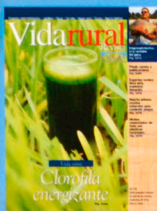


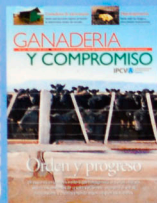


**EQUIPOS DE  
COSECHA  
LO ÚLTIMO EN  
ESTADOS UNIDOS**

**Vidarural**  
los días



**SUPLEMENTO  
GANADERIA**



**Tambo**



# CHACRA

Tecnología, empresa y mercados

[www.agritotal.com](http://www.agritotal.com)

EL CAMPO MONTEVIDEO



## Agricultura Certificada

Quiénes se han embarcado en esta movida superadora han encontrado ventajas que impactan en el resultado de la empresa y van más allá de la obtención de un sobreprecio o no.



Pequeños emprendimientos • Jardines • Bazar • Turismo • Hogar rural • Cocina • Huerta familiar

# Vida **rural**

Revista

CHACRA  
www.chacrarevista.com



Vida sana

## Clorofila energizante

Pág. 3466



**Emprendimientos:**  
cría rentable  
del pacú  
Pág. 3472

**Flash:** cursos y  
publicaciones  
Pág. 3469

**Espacios verdes:**  
ibirá pitá,  
explosiva  
floración  
Pág. 3470

**Huerta urbana:**  
recetas  
naturales para  
combatir plagas  
Pág. 3476

**Nichos  
comerciales:** de  
todo con  
plásticos  
reciclados  
Pág. 3478

Nº 175

Este ejemplar integra  
la edición de revista  
CHACRA Nº 976.  
Marzo 2012



La movida natural no se detiene, aunque aún tiene mucho camino por recorrer y una gran cantidad de gente a la que rescatar de prácticas nada amigables con la salud. Lejos de los cuestionables efectos de energizantes de impacto puntual y consecuencias dudosas, los vegetales señalan una y otra vez la forma adecuada de **mejorar el bienestar físico e intelectual.**

En este camino se inscribe este producto que es furor en el Primer Mundo, definido como **jugo de pasto de trigo orgánico (wheatgrass).** Sus cultores aseguran que la clave de su aceptación está en el **poder de la clorofila,** la sustancia que condensa el poder del sol. Y lo consideran un **formidable energizante, capaz de desintoxicar las células del cuerpo y fortalecer el sistema inmunológico.** Para quie-

nes creemos en la fuerza de la naturaleza la idea tiene, al menos, bases lógicas.

Si bien la movida surgió en Estados Unidos, cuenta con desarrollo propio entre nosotros. **Diego Almada y Mariano González,** socios de **Luzvida** (info@luzvida.com), son pioneros del tema en nuestro país, ya que en 2006 se transformaron en los primeros productores locales de **wheatgrass.** Hoy, después de la difusión del producto, de su degustación y posterior aceptación por la gente, el jugo de pasto se comercializa en decenas de bares de la ciudad de Buenos Aires, subido a una ola que privilegia el consumo de productos naturales por sobre todas las cosas.

**A nuevo**

"Luzvida Wheatgrass Argentina es el jugo de pasto de trigo or-

**Beneficios**

"Muchos de los beneficios de tomar diariamente el jugo de pasto de trigo orgánico están claramente determinados: energía, rejuvenece, nutre plenamente, oxigena, purifica, tonifica, mejora el rendimiento físico, fortalece los huesos, suaviza las articulaciones, cicatriza, desintoxica a nivel celular, aclara la mente y también actúa sobre el acné". (Almada)



Pasto  
exprimido  
para  
purificar el  
cuerpo y  
aclerar la  
mente.  
Vitaminas,  
aminoácidos  
y enzimas  
por doquier,  
a los que se  
suman  
múltiples  
propiedades  
energizantes  
y curativas.

gánico cultivado a la luz solar, y **esta compuesto por un 70% de clorofila fresca y viva**", explica Almada con énfasis y absoluta convicción respecto de las bondades de esta sustancia. "La clorofila es el primer producto de la luz, contiene más energía luminica que cualquier otra comida, y es la base de toda vida posible", prosiguió nuestro entrevistado.

Para sus mentores, el jugo tiene **propiedades antibacterianas** y se puede usar tanto interna como externamente, siempre con un criterio sanador. "Este jugo de pasto de trigo orgánico está compuesto por **más de 100 elementos que son ciertamente necesarios para el hombre.** Al crecer en un sistema natural, absorbe 92 de los 102 mi-

nerales conocidos existentes en la tierra de cultivo. Cuenta asimismo con **todas las vitaminas -A, B, C, D, E, K y betacaroteno-, es extremadamente rico en proteínas y contiene 17 aminoácidos**", detalló el socio de la firma.

De acuerdo con los datos que maneja, la clorofila líquida genera



# Puro vigor verde

- 1 La obtención del jugo de wheatgrass demanda el uso de un equipo especial.
- 2 Todo comienza con la producción de trigo orgánico en condiciones controladas.
- 3 Diego Almada y Mariano González, fundadores de Luzvida.

mayor cantidad de glóbulos rojos: **entra en los tejidos, los reconstruye y los rejuvenece;** lava los depósitos de drogas del cuerpo, neutraliza las toxinas y ayuda a purificar la sangre y el hígado. También me-

jora los problemas relacionados con el azúcar en sangre.

Los integrantes de Luzvida trazan una analogía respecto del poder rejuvenecedor del jugo de pasto de trigo que, dicen, actúa como un detergente en el cuerpo y se usa como un desodorante corporal interno, previene que el cabello se vuelva gris, **mejora la digestión y reduce la presión sanguínea alta.**

Aemás, el jugo de wheatgrass remueve metales pesados del cuerpo ya que contiene **altos niveles de enzimas.** Como un superalimento que se precie de tal, **brinda a nuestro organismo más hierro que la espinaca, 11 veces más calcio que la leche, 5 veces más magnesio que la banana, 60 veces más vitamina C que la naranja, 45% más proteínas que la carne,** y se asimila en 20 minutos.

**Cómo obtenerlo**

Estos emprendedores proponen tres formas de venta del producto:

- ◆ En el primer caso, el **pasto cosechado crece en el vivero** y lo recogen el mismo día de la entrega, para que el estado y el contenido de nutrientes y enzimas sea realmente el óptimo. La presentación es en bolsas herméticas. El tiempo que puede estar en la heladera se extiende a 10 días.
- ◆ La segunda opción es la **bandeja de pasto vivo,** que se entre-

**Beneficios vegetales**

Un reciente informe del Departamento de Agricultura de Estados Unidos (USDA) recomienda algo que todos sabemos: es aconsejable comer vegetales más que ningún otro grupo alimenticio. **Las hojas verdes son muy importantes, y cuanto más intenso es el verde más relevante es su aporte nutricional.** El organismo oficial aconseja asimismo privilegiar los vegetales enteros por sobre cualquier otra forma de ingesta, pero advierte que nada es mejor que incorporar la mayor cantidad posible de **clorofila desintoxicante** a nuestro organismo. Y cuando no se consumen suficientes vegetales enteros, la clorofila aportada bajo la forma de jugo puede generar resultados milagrosos.



1 También es posible consumir barras congeladas, que se disuelven en agua o jugo.

2 Las propiedades nutritivas de la clorofila de este vegetal son notables.

ga en el séptimo día de crecimiento para aprovechar a tomar un *shot* diario de pura energía. Estas dos opciones requieren de una juguera especial para poder exprimir el material verde y obtener la clorofila de pasto de trigo. Cabe destacar que las jugueras comunes no sirven para este propósito; la **juguera a presión** es la única forma mecánica recomendada para la extracción de la clorofila.

◆ La tercera alternativa es la **barrita congelada**, que se disuelve en agua o en jugo, y se debe tomar en

el momento para aprovechar todas sus propiedades, pues aporta proteínas, hierro y vitaminas que el cuerpo naturalmente necesita.

## Génesis

Ya en 1940 **Hans Fischer** obtuvo el Premio Nobel por sus estudios referidos a la clorofila, y más tarde **Ann Wigmore** aplicó estos conocimientos al *wheatgrass*. Consiguió curaciones extraordinarias y fundó el **Hipocrates Health Institute**, donde aún hoy en día la gente se interna y aprende un nuevo estilo de vida sobre la base del jugo de

*wheatgrass*. Por su parte, **Otto Warburg**, también ganador del Nobel, descubrió que el cáncer se multiplicaba en ausencia del oxígeno, y una vez más Ann Wigmore aplicó estos conocimientos sabiendo que la clorofila contiene grandes cantidades de este elemento.

La hemoglobina humana y la clorofila son muy parecidas, y la diferencia principal consiste en que el núcleo de la hemoglobina es hierro y el de la clorofila es magnesio. En *The American Journal of Surgery* (1940), **Cruskin Benjamin** recomendó la clorofila por sus beneficios antisépticos. Otro trabajo destacado fue llevado a cabo por Charles Schnabel, quien determinó que 50 libras de *wheatgrass* equivalen a 350 libras de cualquier vegetal común en términos nutricionales. En especial es inmensamente superior en cuanto a su contenido de vitamina B12.

“A raíz de todo esto decidimos montar un vivero orgánico para producir *wheatgrass* en la Argentina, ya que ambos somos vegetarianos y siempre estuvimos ligados a la alimentación viva”, concluyó Diego. Los fundamentos tienen sentido, será cuestión de probar y evaluar los efectos. Desde luego, éste es además un nicho comercial que puede desarrollarse en otras zonas del país, en tanto se respeten los consejos de quienes ya han aceitado el proceso.

Natalia Marquiegui

## Elemáticos y naturistas

En el Reino Unido el jugo de pasto es tan apreciado como en el resto del mundo industrializado. También allí ponderan su invaluable ayuda para mantener una digestión saludable, purificar la sangre y combatir situaciones de estrés y enfermedad. Lo consideran uno de los superalimentos disponibles, capaz de sostener la vida humana en ausencia de otros nutrientes. Y dicen que es mucho mejor ingerir aminoácidos específicos en lugar de proteínas, así como enzimas que participan en múltiples procesos metabólicos, sustancias en las cuales la clorofila es suficientemente rica. Apto para celiacos, puede incluso ser muy útil en caso de una dieta estricta.

