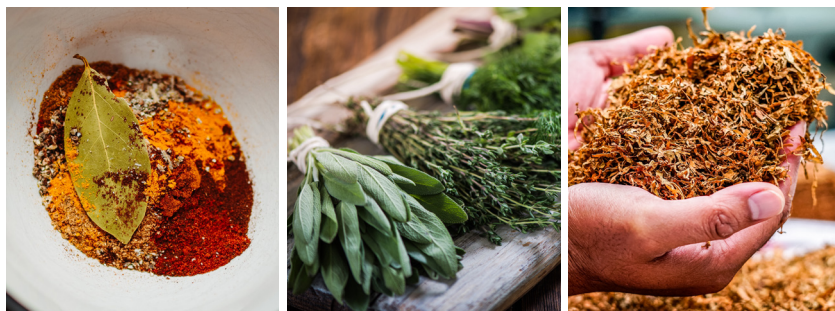


Espicias, Hierbas y Té

Descubre los beneficios de elegir especias, hierbas y tés orgánicos. Esta guía resalta las ventajas para la salud, el impacto ambiental y la responsabilidad social. Aprende por qué lo orgánico es la elección inteligente para los consumidores conscientes.



SOLO LO ORGÁNICO GARANTIZA

Producido Sin Pesticidas Tóxicos y Sintéticos

La agricultura orgánica prohíbe los pesticidas sintéticos tóxicos. Esto te ayuda a protegerte de los residuos dañinos que a menudo se encuentran en los productos convencionales.

Libre de OGM

La certificación orgánica prohíbe los organismos genéticamente modificados. Disfruta de la tranquilidad de saber que tus productos son completamente naturales.

Sin Aditivos Artificiales

Los productos orgánicos son libres de colorantes, sabores y conservantes artificiales. Experimenta un sabor puro y sin modificaciones.

Irradiación Prohibida

Los estándares orgánicos del USDA prohíben el uso de irradiación y óxido de etileno para la pasteurización, manteniendo los niveles de antioxidantes y eliminando la exposición ocupacional para los productores.

Beneficios de Salud en Cada Sorbo y Espolvoreo



Potencia Antioxidante y Apoyo al Sistema Inmunológico

Las especias, hierbas y té orgánicos contienen más antioxidantes, incluyendo niveles más altos de flavonoides y polifenoles. Estos compuestos poderosos combaten los radicales libres, fortalecen las defensas naturales de tu cuerpo y apoyan la salud en general.



Consumo Más Limpio

Las especias, hierbas y té orgánicos reducen la exposición a residuos de pesticidas. Disfruta de tus sabores favoritos sin preocuparte por productos químicos dañinos.

Consejos de Preparación para Amantes del Té



01 | Elige Orgánico

Comienza con hojas de té orgánico de alta calidad. Esto asegura niveles más bajos de residuos y mejor sabor.

02 | Cuida tu Agua

Usa agua filtrada a la temperatura adecuada. Diferentes tés requieren temperaturas específicas de preparación.

03 | Vigila el Reloj

Cuando no tengas acceso a té orgánico, evita hervir en exceso las hojas de té convencionales para reducir la infusión de contaminantes químicos. Elige orgánico para asegurar niveles más bajos de residuos.

LA VENTAJA ORGÁNICA EN NÚMEROS

Estas estadísticas destacan los beneficios nutricionales y ambientales significativos de elegir productos orgánicos.

50% más
en cultivos orgánicos

FLAVANOLES
(Un grupo de flavonoides;
antioxidante)

51% más
en cultivos orgánicos

ANTOCIANINAS
(Antiinflamatorio)

20% de aumento
con prácticas orgánicas

BIODIVERSIDAD

La Sostenibilidad Importa

La Agricultura Orgánica Combate el Cambio Climático.

La agricultura convencional contribuye al cambio climático al depender de insumos de combustibles fósiles que liberan gases de efecto invernadero. La agricultura orgánica, por otro lado, ayuda a capturar más carbono y fomenta la resiliencia ante la creciente amenaza de fenómenos meteorológicos extremos.

La Agricultura Orgánica Protege Nuestra Tierra.

Las prácticas convencionales pueden agotar la salud del suelo y aumentar la contaminación. La agricultura orgánica restaura y fortalece el suelo, reduciendo contaminantes nocivos y asegurando cultivos más saludables.



Apoyo a Trabajadores y Comunidades Orgánicas



SEGURIDAD LABORAL

La agricultura orgánica protege a los trabajadores de la exposición a químicos nocivos, reduciendo el riesgo de enfermedades crónicas.



DESARROLLO COMUNITARIO

Las primas de comercio justo apoyan a colectivos agrícolas locales en todo el mundo. Esto ayuda a construir comunidades más fuertes y resilientes.



IGUALDAD DE GÉNERO

La agricultura orgánica a menudo proporciona más empleos para mujeres. Esto promueve el empoderamiento económico y la igualdad de género.

Consejos para Comprar Orgánico

Busca el Sello Orgánico del USDA

Cuando compres especias, hierbas y tés orgánicos, verifica el sello orgánico del USDA. Esto garantiza que el producto cumple con estrictos estándares de agricultura orgánica y está libre de pesticidas sintéticos, OGM y aditivos artificiales.



Verifica la Certificación de Comercio Justo

Los productos con la etiqueta de Comercio Justo garantizan que los agricultores y trabajadores reciban una compensación justa, trabajen en condiciones seguras y practiquen métodos de agricultura sostenible. El Comercio Justo también apoya el desarrollo comunitario y ayuda a los agricultores a pequeña escala a acceder a mejores condiciones de intercambio.



Recursos

1. Chandran, R., Sivakumar, G., Thomas, S. G., Sundararaman, J. L., & Muralidharan, K. (2014). **Pesticide-related health problems among farm workers in the Idukki district of Kerala, India.** *Food Additives & Contaminants: Part A*, 31(12), 1881–1891. <https://doi.org/10.1080/19440049.2014.958575>
2. Mesnage, R., Defarge, N., Spiroux de Vendômois, J., & Séralini, G. E. (2014). **Major pesticides are more toxic to human cells than their declared active principles.** *Critical Reviews in Toxicology*, 44(2), 143-145. <https://doi.org/10.3109/10408444.2012.738645>
3. Mostafalou, S., & Abdollahi, M. (2013). **Pesticides and human chronic diseases: Evidence, mechanisms, and perspectives.** *Toxicology and Applied Pharmacology*, 268(2), 157–177. <https://doi.org/10.1016/j.taap.2013.01.025>
4. Organic Trade Association. (n.d.). **How Organic Food is Processed.** Retrieved from <https://ota.com/resources/how-organic-food-processed>
5. Organic Trade Association. (n.d.). **How Organic Food is Grown.** Retrieved from <https://ota.com/how-organic-food-grown>
6. Organic Trade Association. (n.d.). **National Organic Program.** Retrieved from <https://ota.com/advocacy/organic-standards/national-organic-program>
7. Organic Trade Association. (n.d.). **Organic and GMOs.** Retrieved from <https://ota.com/organic-and-gmos>
8. Organic Trade Association. (n.d.). **Organic Standards.** Retrieved from <https://ota.com/resources/organic-standards>



9. Qiao, Y., Halberg, N., Vaheesan, S., & Scott, S. (2015). **Assessing the social and economic benefits of organic and fair trade tea production for small-scale farmers in Asia: A comparative case study of China and Sri Lanka.** *Renewable Agriculture and Food Systems*. Advance online publication. <https://doi.org/10.1017/S1742170515000162>
10. The Organic Center. (2014). **Carbon Sequestration in Organic Farming Systems: A Literature Review.** Retrieved from https://www.organic-center.org/sites/default/files/Soil/the_organic_center_carbon_sequestration.pdf

