros de buses, de aviones, en neumáticos, tubos de PVC, cajas o bolsos. Además son golpeados y dopados para que no sean descubiertos.

No obstante, aunque se trate de animales con toda su document-

ación al día, no se puede obviar las condiciones en que ellos viven, el maltrato del que son víctimas, además de las consecuencias que implica su tenencia para la seguridad de la ciudadanía y el mensaje que transmiten al público infantil de poder utilizar a los animales para nuestro antojo y diversión.

ESPECTÁCULO DEL PASADO

Países admirables como Austria, Holanda, Suecia, India, Finlandia, Suiza y Dinamarca, y muchos estados y ciudades de Europa y Estados Unidos, ya han prohibido los espectáculos con animales, dando un ejemplo de progreso y humanismo para todo el mundo.

Este año, en Perú se aprobó un dictamen para prohibir el uso de animales de cualquier especie en los espectáculos circenses. De la misma manera, Grecia anunció que también prohibirá estos shows con animales, con el argumento de que "usar a los animales para nuestro entretenimiento es una cosa del pasado", en palabras de su Ministro de Agricultura, Sotiris Hadzigakis. Bolivia no se ha quedado atrás y ya ha promulgado una ley que contempla una prohibición total de animales en los circos. La capital de Chile, Santiago, también se declaró contra este tipo de entretenimientos, y poco antes también Buenos Aires aprobó una normativa similar. En España, los ayuntamientos de Barcelona, Girona, Lleida, Blanes, Sitges y Sant Boi ya han aceptado resoluciones contra los animales en circos y actuaciones ambulantes.

También existen circos que ven que no es necesaria la utilización de animales en sus actos. Estos espectáculos no sólo están exentos de sufrimiento animal, sino que además favorecen y estimulan la creatividad del público, su imaginación y capacidad lúdica, al exhibir las habilidades artísticas de otros seres también humanos. A través del teatro, el humor, malabarismo, destrezas físicas, magos y otros, congregan a una gran cantidad de público en sus presentaciones, destacándose artistas y espectáculos de renombre internacional, como el Cirque du Soleil, el Circo de Oz, y el New Pickle Family.

Reconocer el sufrimiento de los animales cautivos en los circos y actuar en consecuencia, no implica estar en contra del espectáculo circense: por el contrario, esta consideración ética es una posibilidad de progreso para la digna institución del circo y una manifestación de un público más consciente y respetuoso hacia otros seres que, como nosotros, también poseen la capacidad biológica de experimentar dolor.

Las vidas de encierro, soledad y maltrato que llevan los animales de circo es una aberración para una sociedad que se conduela del dolor de los más débiles. cada especie

tiene una función específica e insustituible en el medio ambiente, y exhibirlas en un circo no es una vía ecológica, educativa ni ética para fomentar el respeto hacia demás habitantes de nuestro planeta. Por el contrario, enseñar a niños y niñas el respeto y afecto hacia los animales con quienes compartimos el mundo, ayuda a que ellos desarrollen vínculos de sana convivencia con su medio ambiente y con sus propios iguales.

Esas miradas, esos gestos de súplica, esa actitud de derrota ante una batalla donde el vencedor es siempre el egoísmo humano, motivan a la sociedad civil a reconocer que los animales no pertenecen a los circos y sus jaulas, y AnimaNaturalis Internacional es muestra de dicha preocupación.

A través de la campaña Circos Sin Animales, la organización y los ciudadanos que apoyan su labor en España y Latinoamérica, sostenemos que ninguna práctica merece ser ignorada mientras involucre el sufrimiento de seres con capacidad de sentir dolor, más aún, cuando existen alternativas éticas que



vuelven dicho sufrimiento especialmente injustificable.

En el vigente y globalizado siglo XXI, nos preguntamos, una vez más, cómo podemos considerarnos seres civilizados cuando continuamos permitiendo el sufrimiento y abuso de los animales para nuestra mera diversión.

Nuestra declaración como seres racionales no es sinónimo de superioridad, sino sólo una diferencia que, más bien, nos supone la imperiosa responsabilidad de asumir opciones, decisiones y acciones que contemplen la extensión de la justicia, de la empatía y de la solidaridad para con la totalidad diversa de seres que convivimos en el mismo planeta.

Tienes información actualizada sobre estos temas en: www.Circos.org



Éxito! Sant Boi se declara ciudad libre de circos con animales

Sant Boi ya no volverá a tener más circos con animales, siendo hasta el momento un municipio que llegaba a acoger hasta 3 tipos de circos diferentes durante el año.

El día 19 de octubre de 2009, en sesión plenaria del Ayuntamiento de Sant Boi, se aprobó la moción para prohibir los circos con animales en la ciudad. El portavoz de ICV Sant Boi, Miguel Ángel Merino, explicó al pleno la moción, que era clara y contundente: prohibición de los circos con animales por perpetrar maltrato físico y psíquico, entrenamientos violentos, vida ambulante de confinamiento en jaulas pequeñas, además de reforzar sus argumentos con un listado de ciudades y países que han prohibido los circos con animales.

El mismo portavoz destacó la labor de AnimaNaturalis como organización ejemplar que lucha por los derechos de los animales, organizadores además de la protesta contra el Circo Americano realizada en Sant Boi hace pocos días.

Un ex empleado del circo Ringling Bros. le declaró a la Elephant Alliance cómo el circo trataba a un animal: "Era una osa dulce, pequeña e inocente de color marrón que nunca hirió a nadie...pero algunas veces tenía problemas para balancearse sobre la cuerda floja. Entonces la golpearon con largas barras de metal hasta que quedó gritando y sangrando. Ella se volvió tan neurótica que se golpeaba su cabeza contra su pequeña jaula. Finalmente murió".

Un periodista del Hudson News que viajó con Ringling Bros. informó en un artículo publicado el 8 de agosto de 1986 sobre el "adiestramiento" de un chimpancé: "En repetidas oportunidades, lo golpearon con un garrote. Los golpes se podían escuchar fuera de la carpa del circo y los gritos desde más lejos todavía"

www.LujuriaVegana.com

Lujuria Vegana



Soja

En 26 de Octubre de 1999, la Administración de Alimentos y Medicamentos (FDA) en Estados Unidos aprobó una declaración de salud basada en el rol de la proteína de soja para reducir el riesgo de enfermedades del corazón. La soja, incluida en una dieta baja en grasas saturadas y colesterol, puede reducir el riesgo de enfermedades del corazón.

Investigaciones mostraron que el consumo frecuente de soja disminuye los niveles de colesterol y tiene un efecto protector en relación a las enfermedades cardiovasculares. Además mejora la tolerancia a la glucosa en algunos pacientes diabéticos. Incrementa el peso de la humedad fecal y reduce la densidad calórica en algunos alimentos, teniendo un efecto positivo como terapia del síndrome de colon irritable. Además, tiene efectos antiinflamatorios y anticarcinogénicos en el sistema digestivo humano.

BENEFICIOS DE LA SOJA

Hay muchas investigaciones sobre los beneficios del consumo de legumbres: garbanzos, frijoles, lentejas y soja. Una alimentación con soja representa una excelente fuente de proteínas de alta calidad, son bajas en grasas saturadas, y libres de colesterol. Por otra parte, contiene una gran cantidad de fibra y ha demostrado reducir riesgo de cáncer de colon y otras enfermedades.

La soja contiene altos niveles de compuestos anti cancerígenos,

(fitatos, fitosteroles, isoflavonas, etc.) La soja es única entre las leguminosas debido a su fuente concentrada de isoflavonas, que estimulan las hormonas femeninas y es clave en ciertas etapas de la vida de las mujeres, que veremos más adelante.

DIABETES

La soja tiene un rol importante en el tratamiento de la diabetes debido a su contenido de glicina y arginina que tiende a reducir los niveles de insulina en la sangre. Su fibra puede ser útil por su efecto moderador de la insulina.

Incluir soja en la dieta puede ser una buena opción en los individuos con diabetes tipo II debido a su efecto en hipertensión, arterosclerosis y obesidad que son enfermedades comunes en pacientes diabéticos. También puede disminuir la carga de ácido renal y disminuir el riesgo de padecer enfermedad renal en diabetes tipo II.

Una de las complicaciones más comunes de la diabetes mellitus es el desarrollo de retinopatía diabética, los efectos antiangiogénicos de las isoflavonas de la soja pueden ser de valor en este desorden

COLESTEROL Y ENFERMEADES DEL CORAZÓN

Estudios corroboran que una ingesta regular de legumbres disminuye considerablemente enfermedades cardiovasculares. Estudios específicos en soja remarcan que la sustitución en la dieta de proteína animal por proteína de soja reduce la concentración de colesterol y disminuye los triglicéridos.

CÁNCER

Varios grupos de investigadores han sugerido que el consumo de soja está asociado con niveles relativamente bajos de distintos cánceres en países donde incluyen la soja en sus dietas. Los investigadores han estudiado las diferencias dietéticas entre Japon y las naciones Occi-

dentales para tratar de explicar las variaciones en las tasas de mortalidad por cáncer.

CÁNCER DE MAMAS Y PRÓSTATA

La ingesta de soja puede ayudar a prevenir el inicio de células cancerosas. Hay evidencia de que las isoflavonas incrementan la actividad estrogénica en mujeres con riesgo de cáncer de mama y en mujeres con cáncer de mama.

La soja puede ser un factor que también contribuya a la disminución de cáncer de próstata. Los Japoneses, con niveles altos de fitoestrógenos en el plasma, y que presentan un bajo riesgo de cáncer de mama, próstata y cáncer de colon sugieren que el consumo de soja no está asociado con ningún riesgo.

CÁNCER DE COLON

Un papel importante en el cáncer de colLa ingesta de fibra dietética reduce el riesgo de cáncer de colon y otras enfermedades crónicas en

el sistema digestivo, porque puede aumentar el volumen de materia fecal y reducir el tiempo de tránsito colónico. Además, la fibra puede diluir los ácidos biliares que causan irritación crónica y estimulación de la mucosa del colon, por lo que promueven los tumores.

MENOPAUSIA Y OSTEOPOROSIS

Personas de países occidentales comparadas con personas asiáticas presentan un mayor riesgo de osteoporosis y tiene una mayor ocurrencia de los síntomas de menopausia. Una de las diferencias entre personas occidentales y asiáticas es que la dieta asiática es rica en alimentos de soja comparada con la dieta occidental. Investigadores han encontrado que la adición diaria de la proteína aislada de soja con isoflavonas (hormonas naturales de la soja) a la dieta de mujeres en post menopausia reduce la frecuencia de sofocos.

Existe además una fuerte relación entre la eliminación del calcio y la ingesta de proteína animal, pero esta correlación no se da con la ingesta de proteína vegetal.

En Asia las personas que consumen una dieta baja en proteínas animales y con una baja ingesta de calcio tienen mucho las tasas más bajas de fracturas de las personas de países occidentales.

Referencias:

Mateos-Aparicio, et all. Departamento de Nutrición y Bromatología II. Bromatología. Facultad de Farmacia. Universidad Complutense de Madrid. Madrid. España.

Nutrición Hospitalaria 1. Food and Drug Administration (FDA). FDA approves new health claim for soybean protein and coronary heart disease. FDA Talk Paper 1999, www.fda.gov



Isoflavonas

Pertencen al grupo denominado fitoquímicos, son sustancias nutritivas que poseen beneficios protectores para nuestra salud. Están asociados con la prevención y tratamiento de enfermedades crónicas como enfermedades del corazón, diabetes e hipertensión, entre otras.

Genisteína y Daizeína son las isoflavonas primarias en la soja. Después de la ingestión, y están relacionadas a la prevención de células cancerígenas en hombres (próstata) y mujeres (mamas).

NAE es una tienda online de calzado vegano, respetuoso con el medio ambiente, los animales, y el trabajo humano.

www.nae-vegan.com

info@nae-vegan.com



NAE
NO ANIMAL EXPLOITATION
CALZADO VEGANO



“Ahora que has dejado de comer animales, ¿cuándo vas a dejar de calzarlos?”





Comer animales está acabando con nuestra salud

POR JONATHAN SAFRAN FOER, PERIODISTA DE LA CNN Y ESCRITOR



Tenemos un PROBLEMA

Comer animales nos está enfermando. La cría intensiva de animales envenena a los consumidores.

Las granjas industriales se relacionan al calentamiento global, gripe porcina, gripe aviar y otras muchas enfermedades graves de difícil solución.

En las granjas, los animales están cargados de antibióticos y viven en terribles condiciones.

En un sistema impulsado por industrias farmacéuticas y alimenticias: ¿por qué no protestar?



New York (CNN) – Soy un novelista y nunca tuve en mente escribir no-ficción. Francamente, dudo que lo vuelva a hacer. Pero el tema de los animales en la agricultura, en este momento, es algo que nadie debe ignorar.

Si la forma como criamos animales para alimento no es el problema más importante en el mundo en el momento, sí que es posiblemente el causante No. 1 del calentamiento global.

Las Naciones Unidas reportan que los negocios ganaderos generan más emisiones de gases de efecto invernadero que todas las formas de transporte combinado.

También es la causa No. 1 de sufrimiento animal, un factor decisivo en la creación de las enfermedades zoonóticas como la gripe aviar, la gripe porcina, y la lista sigue y sigue. Pero es un problema acallado por el silencio.

Incluso la gente más política, reflexiva y comprometida, tiende a no "ir allí". Y por buenas razones. Ir allí puede ser extremadamente incómodo: la comida no es sólo lo que ponemos en nuestra boca para llenarla, es cultura e identidad. La razón juega algún papel en nuestras decisiones acerca de los alimentos, pero raramente conduce el tema.

LO QUE COMEMOS Y LO QUE SOMOS

Parece que la gente no es consciente de la cantidad de enfermedades que son transmitidas por los alimentos, porque sucede todo el tiempo. Lo bueno es que estas enfermedades son evitables.

La próxima vez que un amigo tenga una "gripe" repentina - lo que la gente a veces se diagnostica como "gripe estomacal"- hazle unas cuantas preguntas. ¿Fue la enfermedad de tu amigo una de esas "gripes de 24 horas" que aparecen con vómitos, diarrea y luego desaparecen? El diagnóstico no es tan simple, pero si la respuesta a estas preguntas es sí, tu amigo probablemente no tenía gripe.

Él o ella estaba probablemente sufriendo de uno de los 76 millones de casos de enfermedades transmitidas por alimentos. En EE.UU el Centro para el Control y Prevención de Enfermedades ha estimado ese número de casos anuales. Tu amigo no "cogió un bicho" sino que se comió uno. Y con toda probabilidad, ese bicho fue creado, criado y llegó a su plato en la carne de un animal.

Sabemos que las granjas industriales están contribuyendo al crecimiento de patógenos resistentes a los antibióticos, simplemente porque estas granjas consumen muchos antibióticos. En una típica granja industrial, las drogas son suministradas a los animales con cada comida. En el caso de las aves, es casi obligatorio. Los animales han sido criados en tales condiciones que la enfermedad es inevitable.

Las implicaciones para la creación de patógenos resistentes a drogas son bastante sencillos. Estudio tras

estudio se ha demostrado que la resistencia a los antimicrobios sigue rápidamente a la introducción de nuevos medicamentos en las granjas industriales. Por ejemplo, en 1995, cuando la Administración de Alimentos y Drogas (Food and Drug Administration) aprobó las fluoroquinolonas - como Cipro - para el uso en pollos, el porcentaje de bacterias resistentes a esta nueva clase de antibióticos potentes aumentó de casi de cero a 18 % en 2002.

Un estudio más amplio en el New England Journal of Medicine mostro un aumento de ocho veces en la resistencia a los antimicrobios desde 1992 hasta 1997, vinculando este incremento a la utilización de antimicrobios en pollos de granja. Ya en la década de 1960, los científicos advirtieron contra el uso no terapéutico de los antibióticos en la alimentación de los animales de granja.

Hoy en día, instituciones tan diversas como la Asociación Médica Americana, los Centros para el Control de Enfermedades, el Instituto de Medicina, una división de la Academia Nacional de Ciencias y la Organización Mundial de la Salud han vinculado el uso no terapéutico de antibióticos en las granjas industriales con el aumento de la resistencia a antimicrobios y pidieron su prohibición. Sin embargo, la industria de cría intensiva se ha opuesto de manera efectiva a tal prohibición en los Estados Unidos. Y, como era de esperar, la prohibición limitada en otros países es sólo una solución limitada.

Hay una razón evidente para ello: la industria de cría intensiva, aliada con la industria farmacéutica, tiene más poder que los profesionales de la salud pública.

¿CUÁL ES LA FUENTE DEL INMENSO PODER DE LA INDUSTRIA?

La respuesta a esta pregunta es que nosotros se lo damos. Hemos elegido, sin saberlo, financiar esta industria en una escala masiva, comiendo productos de origen animal de las granjas industriales. Y lo hacemos a diario.

En una conferencia en el 2004, la FAO (Organización para la Alimentación y la Agricultura de las Naciones Unidas), la OMS (Organización Mundial de la Salud) y la Organización Mundial de Sanidad Animal (OIE), pusieron enormes recursos para evaluar la información disponible sobre "enfermedades zoonóticas emergentes" o las transmitidas por los humanos a animales y animales a humanos. En ese momento, el H5N1 y el SARS encabezaban la lista de enfermedades zoonóticas emergentes temidas. Hoy en día, la gripe porcina H1N1 sería el agente patógeno enemigo No. 1.

Los científicos distinguen entre "los principales factores de riesgo" para las enfermedades zoonóticas y los simples "factores de riesgo de amplificación", que sólo afectan la velocidad a la cual se propaga la enfermedad. En una lista de los cuatro principales factores de riesgo, estaba "la creciente demanda de proteína animal," que es la demanda por carne, huevos y lácteos, que da lugar a "cambios en las prácticas agrícolas." Para el caso de las aves, criar animales genéticamente uniformes y propensas a enfermedades por hacinamiento, estrés, en un ambiente de heces infectadas y luz artificial, promueve el crecimiento y la

mutación de los agentes patógenos. El "costo de una mayor eficiencia", concluye el informe, es incrementar el riesgo global de enfermedades. Nuestra opción es simple: el pollo barato o nuestra salud.

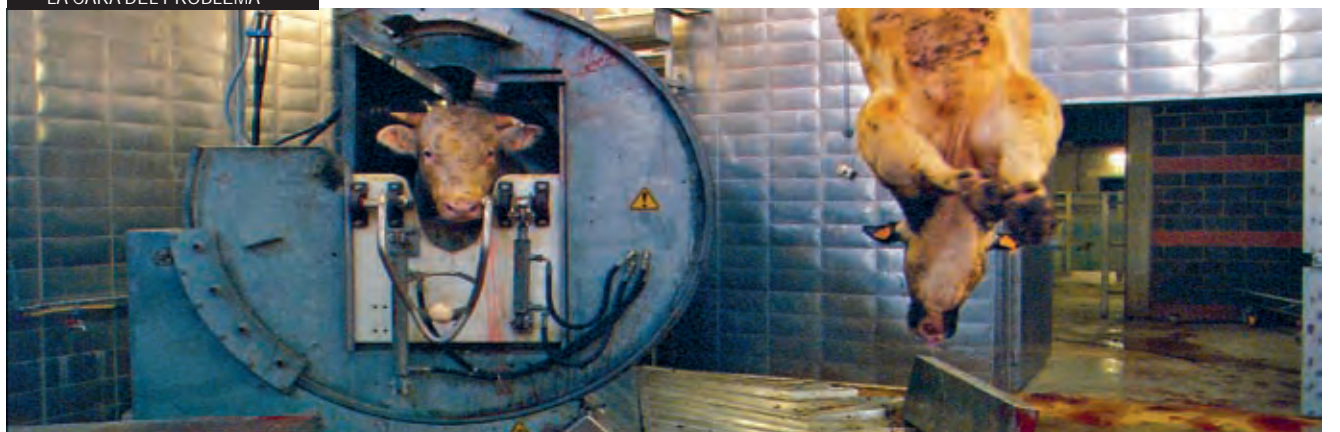
Hoy, el vínculo de la pandemia generada en la granja industrial no puede ser más lúcido. El ancestro principal del reciente brote de gripe porcina H1N1 se originó en una granja industrial de cerdos, en el estado más rico en fábricas de cerdos, Carolina del Norte, y luego se extendió rápidamente en toda América. Fue en estas granjas que los científicos vieron por primera vez los virus que combinan material genético de las aves, cerdos y virus humanos. Los científicos de universidades de Columbia y Princeton, han sido capaces de rastrear a seis de los ocho segmentos genéticos de los virus más temidos del mundo directamente en las granjas industriales de EE.UU.

Quizás en el fondo de nuestra mente, ya comprendemos que algo terriblemente malo está pasando. Sabemos que no puede ser sano criar animales en tan grotescas condiciones antinaturales. Sabemos que si alguien se ofrece a mostrarnos una película sobre cómo se produce nuestra carne, será una película de terror. Tal vez sabemos más de lo que nos importa admitir, manteniéndolo en los lugares oscuros de nuestra memoria. Cuando comemos carne, comemos carne torturada y enferma que nos enferma.

* Las opiniones expresadas en este comentario son únicamente las del autor.

ARTÍCULO:
<http://www.cnn.com/2009/OPINION/10/28/opinion.jonathan.foer/index.html>

LA CARA DEL PROBLEMA



Piel, cuero y lana. Secretismo y explotación

POR JONATHAN TORRALBA

Lana

Cuando pensamos en lana, nos viene a la cabeza la imagen de un rebaño de ovejas, en un entorno natural, sintiéndose aliviadas cada vez que son esquiladas y les quitan el exceso de lana de forma incruenta para sus intereses. Para muchos, supone la viva imagen de un producto que no conlleva el sufrimiento de ningún animal, ya que, "¿cómo van a hacerles daño si sólo les cortan el pelo?"

¿DE DÓNDE VIENE?

"La mayor cantidad de cuero de bajo costo producido hoy día viene de India. Contrariamente a lo que se cree, no todas las vacas son sagradas en este país: una investigación de PETA reveló que millares de vacas son transportadas, ya sea a pie o en condiciones insalubres y hacinadas en camiones a zonas limítrofes con Pakistán, y son degolladas en mataderos artesanales con métodos y formas totalmente crueles. Ese cuero es posteriormente vendido a occidente, y es un cuero de muy bajo costo para el consumidor, pero de un costo altísimo (su vida) para millones de animales."

TECNOLOGÍA AL SERVICIO DE LA EXPLOTACIÓN

Sin la mano del hombre, a las ovejas sólo les crecería la lana lo suficiente para protegerse del clima, pero mediante un mal uso de la ciencia y la cría selectiva han convertido a estos animales en seres deformes y antinaturales.

Millones de estos animales convertidos en máquinas sobrecargadas de lana mueren cada año exhaustas por el calor del verano y, paradójicamente, también a causa del frío del invierno tras ser esquiladas y quedar desprotegidas ante el rigor del clima.



Cuero



"El cuero es un subproducto de los animales sacrificados en la industria ganadera, ¿verdad?"

No. Este mito, convenientemente promovido por el secretismo con el que se tratan todos los temas referentes al maltrato animal, está ampliamente extendido. Muchas personas sienten que el cuero es simplemente una útil forma de aprovechar mejor el sacrificio de los animales de granja. "Nos lo comemos y usamos su piel, así nada se pierde" hemos pensado todos alguna vez.

Es hora de romper el mito. Comprar cuero (cinturones, carteras, chaquetas, zapatos, etc.) aumenta la demanda del producto como en cualquier otra industria y conlleva la muerte de más vacas y terneros.

¿DE DÓNDE VIENE?

El cuero proviene principalmente de las vacas lecheras que ya no producen cantidades de leche considerables o también de terneros. Estos animales viven confinados en un espacio tan pequeño que son incapaces de moverse y sin luz solar. También sufren la masificación durante el transporte y el horror del matadero.

La mayor cantidad de cuero producido hoy en día viene de la India. Las vacas mueren degolladas, llegando a duras penas el lugar de su muerte por culpa de la debilidad que les impide caminar. También se matan caballos, ovejas, cabras e incluso perros y gatos y es difícil saber de dónde proviene la piel, por lo que existe una alta probabilidad que venga de los países donde se produce de forma más barata y cruel.

DAÑO ECOLÓGICO Y SALUD

Tampoco nuestro mundo parece beneficiarse de esta industria. Téngase en cuenta la relación del procesamiento de cuero con el padecimiento de leucemia en áreas vecinas debido a la utilización de químicos tóxicos como aceites a base de cianuro, derivados de alquitrán, formaldehído, y el alto índice de cáncer testicular de los empleados.

Piel

La industria de la piel ha demostrado ser camaleónica. Cuando las leyes se hacen más duras debido a los abundantes informes que hablan de crueldad y la necesidad de tener estándares más altos de cuidado animal, nos "cuelan" las pieles en los productos que menos imaginamos.

Ahora las pieles de animales pueden venderse en todo tipo de artículos, no sólo en los abrigos o chaquetas clásicas de piel: cinturones, accesorios, marroquinería, mangas y cuellos de abrigos, prendas, gorros, bolsos e incluso zapatos son ahora la nueva tendencia de esta industria para dar salida a toda la piel que han acumulado y que por otras vías les es más difícil vender.

MISMA CRUELDAD, NUEVAS ESTRATEGIAS

Estos productos, especialmente los puños y cuellos de prendas variadas, no están etiquetados convenientemente al ser considerados parte poco relevante del producto final. Esto conlleva que el consumidor no sabe que está comprando la piel de todo tipo de animales, muchas veces de perro y gato desollados vivos provenientes de China.

El color de esta "nueva piel" también puede contribuir a la confusión del consumidor, pues puede ser tanto natural como artificial. Estas medidas dificultan el control de los gobiernos, esquivan la creciente indignación internacional contra la industria peletera y confunden al usuario. Ellos han sido listos, ¿lo seremos más nosotros?

¿Qué puedo hacer yo?

1. **No contribuyas.** Hoy en día hay infinidad de prendas con materiales sintéticos y fibras vegetales. Además, ¡haciendo esto no sacrificas el estilo y la moda!
2. **¡Rompe el secreto!** Te sorprenderá la cantidad de gente que no sabe nada al respecto. Comentándolo con tu familia, amigos y redes sociales habrás dado un gran paso.
3. **Técnicas para distinguir la piel natural de la artificial.** ¡Sé un detective!
Tocala: la piel natural se siente lisa y suave, y se desliza entre los dedos sin resistencia
Mírala: sopla el pelo y observa. Cuando la piel es natural, tiene varias capas de pelos más finos que forman una base densa.
Pinchala: en la piel natural el cuero se resiste a ser agujereado y es difícil de traspasar.
Quema algunos pelos: en la piel es artificial, se derretirá y olerá como plástico quemado.

Turismo Rural y vegetariano también en vacaciones!

en Arnedillo - Munilla (Valle del Cidacos)

La Rioja

Habitación doble
45 euros



Nuestro Valle pone a tu alcance

Aguas termales y frías
Espacios de culto sagrado milenarios
Reserva de la biosfera
Huellas de dinosaurios, icnitas
Bosques de hayas, encinas...
Vía verde cicloturista
Deportes de montaña
Ciudades celtíberas, ermitas

Espacio para:
eventos, cursos,
convivencias...

Ponemos a su disposición:

Alojamiento Rural
Mascotas son bienvenidas
3 Restaurantes menús vegetarianos
Visita huerto ecológico



Asesoramiento cocina saludable
Alquiler de bicicletas
Masaje y reflexología
Zona wifi

CASA RURAL
CASINO MUNILLA
RESTAURANTE

Una colaboración de:
Casino de Munilla, Bodega La Petra, Bar La Pista

CASINO MUNILLA - C/Roberto Enciso, 8 - Munilla - La Rioja. Tel 941 394 113 . www.casinomunilla.com - info@casinomunilla.com



EL SECRETO MEJOR GUARDADO DE LA INDUSTRIA DE LOS HUEVOS

El huevo es fuente de gran cantidad de proteínas. Como la avicultura y la crianza industrial de gallinas ha automatizado el proceso de puesta de huevos, este alimento es nutritivo, de muy fácil acceso y bajo precio para el consumidor. Sin embargo, este bajo precio se ha conseguido a costa de un alto costo: el sacrificio de los más mínimos y básicos intereses de las gallinas "ponedoras".

Estas aves viven durante un promedio de dos años en el más absoluto hacinamiento y estrés físico y psicológico: en una jaula de 30 centímetros cuadrados se llegan a amontonar entre 3-5 gallinas. Esto es la superficie de una hoja de papel tamaño carta. Las naves de crianza de las gallinas alojan a millares de aves, en jaulas metálicas de tres niveles organizadas en interminables pasillos. El alambre de las jaulas lastima las patas de las aves hasta hacerlas sangrar y provocarles úlceras; y debido al poco espacio, ellas nunca pueden extender sus alas lo que les ocasiona llagas y pérdida de plumaje. Para evitar que se agreden por estrés, se les corta el pico con una navaja industrial ardiente y sin anestesia ni analgésicos, cuando el pico de las aves está lleno de terminaciones nerviosas muy sensibles.

Cada huevo producido en una jaula significa el consumo de cerca de 180 litros de agua el producto. La producción española anual de huevos ha llegado a unos 1.100 millones de docenas, ocupando el tercer puesto en volumen de producción en la UE, tras Francia y Alemania. Si tenemos en cuenta el número de gallinas ponedoras, que son unos 50 millones, y la producción alcanzada en cómputo anual, podemos decir que una gallina de la industria pone de media al año unas 22 docenas de huevos, mientras que una gallina en libertad pone aproximadamente 4 docenas anuales. Esta sobreproducción es causada por las hormonas con que se alimenta a las aves y por el hecho de que están siempre bajo luz artificial para hacerlas poner huevos constantemente y cuando su ciclo natural se detiene son forzadas a otra puesta (llamada "muda forzada") mediante privación de luz, alimento y agua.

Otro problema con la producción de huevos es que éstos son la causa número uno de salmonelosis en Europa, constituyendo un problema importante de salud pública: los huevos son responsables de casi la mitad de las infecciones alimentarias en España, por ejemplo.

Por tu salud, por el medio ambiente, por las gallinas ¡atrévete a reemplazar el huevo en tus recetas!

En el artículo central de esta página te enseñamos brillantes trucos para alimentarte más sanamente, ¡y sin crueldad!

Otoño, salud y sabor

Más recetas en HazteVegetariano.com

Recetas de Elena Torres
eldelantalverde.wordpress.com

"Me niego a comer la agonía." Marguerite Yourcenar



Ensaladilla Rusa

Ingredientes:

5 patatas
4 zanahorias
100 gr guisantes
150 gr judías verdes redondas
Mayonesa (sin huevo ni leche)
1/2 Cebolla (opcional)
Aceitunas verdes y negras
Pepinillos en vinagre
Sal

Elaboración:

Pela, trocea pequeño y cuece todas las verduras, mejor al vapor, unos 15 minutos, hasta que queden tiernas. Escurre y mezcla con salsa mayonesa al gusto. Si te gusta, también puedes añadir media cebolla muy picada. Corrige de sal, remueve con cuidado y decora con aceitunas y algún pepinillo. Mete en el frigorífico, tapada, para tomarla bien fresca.

Sazona con una pizca de sal y rocía con el aceite y los ajos, aún templados.

Para conseguir las mejores recetas de seitán casero y tofu, junto a centenares de otras propuestas 100% vegetarianas, visita HazteVegetariano.com

Puedes enviar tus propias recetas vegetarianas y veganas a: recetas@haztevegetariano.com



Sopa Campesina con Fideos

Ingredientes:

1 cebolla o cebolleta
1 tomate
1 brócoli pequeño
3 zanahorias
1 puerro
1/2 col blanca
1 calabacín
1 manojo de pencas de acelga
100 gr judías verdes redondas
Perejil picado
Aceite de oliva
Sal y Agua

Elaboración:

Lava, pela y pica pequeño todas las verduras, échalas en una olla con dos cucharadas de aceite y una pizca de sal, y cúbreles con dos dedos por encima de agua. Sube el fuego al máximo y cuando rompa a hervir bájalo, tapa y deja cociendo unos 15 minutos, hasta que la verdura esté blanda, pero no demasiado. Añade los fideos y deja cocer aproximadamente 10 minutos más. Si ves que se va quedando sin caldo, echa un poco de más agua caliente. Espolvorea con un poco de perejil picado y sirve de inmediato, muy caliente.

Variante:

Esta tipo de sopa tiene de bueno que se puede hacer con cualquier tipo de verdura y hortaliza, así que mejor aprovechamos las propias de cada temporada.



Guiso de Seitán a la Cerveza

Ingredientes:

1 botellín de cerveza
300 gr de seitán
1 cebolla
2 zanahorias
1 diente de ajo
Pimentón dulce
Pimienta negra molida
Tomillo o mejorana
Aceite de oliva virgen extra
Agua y Sal

Elaboración:

Pica la cebolla y rehógala en una sartén, a fuego lento, con dos cucharadas de aceite, junto a las zanahorias peladas y cortadas a daditos.

Cuando estén doradas, espolvorea una cucharada de pimentón, remueve bien e incorpora el seitán, la cerveza, un vaso de agua y una pizca de sal y pimienta. Deja cocer a fuego medio unos 30 minutos, tapado. La verdura debe quedar tierna y el seitán haber tomado los sabores. Si quieres un caldo más espeso, añade una cucharada de pan rallado.

Chafa un ajo con unas hojas de tomillo y agrégalo al guiso. Deja cocer los últimos minutos y sirve muy caliente tal cual, o acompañándolo si quieres de pan tierno, patatas o arroz blanco cocido.



Naranjas Rellenas

Ingredientes:

4 Naranjas de zumo
1 sobre de polvos para flan "Potax"
Azúcar
Canela en polvo
Hojas de menta fresca

Elaboración:

Parte las naranjas a la mitad y extráeles todo el zumo con un exprimidor.

Con una cucharilla, retira los restos de pulpa que quedan dentro de las cáscaras, con mucho cuidado de no romperlas.

De todo el zumo, separa una taza y disuelve en ella el contenido del sobre. Calienta el resto del zumo en una cacerola, con unas ocho cucharadas de azúcar. Cuando hierva, vierte el contenido de la taza y remueve constantemente con unas varillas. Espesará de inmediato, así que no dejes de mover y retira del fuego. Corrige de azúcar y vierte en las bases de las cáscaras vacías.

Espolvorea con canela molida y decora con unas cuantas hojas de menta.

Deja que se enfríen a temperatura ambiente o en la nevera antes de servir.

Nota:

Estos polvos para flan y natillas, están elaborados a base de fécula de maíz, vainilla y carragenano (proveniente del alga roja "musgo irlandés"). Si usas otra marca, asegúrate que no tenga derivados animales en sus ingredientes.

Cocina sin Huevos

Existen varias posibilidades caseras para reemplazar los huevos en las recetas tradicionales. Estas propuestas no sólo se acercan, en la medida de lo posible, a los originales, sino que además son sencillas y resultan ricas para toda familia que pueda tener uno o más miembros veganos (completamente vegetarianos) o con alergia o intolerancia.

¿CÓMO SUSTITUIR LOS HUEVOS EN MIS RECETAS?

Para TORTILLAS (sustituir cada huevo por):

- Alga agar-agar en polvo (un alga capaz de gelificar y dar una textura similar al huevo). Para dar color, aparte de los colorantes alimentarios, puedes usar mejor azahar tostado e infusionado en un poco de leche vegetal que, aparte del color, el gusto es parecido a la yema de huevo. El alga primero hay que llevarla a ebullición en esa leche, y luego dejarla cuajar con el resto de ingredientes, en un molde, en la nevera unas 2 horas. Si la quieres servir caliente, tendrás que calentarla en el horno a 170º unos minutos, y servir sin desmoldar.
- 1 cucharada de harina de garbanzos + 2 cucharadas de agua o leche vegetal. Si tuestas un poco la harina antes, tendrás un aroma a fruto seco muy agradable.
- 1 cucharada de harina de soja + 2 cucharadas de agua o leche vegetal.
- 1 cucharada de harina de maíz + 2 cucharadas de agua o leche vegetal.
- 1 cucharada de harina de maíz + 1 cucharada de lino molido + 4 cucharadas de agua o leche vegetal.

- 2 cucharadas de harina "Yolanda" + 150 cc (1 copa de vino) de agua o leche vegetal.

Para REVUELTOS:

- Tofu blando o suave.
- Igual que una tortilla con algún tipo de harina, pero removiendo con cuidado que quede todo bien hecho.

Para CREPES:

- 100 gr de harina + 1/2 vaso de agua con gas. Mezcla la harina con el agua con gas, evitando que se forme ningún grumo. Añade sal (si el crepe será salado) o azúcar y esencia de vainilla (si será dulce) y una cucharada de aceite. Mezcla todo y deja reposar mientras preparas el resto de ingredientes.
- 1/2 taza leche de soja + 2/3 de taza de agua (o algo más si fuese necesario) + 1/4 taza de margarina derretida + 1 taza de harina + sal o azúcar. Mezcla todo con la batidora hasta que quede suave y sin grumos, y deja reposar en el frigorífico mientras haces los rellenos.
- A la hora de cocerlas, el proceso es exactamente igual que cualquier otra crepe.

Para REBOZADOS:

- Zumo de naranja.
- Pasa el alimento por una mezcla de agua y harina de trigo al 50% y, después, pan rallado.
- Harina de garbanzo. Mezclar agua y la harina de garbanzo hasta que tenga consistencia de huevo batido, pasa el ingrediente por esta mezcla y a continuación por el pan rallado. Si tuestas la harina antes queda un aroma a fruto seco.
- Harina de maíz o maicena, creando una masa similar a la de harina de garbanzo.

Para TEMPURAS:

- 3 vasos de agua muy fría (casi helada) + 100 gr harina tamizada.

Para LIGAR ALBÓNDIGAS O HAMBURGUESAS:

- Copos de avena remojados en agua o leche vegetal.
- Miga de pan remojada en agua o leche de soja o vegetal.
- 1 cucharada de harina de soja disuelta en 3 cucharadas de agua.
- 1 manzana rallada.
- Mantequilla de cacahuete.
- Puré de patata o pan rallado.
- Metilcelulosa (1 gr de metil espolvoreado como sal por cada 150 gramos de verduras cocidas previamente).

Para SALSAS:

- Bebida de soja o tofu.
- Otras bebidas vegetales: de avena, de arroz u otras variedades.

Para PASTELES Y GALLETAS:

- Un plátano maduro triturado con el resto de ingredientes de la masa: le aporta suavidad, volumen y un suave aroma.
- Una manzana madura rallada.
- Una cucharada de semillas de lino y 3 cucharadas de agua (las encontrareis en dietéticas). Elaboración: muele finamente las semillas de lino. Pásalas a un bol y batie con 3 cucharadas de agua con la ayuda de un tenedor. Se volverá viscoso y gelatinoso, muy parecido a un huevo. Las semillas de lino deben guardarse en la nevera, para evitar que se pongan rancias.
- Bizcocho: 500 gr harina "Yolanda" + 500 cc de leche de soja + 300 gr azúcar + 1 sobre levadura + 250 gr margarina vegetal + 1 tacita pequeña de aceite de oliva + ralladura de naranja.

Para hacer MERENGUE:

- Bate 60 gramos del alga musgo de Irlanda con 100 ml de agua tibia hasta formar un puré. Añade 500 ml de leche de coco + 100 gr de anacardos remojados + 1 pulpa de coco fresco + 110 ml de sirope de ágave + sal y vainilla al gusto. Bate todo hasta formar una crema, y luego le añades 3 cucharadas de lecitina (en polvo o líquida) + 200 ml de mantequilla de coco derretida.

Para hacer MOUSSE:

- Tofu blando o suave pasado por la batidora.

Para PINCELAR BOLLERÍA U HOJALDRE:

- Aceite de oliva.
- Leche vegetal.
- 1 cucharadita de alga agar-agar en polvo + 1 cucharadita margarina + 1 vaso agua hirviendo.
- Margarina vegetal derretida con azúcar y agua.



Aquí tienes el resto de tu abrigo de pieles



Marcela Kloosterboer para AnimaNaturalis Internacional
www.AnimaNaturalis.org