

Huerta en casa



La producción propia de alimentos ha cobrado relevancia pública en el mundo y constituye un compromiso con nuestro bienestar y la apuesta por un futuro más equitativo. Una forma de obtener alimentos sanos y ricos en nutrientes es mediante la **huerta orgánica**. Esta estrategia permite mejorar al mismo tiempo **la alimentación, la salud y el ambiente**.

¿Por qué una huerta orgánica?

La huerta orgánica es una forma natural y económica de producir hortalizas sanas durante todo el año. Trabajando con procesos que buscan imitar el funcionamiento de la naturaleza.

Natural: porque imita los procesos de la naturaleza.

Económica: porque ahorramos dinero al producir nuestros alimentos.

Sana: porque producimos sin usar productos químicos.

Qué tenemos que tener en cuenta para armar la huerta

- Sol
- Agua
- Semillas y/o plantines
- Espacio de siembra (suelo o macetas)
- Cultivo
- Abono
- Plagas (recetas de purines)

Sol

La luz solar es fundamental para nuestras plantas, ya que les aporta la energía básica para que puedan crecer. Las hortalizas de fruto y las de raíz deben contar con, al menos, cinco horas diarias de sol, mientras que las de hoja requieren tres horas de exposición. La escasez de luz directa provocará que las plantas crezcan despacio, débiles y que tengan poco rendimiento y muchas enfermedades.

¿Cómo identificamos si nuestra huerta no recibe luz suficiente? En busca de esta, los tallos crecerán largos y frágiles y las hojas tendrán un color verde pálido.

Agua

El agua es esencial para el desarrollo de las plantas. Debemos contar con agua suficiente y segura para el riego. Sobre todo en verano, le recomendamos disponer de fuentes de agua (canillas, mangueras, etc.) lo más cercanas a la huerta. Es importante no regar con aguas inseguras como aguas servidas.

Semillas y/o plantines

Para realizar la siembra, necesitaremos semillas y/o plantines de especies hortícolas, aromáticas o florales. Algunos frutales como los cítricos -limoneros y quinotos, pueden cultivarse en macetas y contenedores.

Espacio de siembra

Los recipientes pueden ser espacios de cultivo y una alternativa para producir nuestros alimentos. Pero, ¿cuál es su secreto? Elegir el envase apropiado.



Tachos que se pueden utilizar



Macetas
jardineras n° 18



Tachos de pintura
de 200 litros



Latas grandes



Tachos de
200 litros



Neumáticos

Especies	Envase sugerido	Observaciones
Radicheta, rúcula, cilantro, espinaca, ciboulette, perejil	Macetas jardineras, latas de 800 cm ³	Se siembran a poca profundidad
Lechuga, acelga, apio, copete, frutilla	Macetas jardineras, latas de 800 cm ³	(en el momento del trasplante) Coloque una planta por envase
Zanahoria, rabanito, remolacha	Macetas jardineras	Al igual que para el perejil y la espinaca, respete la densidad de siembra
Zapallo, melón, sandía	Balde de 20 l	Requieren bastante volumen de tierra. Se guían por paredes y techos
Tomate común	Balde de 20 l Cherry: Latas de 800 cm ³ y macetas jardineras	Necesita un mínimo de cinco horas de sol por día
Arvejas, chauchas	Macetas jardineras	Al ser trepadoras, utilice tutores o una malla plástica como espaldera
Cebolla, ajo, puerro	Macetas jardineras	Su cosecha puede demorar hasta ocho meses
Berenjena, pimiento	Macetas jardineras	Deben recibir buena luz diaria y colocarse una planta por maceta
Papa	Neumáticos junto con la zanahoria	La papa se adapta mejor a los suelos arenosos.
Limón, quinoto, higo, ciruela	Medio tanque (100 l)	Para florecer y fructificar, requieren abundante sol.

Cultivo

Dos formas distintas de siembra: directa y la siembra de almácigo con trasplante.

La siembra directa

Consiste en colocar las plantas en el lugar donde permanecerán hasta la cosecha. Esta técnica se utiliza para sembrar semillas grandes y fáciles de manipular (zapallo, zapallitos, melón, etc.) o especies que no se adaptan al trasplante (zanahoria, perejil, espinaca, etc.). En cambio, cuando sembramos semillas pequeñas como berenjenas, pimientos y coliflor, primero, realizamos la siembra de los plantines en un almácigo y, luego, una vez crecidos, se trasplantan a su lugar definitivo. Sin importar la técnica de cultivo que se emplee, siempre riegue después de sembrar.



La siembra en almácigos y trasplante.

Cada vez que siembre, debe tener en cuenta dos factores: la profundidad y densidad de siembra. La profundidad de siembra se calcula a partir de las dimensiones de la semilla y es de dos a tres veces su tamaño. Por su parte, la densidad de siembra alude a la cantidad de semillas que se ubican en una superficie productiva según su extensión. Sobre todo al producir en contenedores, si se colocan muchas semillas en un espacio reducido, las plantas no podrán desarrollarse y será necesario hacer un raleo del excedente. Por ejemplo, para semillas de lechuga, la densidad de siembra es de 60 plantas por cajón.

¿Cómo las contamos? Una buena medida es la pizca de sal: cada pizca contendrá entre 20 y 30 semillas. Eso nos permitirá seleccionar la cantidad adecuada que, en este caso, será de dos a tres pizcas por cajón.

• Distintos almácigos

Cajones, vasos de plástico, bandejas de cultivo y hasta macetas de papel pueden reciclarse para preparar nuestros almácigos. Evite utilizar maples de huevo debido al poco volumen de tierra que pueden contener y rollos de papel higiénico o de cocina, ya que dificultan el trasplante y demoran en degradarse.

Cajones: Prepare un cajón de madera, perforo su base para el drenaje y revista el interior con polietileno. Luego, coloque una fina capa de piedras y el sustrato hasta el borde superior del envase. Siembre y riegue.



Abono y aboneras

El abono es la transformación de los restos orgánicos en tierra negra y esponjosa que será el alimento para las plantas. Similar al proceso de fermentación del pan, el compostaje es llevado a cabo por los microorganismos que se hospedan en la tierra. Para poder realizar este proceso, los seres vivos requieren alimento, humedad, aire y temperatura -lo ideal es un ambiente templado a 25° C-. En esa línea, se destaca el sistema de aboneras apilables, debido a que facilita la transformación de los desperdicios orgánicos. Entre sus principales dificultades, es común la aparición de olores nauseabundos como consecuencia del exceso de materiales húmedos que genera putrefacción. Sin embargo, una abonera bien manejada no debería tener olores ni atraer animales desagradables como moscas, cucarachas, ratas, etc. El secreto está en la correcta selección de los materiales para descomponer, tanto en tipo como en cantidad. Cuando el compost está en su etapa de maduración, la incorporación de lombrices rojas californianas permite la conversión de ese abono en lombricompost, un sustrato con mayores propiedades nutritivas. Ya en la abonera, las lombrices buscarán por sí mismas el lugar más cómodo para ellas.

Aquí te dejamos un video de compostaje en macetas: <https://youtu.be/gvL9ltbqL4g>

¿Qué agrego y qué no en la abonera?

Restos y cáscaras de verduras Infusiones (yerba, café, té) Hojas, pasto cortado y restos de poda Cáscaras de huevo Cáscaras de fruta. **NO** restos de verduras elaboradas Carnes, lácteos y grasas Materiales no orgánicos (plásticos, latas, vidrio) Excrementos de perro, gato, humano Pañales

Plagas (recetas de purines)

Purín de ortigas:

Cenizas de madera. Aconsejado para estimular el crecimiento. Deje macerar en un recipiente no metálico 100 gramos de ortiga en 10 litros de agua durante dos días. Luego, pulverice el líquido sobre los cultivos.

Repelente de pulgones alcohol de ajo:

Pulgones, 200 gramos de ruda 1 litro de agua Deje macerar 200 gramos de ruda en un litro de agua. Pulverice el preparado sobre las plantas infectadas.

Control de arañuela roja, pulgones gusanos:

6 dientes de ajo 1/2 litro de alcohol 1/2 litro de agua Coloque seis dientes de ajo en 1/2 litro de alcohol fino y 1/2 litro de agua. Triture o licue la preparación durante tres minutos. Luego, cuele y guarde la mezcla en un frasco tapado en la heladera. Pulverice el preparado sobre las plantas infectadas.

Control de bicho moro, caracoles, babosas, orugas.

1/2 taza de cenizas 1/2 taza de cal 4 litros de agua. Este preparado puede aplicarse en forma sólida o líquida. Para la primera variante, coloque 1/2 taza de ceniza y la misma cantidad de cal y espolvoree la mezcla sobre las hojas. Para la segunda, disuelva dichos ingredientes en 4 litros de agua y pulverice el preparado sobre las hojas. Evite su uso en suelos con problemas de salinización.

Control de hormigas:

Diluya 200 gramos de sulfato de cobre y un sobre de jugo de naranja en 1 litro de agua caliente. Después, agregue 1 kilo de arroz partido hasta que quede de color verde azulado. Retire el arroz y póngalo a secar a la sombra. Una vez seco, coloque montoncitos en los caminos de las hormigas. El arroz será llevado al hormiguero y el sulfato afectará el hongo del cual las hormigas se alimentan debajo de la tierra.

Bibliografía: Técnicas de Agricultura Urbana / Janine Schonwald y Francisco José Pescio - Ciudad Autónoma de Buenos Aires : Ediciones INTA.

Fotografías: Gladis Jiménez, María Elena Gutierrez, Santiago Iruiria, Ana Tsitso, integrantes del equipo de Políticas Ambientales Morón y amigos huerteros Andrea Cousillas y Leo Ballesteros.