Guía para huertos

Elaborada por la
Red de Huertos Comunitarios
de Ottawa (Community Gardening Network of Ottawa)

www.justfood.ca

CGN 2019

¿Qué es la CGN?

La Red de Huertos Comunitarios (CGN) de Ottawa

La Red de Huertos Comunitarios (Community Gardening Network, CGN) es una red abierta a todos los miembros de la comunidad que cultivan un huerto, ya sea en un huerto comunitario o en su patio delantero o trasero, en su balcón, en edificios públicos, en el patio de una escuela, entre otros, que trabajan para **sembrar, cultivar y cosechar el desarrollo sostenible** de la horticultura comunitaria en la ciudad de Ottawa.

¿Cuál es la misión de la CGN?

Trabajar para garantizar que todos los vecindarios de la ciudad de Ottawa tengan **información** y **acceso** a los huertos comunitarios y a la **horticultura**, con especial énfasis en zonas de bajos ingresos, aunque no necesariamente en vecindarios de alta densidad

Para cumplir con su misión, la CGN se compromete con los procesos democráticos, la **administración ecológica** y el trabajo con las diversas poblaciones.

El Fondo de Desarrollo de Huertos Comunitarios

El Fondo de Desarrollo de Huertos Comunitarios (Community Garden Development Fund) se creó en 2009. Es una colaboración entre Just Food, la ciudad de Ottawa y los miembros de la Red de Huertos Comunitarios. El fondo anual de $88,000 se usará para iniciar nuevos huertos comunitarios en la ciudad de Ottawa (this is a correct use of ciudad with small c, to talk about the city) y para expandir y mejorar los huertos de toda la ciudad.

Para obtener más información sobre este fondo, visite Justfood.ca/community-gardening-network/community-garden-development-fund/

Traducción generosamente proporcionada por Ottawa Public Health

Ottawa Public Health
Santé publique
CGN 2019

Un huerto comunitario es…

…un conjunto de parcelas para huertos en un entorno urbano, suburbano o rural, que brinda a los residentes acceso a la tierra para la horticultura. Los huertos comunitarios embellecen las tierras que antes eran estériles o que no se usaban. Estos huertos, administrados por miembros de la comunidad, son lugares donde los vecinos pueden reunirse y trabajar juntos para cuidar el huerto mientras cultivan frutas, verduras, hierbas y flores.

¿Cuáles son los beneficios de los huertos comunitarios?

SEGURIDAD ALIMENTARIA y NUTRICIÓN

La horticultura brinda (aporta, da, provee) frutas, hierbas y verduras frescas y nutritivas a las personas, principalmente durante la temporada de cosecha. Los huertos comunitarios pueden desempeñar un papel importante para ayudar a las personas a tener una buena alimentación cuando no pueden comprar alimentos saludables en las tiendas. Los huertos brindan a las personas de bajos ingresos la oportunidad de cultivar alimentos orgánicos, que a menudo son costosos en las tiendas minoristas.

ACCESO A ESPACIOS PARA HUERTOS

Los huertos comunitarios atraen a personas que no tienen patio, especialmente a aquellos que viven en edificios de apartamentos. Son espacios accesibles a corta distancia donde las personas pueden participar en la horticultura recreativa y en el cultivo de alimentos saludables para ellos mismos.

SOSTENIBILIDAD AMBIENTAL

Un huerto comunitario les permite a las personas preocupadas por el impacto ambiental de los alimentos tener el control sobre los alimentos que consumen. Las personas usan métodos orgánicos en sus huertos, por lo que reducen su exposición a pesticidas y la liberación de estos al medio ambiente.

El cultivo de alimentos en la ciudad reduce los costos ambientales relacionados con el transporte de alimentos por largas distancias. La horticultura conecta a las personas con el ciclo alimentario. También fomenta el reciclaje de alimentos y desechos de huertos a través del uso de compost, lo que reduce la cantidad de basura en los vertederos.

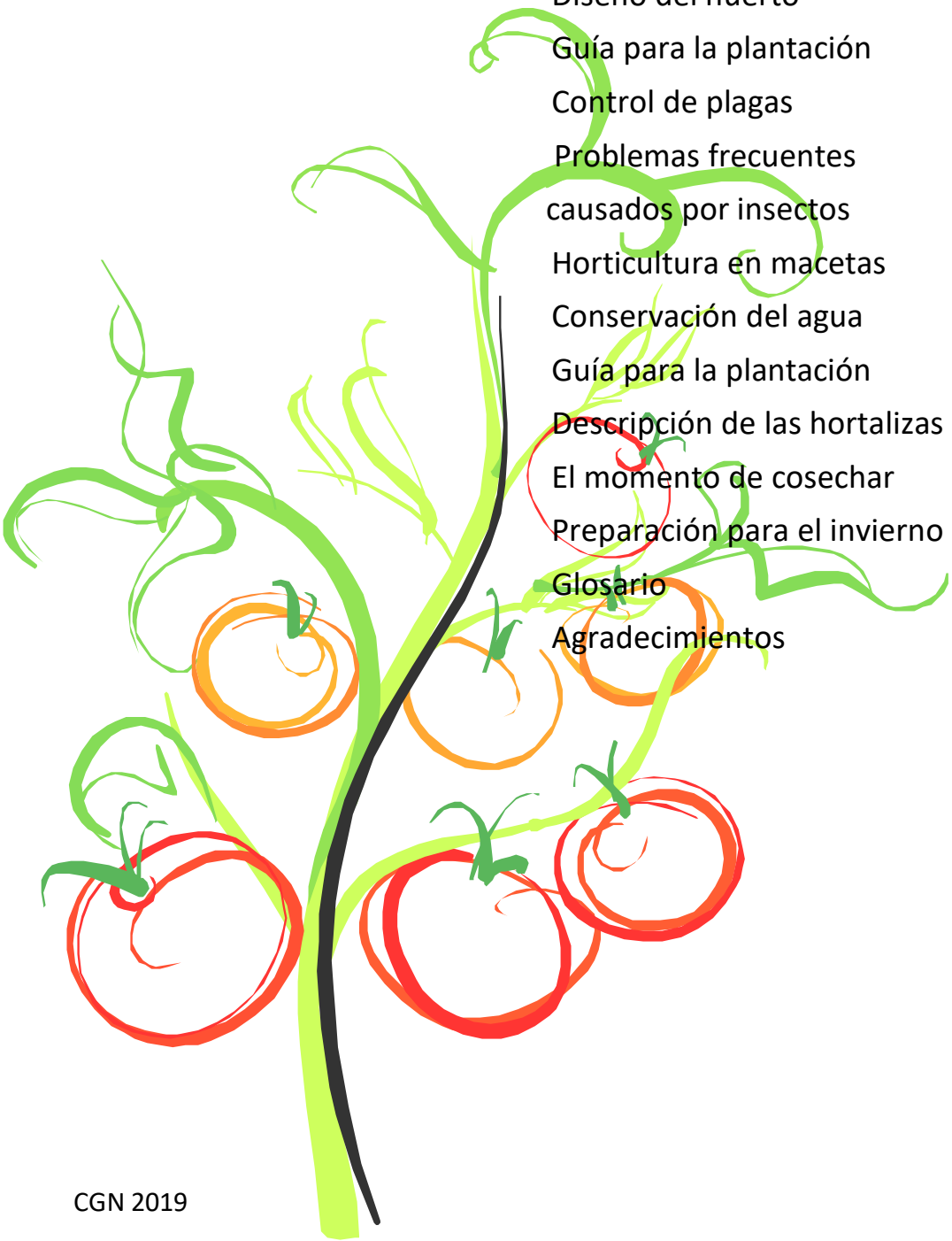
DESARROLLO COMUNITARIO y EDUCACIÓN

Los huertos comunitarios ayudan a crear una imagen positiva de la comunidad. También tienen un impacto positivo en la comunidad. El huerto se convierte en un lugar de encuentro, donde los miembros de la comunidad interactúan y se conocen entre sí. Esto ayuda a crear un vecindario más unido y más cooperativo. Los huertos comunitarios permiten la cooperación entre diversos grupos étnicos y etarios.

En Ottawa, los horticultores y los miembros de la comunidad también pueden participar en talleres educativos gratuitos durante todo el año, que se centran en las habilidades de la horticultura orgánica, la alimentación y las cuestiones ambientales, y la preparación de comidas nutritivas.

Índice

Trabajar el suelo	1
Compostaje	2
Semillas	4
Asociación de cultivos	5
Diseño del huerto	6
Guía para la plantación	7
Control de plagas	10
Problemas frecuentes causados por insectos	15
Horticultura en macetas	17
Conservación del agua	20
Guía para la plantación	22
Descripción de las hortalizas	25
El momento de cosechar	45
Preparación para el invierno	46
Glosario	47
Agradecimientos	49



TRABAJAR EL SUELO

Cuando empieza a hacer el huerto, es posible que el suelo sea demasiado duro, rocoso o arenoso o que no sea lo suficientemente saludable para el buen cultivo de las plantas. La mayoría de los huertos necesitan mucho trabajo para hacer y mantener el suelo saludable, productivo y fácil de trabajar.

- A principios de la primavera, cuando el suelo esté lo suficientemente cálido y seco, excave el huerto a una profundidad de **8 a 10 pulgadas (20 a 25 cm)**, deshaga los terrones y retire las rocas grandes.

- Agregue entre **3 y 4 pulgadas (7 a 10 cm)** de **compost** y desparrámelo bien por todo el suelo. El compost es bueno para todo tipo de suelo, le da **estructura** al suelo arenoso y lo ayuda a retener el agua. En el caso del suelo duro y lleno de arcilla, ayuda a aflojarlo y a que el agua drene a través de él. También incorpora **nutrientes** que se liberan lentamente al suelo durante la temporada de cultivo.

- Otra forma de ayudar a mejorar el suelo es plantar un cultivo de cobertura o abono verde a principios de otoño (mediados de septiembre). Estas plantas no se cosechan en la primavera, sino que se "devuelven" al suelo. Estas plantas extraen nutrientes de las capas más profundas del suelo y también "fijan" los nutrientes, como el **nitrógeno**, del aire y el agua. Cuando deja estos cultivos en el suelo sin cosecharlos, también aumenta la materia vegetal en el suelo, lo que ayuda a dar estructura al suelo arcilloso o arenoso.

Algunos **cultivos de cobertura** buenos son la **alfalfa**, el **trébol**, el **centeno**, la **cebada** y el **trigo de invierno**; estos cultivos necesitan mantenerse húmedos para la germinación. No deje que las plantas produzcan semillas. Entiérre las plantas durante la primavera cuando tengan **4 o 5 pulgadas (10 a 13 cm)** de alto. También puede plantar cultivos de cobertura durante la primavera o el verano en una parte de la huerta que no vaya a usar, para prepararla para la próxima temporada.

¡COMPOSTAJE!

*¡Una excelente manera de **alimentar el suelo** y ayudar a que su huerto crezca!*

¿Qué es el COMPOST?

El compost es la descomposición de los alimentos y los desechos de los huertos. Puede ser una mezcla de:

- Hojas
- Restos de frutas y vegetales
- Malezas
- Otros desechos vegetales

Criaturas diminutas como bacterias, hongos, gusanos e insectos pequeños comen estos materiales y los convierten en compost, lo que se denomina descomposición. Cuando el compost esté listo para ponerlo en su huerto, tendrá un color marrón oscuro, se desmenuzará con facilidad y parecerá tierra.

¿Por qué debería poner compost en el huerto?

El compost es **MUY BUENO** para su huerto. Cubrir con una **capa de 2 o 3 pulgadas** todo el huerto es muy útil. Ayudará a sus plantas a crecer y mantendrá el suelo húmedo. También reduce las malezas por más tiempo. A los insectos que son útiles para el suelo también les gusta el compost. El compost es uno de los mejores fertilizantes que puede alimentar a su huerto.

¿Cómo hago compost?

El compost es fácil de hacer. Necesita guardar restos de frutas y vegetales de su cocina. Guárdelos en un recipiente cerrado hasta que pueda llevarlos al huerto. Vierta los restos en el compostador con regularidad y asegúrese de lavar la cubeta para evitar que huela mal. También debe agregar las hojas y las malezas del huerto que no hayan producido semillas.

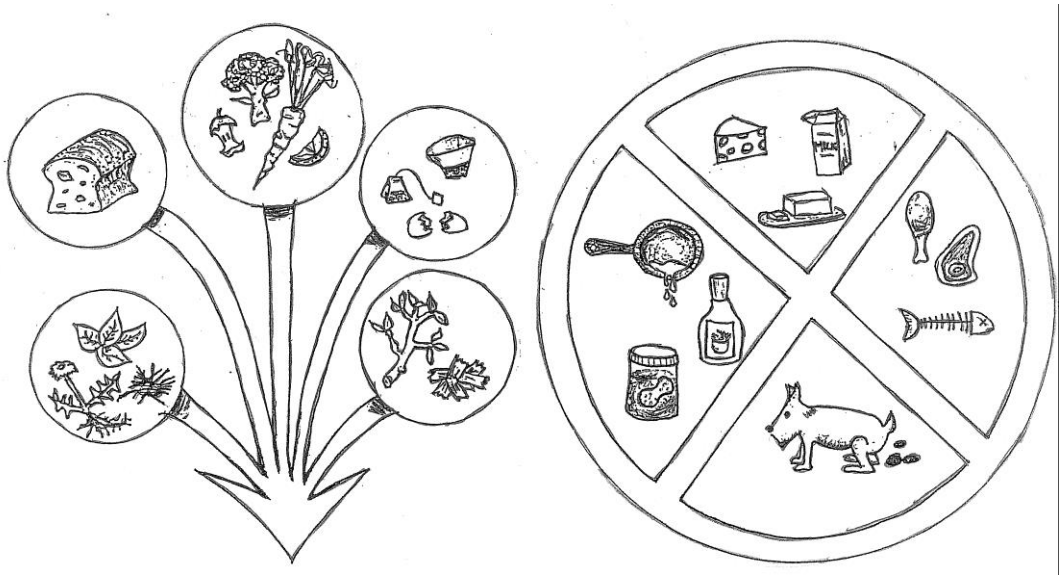
Las tres cosas más importantes que se deben hacer al construir una pila de compost son:

1) Romper todos los desechos en **PEQUEÑOS FRAGMENTOS** para acelerar la descomposición.

2) Equilibrar la cantidad de **RESIDUOS HÚMEDOS** (cáscaras de huevo, restos de vegetales y frutas, hierba fresca y recortes de malezas) y **RESIDUOS SECOS** (hierba seca, hojas secas, mazorcas de maíz). Es mejor tener una mezcla de **aproximadamente 1 parte de residuos húmedos** y **2 partes de residuos secos**; si la pila esta muy seca, puede regarla

3) Asegurarse de que la pila no esté demasiado húmeda y de revolverla con frecuencia para que el **AIRE** llegue a todas las partes. Si no tiene tiempo de revolver la pila, puede dejarla sin revolver. Sin embargo, no mezclar la pila hace que la descomposición sea más lenta, y desarrolle mal olor.

¿Qué puedo poner en el compost?



AGREGAR

Pan, alimentos horneados, fideos comunes
Cáscaras de huevo
Restos de frutas y vegetales
Bolsitas de té y café molido
Malezas y hojas
Hierba y ramas

NO AGREGAR

Manteca, queso, leche
Carne, huesos
Aceite, mantequilla de maní, tocino
Mayonesa, aderezo para ensaladas
Crema agria, yogur
Excremento de perro o gato

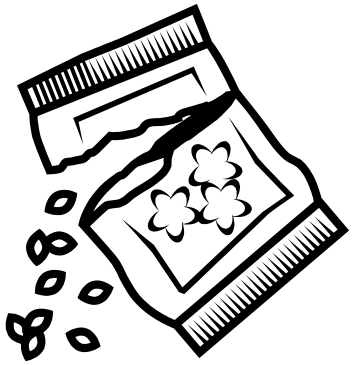
¿Cómo uso el compost y cuándo lo pongo en mi huerto?

El compost se puede mezclar en el suelo en el otoño o en la primavera antes de plantar el huerto, o se puede usar como mantillo.

Si siembra en primavera, ponga el compost junto con las semillas.

Una vez que sus plantas estén creciendo, esparza un poco de compost alrededor de ellas

SEMILLAS



Puede buscar algunas de sus plantas que sean saludables, fuertes y que crecen rápido para dejarlas florecer y producir semillas. Luego, puede recolectar y secar las semillas y guardarlas para plantarlas el próximo año.

- Esto podría implicar que deje que sus plantas de rábano, brócoli o espinaca florezcan en lugar de cosecharlas.
- Otra opción es dejar algunos frijoles y guisantes en la vid hasta que la planta muera y las vainas estén grandes.
- También puede dejar que otros vegetales, como calabaza, pepino o pimiento, permanezcan en la planta hasta que estén grandes y duros y no sean muy buenos para el consumo. Esto sucede generalmente cuando las semillas están listas para ser guardadas.

Algunas plantas solo producirán semillas en el segundo año de siembra, por lo que tendría que dejarlas en el huerto durante el invierno y esperar hasta la próxima temporada para obtener semillas (tendrían que estar muy bien cubiertas con mantillo para evitar que mueran por el frío en invierno).

- La remolacha, el repollo, la zanahoria, el apio y la cebolla producen semillas en su segundo año de crecimiento.

Las semillas deben extraerse de sus frutas o vainas, lavarse, esparcirse en una bandeja de horno y dejarse secar dentro de la casa, al lado de una ventana soleada. Cuando estén secas, puede ponerlas en un frasco o bolsa pequeña, etiquetar el recipiente y guardarlas en un lugar fresco, oscuro y seco hasta que necesite usarlas (lo mejor es en una nevera o un congelador).

No todas las semillas que guarde producirán plantas el próximo año. Algunas semillas que compra en la tienda solo producen híbridos, lo que significa que sus plantas no producirán semillas fertiles. A veces, cuando los insectos polinizan las flores, mezclan el polen con otras plantas y la semilla no crece bien.

¿QUÉ ES LA ASOCIACIÓN DE CULTIVOS?

- La asociación de cultivos es una forma de cultivar plantas en su huerto que ayuda a que las plantas se mantengan saludables y que ahuyenta a los insectos. Es algo opcional, que algunas personas lo encuentran útil.
- Algunas plantas crecen mejor cuando están junto a otras, como la zanahoria y el tomate.
- Algunas plantas emiten un olor de sus flores y hojas o un químico de sus raíces que a los insectos no les gusta, por lo que se alejan.
- Algunas plantas son muy buenas para el suelo, como los guisantes y los frijoles. A medida que crecen, incorporan nutrientes que ayudan a otras plantas a mantenerse saludables y fuertes.

ASOCIACIÓN DE CULTIVOS PARA EL CONTROL DE PLAGAS

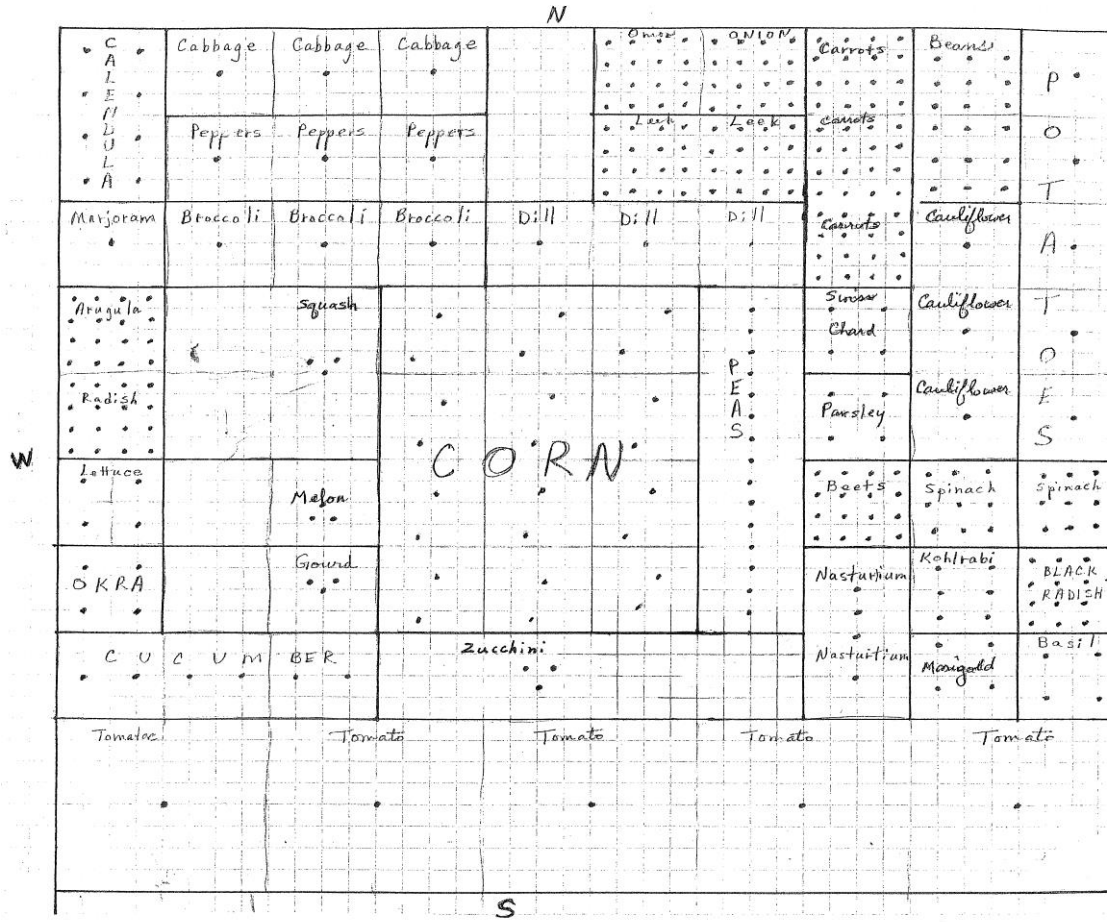
PLANTA	AHUYENTA A	PLANTAR CERCA DE
Albahaca	moscas, mosquitos	tomate, todas las plantas
Ajo	pulgones, moscas de la cebolla, ácaros, gorgojos	tomate, repollo
Rábano picante	escarabajos de la papa	papa, berenjena
Caléndula	nemátodos, escarabajo mexicano del frijol y muchos otros	papa, tomate, fresas, frijoles, todas las plantas se benefician
Menta	polilla del repollo, alticinos	tomate, repollo
Capuchina	moscas blancas, pulgones, chinches de la calabaza	frijoles, brócoli, repollo, papa, calabaza, rábano, tomate
Ají picante	pulgones, orugas, roedores	como polvo o pulverizador sobre las hojas o sobre el suelo, en todas las plantas
Romero	polilla del repollo, escarabajos mexicanos del frijol, mosca de la zanahoria	repollo, brócoli, zanahoria, frijoles, calabaza, tomate
Salvia	polilla del repollo, mosca de la zanahoria	repollo, brócoli, zanahoria
Tanaceto	insectos voladores, escarabajos del pepino, hormigas, chinches de la calabaza	árboles frutales, bayas, plantas fructíferas, calabaza, tomate, pepino
Tomillo	gusano del repollo	repollo, brócoli
Ajenjo	Polillas, gusanos del repollo, alticinos, animales	plantar fuera del huerto como lindero

EJEMPLO DE DISEÑO DE UN HUERTO

Aquí hay un ejemplo de cómo podría hacer un huerto: cuando vuelva a plantar el próximo año, puede rotar las secciones, de modo que las mismas plantas sigan creciendo juntas, pero en una parte diferente de la huerta. Esto se denomina **rotación de cultivos**. Esta ayuda a confundir a las plagas que les gusta comer determinadas plantas. También ayuda a mantener el suelo sano, ya que algunas plantas extraen muchos nutrientes del suelo, mientras que otras los agregan. Al mover las plantas, evita que una parte del huerto se quede sin nutrientes.

Esto es solo un ejemplo. Cuando comience a hacer el huerto, es posible que algunas plantas crezcan mejor en un determinado lugar del huerto. También es posible que algunas plantas no crezcan bien en su huerto, sin importar cuánto lo intente. Cada huerto es diferente. ¡La experiencia es la mejor guía de todas!

Siga las instrucciones que están en el paquete de semillas para plantar en un espacio adecuado; no todas las plantas necesitan la misma cantidad de espacio.



Guía para la siembra de hortalizas en el área de Ottawa

1.ª semana de marzo	- Comience a plantar cebollas con semillas en interior. - Coloque las batatas en agua para que germinen en interior.
1.ª semana de abril	- Comience a plantar tomates, pimientos y berenjenas en interior. - Comience a plantar lechuga romana y *Brassicas* tempranas en interior si tiene un vivero.
Mediados de abril	- (o siempre que se pueda trabajar la tierra) Plante guisantes, rábano, lechuga y algunos bulbillos de cebollas para verduras en exterior.
3.ª semana de abril	- Trasplante las *Brassicas* y la lechuga romana al vivero.
1.ª semana de mayo	- Comience a plantar sandía y melón cantalupo en interior. - Comience a plantar un recipiente de pepinos en interior. - Plante remolachas y zanahorias para una cosecha temprana, espinaca, acelga y cebollas de guarda en exterior.
Mediados de mayo	- Comience a plantar maíz temprano en exterior (si el suelo está bastante cálido). - Plante papas tempranas.
Última semana de mayo	- Corte las enredaderas de batatas en trozos de 7 a 8” y colóquelas en 2 o 3” de agua para que echen raíces. - Comience a plantar maíz de media temporada, habichuelas, pepinos y calabaza en exterior. - Trasplante tomates y pimientos al exterior.
1.ª semana de junio	- Plante frijoles y quimbombó en exterior. - Trasplante batatas, sandías, melones cantalupo y pepinos en exterior.

2.ª semana de junio	- Plante maíz tardío en exterior. - Plante remolachas, colinabos, papas y zanahorias de invierno en exterior al final de la semana. - Comience a plantar *Brassicas* de fin de temporada (repollo, coliflor y brócoli) en exterior para su posterior trasplante.
1.ª semana de julio	- Plante verduras/repollos chinos en exterior. - Trasplante las *Brassicas* de fin de temporada.
Fines de agosto	- Comience a hacer el huerto otoñal de rábano, lechuga y bulbillos de cebollas.
1.ª semana de septiembre	- Comience a plantar espinaca y bulbillos de cebollas para la cosecha primaveral.

CONSEJOS PARA EL CONTROL DE PLAGAS

Compost: Agregue compost cuando siembre semillas o plantas pequeñas. Mantendrá sus plantas fuertes, sanas y con una mayor resistencia a insectos y enfermedades.

Limpieza: Retire la madera y las plantas en descomposición en otoño para evitar que los insectos pongan huevos o pasen el invierno sobre este material.

Mueva las plantas: No plante la misma hortaliza, o familia de hortalizas, en el mismo lugar el próximo año, ya que algunas plagas permanecen en el mismo lugar de su huerto año tras año.

Buenas plantas: Los insectos se mantendrán alejados de algunas plantas porque no les gusta el olor. Plántelas entre sus hortalizas o alrededor del huerto. Consulte la lista de Asociación de cultivos para el control de plagas para saber qué plantas serían las mejores para su huerto.

CRIATURAS ÚTILES:

¡Las **mariquitas** son geniales para los huertos! Les encanta comer pulgones.

Lombrices de tierra: las lombrices generan espacios de aire y mejoran el suelo mientras comen tierra para desplazarse.

Tener muchas **plantas en flor** atraerá más insectos beneficiosos para su huerto. ¡El eneldo y la milenrama son grandiosos!

RECETAS DE PULVERIZADORES CASEROS PARA EL CONTROL DE PLAGAS:

Puede hacer en casa pulverizadores naturales y seguros para ahuyentar o matar algunas de las plagas. Pruebe los pulverizadores caseros en algunas hojas de plantas primero, espere unos días y, si no hay daños en las hojas, debería poder usarlos.

Pulverizador de jabón: Se puede usar agua jabonosa para rociar las plantas y aniquilar algunas plagas. También puede evitar la incubación de huevos. Solo mezcle un poco de detergente con agua. Asegúrese de rociar sobre las partes superiores e inferiores de las hojas.

Pulverizador de ajo: Haga una pasta con 15 dientes de ajo y 2 tazas de agua en una licuadora. También puede triturar el ajo o cortarlo muy fino. Déjelo reposar durante un día. Luego, cuele el líquido para que no queden trozos de ajo. El ajo repele algunos insectos perjudiciales y puede matar a los insectos más jóvenes.

Pulverizador de ají picante: Use guantes. Agregue 1/2 taza de ajíes picantes picados finamente a 2 tazas de agua. Esto puede licuarlo y posteriormente colarlo Sea cuidadoso. Si el liquido entra en contacto con la piel o los ojos, le arderán o le picarán. A las grandes plagas, como las marmotas, los mapaches y los ratones, no les gustan los ajíes picantes. Si rocía alrededor del huerto, ayudará a mantenerlos alejados.

Cabello: Esparcir mechones de cabello humano o de perro alrededor del área del huerto puede ayudar a mantener alejadas a las marmotas.

Ramitas y ramas: Arroje ramitas y ramas sobre las hileras plantadas para mantener alejados a los gatos. Asegúrese de no arrojar demasiadas ramas y ramitas antes de que las plantas germinen, ya que las semillas que ha plantado necesitan luz solar para crecer.

Control de plagas en los huertos de hortalizas

La gran mayoría de los insectos en un huerto de hortalizas no hacen daño; muchos son beneficiosos, mientras que solo unos pocos son realmente dañinos. Además, el impacto de estos insectos nocivos puede minimizarse fácilmente con un poco de prevención, tolerancia y control.

Plantas saludables

La mejor defensa contra las plagas de insectos es una buena estrategia ofensiva. Comience por asegurarse de que sus plantas estén sanas y crezcan vigorosamente. Una planta sana y vigorosa puede tolerar o recuperarse mejor de muchos tipos de daños causados por insectos. Ubique su

huerto en un lugar soleado con tierra suelta y bien drenada, y agregue abundante compost. Si el drenaje del suelo es un problema, use canteros elevados. Si bien el pH de un suelo fértil y orgánico suele ser satisfactorio, algunos suelos arenosos y ácidos pueden necesitar un suplemento de cal. Thomas Jefferson, el 2.º presidente de los Estados Unidos, escribió una vez:

"Sospecho que los insectos que lo han acosado han sido incentivados por la debilidad de sus plantas; y eso ha sido causado por el estado improductivo de su suelo".

Rotación de cultivos

Si rota las hortalizas o familias de hortalizas cada año, puede romper el ciclo reproductivo de algunos insectos, en particular el de aquellas especies relativamente inmóviles que pasan el invierno en el suelo o en plantas huéspedes específicas. La rotación de cultivos es especialmente eficaz para evitar diversas enfermedades transmitidas por el suelo, como la pudrición de la raíz del frijol, la hernia de la col, las enfermedades bacterianas del tomate y las diversas enfermedades de la papa, las cuales pueden debilitar sus plantas y hacerlas más susceptibles al ataque de los insectos. En general, rote las siguientes familias de plantas juntas: *Brassicas* (repollo, coliflor, brócoli, col de Bruselas, nabo, rábano); plantas solanáceas (tomate, pimiento, berenjena, papa); raíces (zanahoria, remolacha, chirivía); verduras de hoja (lechuga, endibia, espinaca); legumbres (frijoles, guisantes) y cucurbitáceas (pepino, melón, calabaza). El saneamiento del huerto es importante; por lo tanto, elimine los desechos vegetales del huerto y compóstelos para evitar que algunos insectos pasen el invierno.

Biodiversidad e intersiembra

Aumente la biodiversidad plantando solo pequeñas cantidades de la misma hortaliza en un mismo lugar (generalmente, esto es lo que se hace en un huerto familiar). Trate de no intersembrar variedades de la misma familia (como se señaló arriba). Por ejemplo, es mucho mejor mezclar repollos y zanahorias que repollos y coliflor. Una mezcla variada de plantas, de diferentes colores, formas y aromas, puede ayudar a reducir el ataque de insectos en algunos casos. Los libros y las guías que tratan sobre la asociación de cultivos recomiendan una combinación específica de plantas que repelen determinados insectos. Por ejemplo, algunos afirman que las capuchinas repelen los escarabajos rayados del pepino, las caléndulas ahuyentan a la mariposa de la col y la nébeda detiene a los alticinos.

Insectos depredadores

Fomente la presencia de insectos depredadores y parásitos. Las plantas de la familia de las umbelíferas, como el eneldo, son particularmente buenas para atraer avispas parasitoides, que

tienen tres grupos principales: los calcidoideos, los bracónidos y los icneumonoideos. Vienen en muchas formas y tamaños, desde pequeños calcidoideos con cabeza de alfiler hasta icneumonoideos de unos centímetros de longitud. Parecen tener un aguijón en la parte trasera, pero solo es un ovipositor. Todos ponen huevos en otros insectos o en sus larvas, como en los gusanos del tomate y los pulgones.

Los *taquínidos* se ven con poca frecuencia en los huertos, ya que estos ásperos insectos marrones o grises se parecen a la mosca doméstica un poco más grande. Están más activos en días cálidos y soleados y son parásitos de los taladros de maíz, las orugas de carpa, los gusanos cortadores y otras larvas.

Las *avispas* y los avispones no son bienvenidos por la mayoría de los horticultores, pero recolectan orugas, insectos y larvas para ellos y sus crías, además de materia animal, polen y miel.

Los *carábidos* son de color negro o marrón oscuro, pero pueden parecer de color azul o verde metalizado brillante a la luz del sol. Por lo general, se esconden debajo de las rocas, las cortezas u otros desechos durante el día y se alimentan por la noche de todo tipo de insectos, larvas, gusanos cortadores y huevos de babosas y caracoles, por mencionar solo algunos de sus favoritos.

Los *estafilínidos* a veces se confunden con las tijeretas, aunque carecen de pinzas. De color negro o marrón oscuro, son principalmente carroñeros, y a menudo se los encuentra en materia en descomposición. Sin embargo, parasitan a los gusanos de la col y a otras larvas pequeñas durante su ciclo reproductivo.

Los *redúvidos* también son negros o marrones oscuros, de aproximadamente media pulgada de largo, y se parecen a una mantis religiosa en miniatura. Por lo general, se alimentan de los jugos de otros insectos y larvas, como los escarabajos japoneses y los saltahojas.

Los *insectos damisela* no deben confundirse con los caballitos del diablo, que parecen pequeñas libélulas. Son pequeños insectos aplanados que se alimentan de pulgones, saltahojas y orugas.

No se debe olvidar a las *arañas,* ya que tienen un apetito voraz por muchos tipos de insectos. Los chinos todavía construyen y usan cuevas de arañas en sus parcelas y campos. Estos pequeños contenedores hechos de bambú y con forma de pirámide brindan un lugar perfecto para que vivan muchos tipos de arañas. Cuando se presenta un brote de plagas dañinas, se recogen las pequeñas cuevas con un asa y se las traslada a una zona donde sean necesarias.

Las *mariquitas* no deben pasarse por alto, ya que son el depredador de insectos más conocido de todos. Si bien se informa que existen 3000 especies de mariquitas, la especie convergente es la más frecuente. Tienen la cabeza, el tórax y el vientre negros y el dorso naranja rojizo con algunos puntos negros. Tanto los adultos como los individuos inmaduros, que se parecen un poco a pequeños caimanes, comen plagas de cuerpo blando, como las cochinillas de la harina, los insectos escama y los pulgones.

También existen otros insectos depredadores en nuestros huertos, con nombres intrigantes como los sírfidos, las crisopas, los *Podisus maculiventris*, los escarabajos tigre, las chinches pirata, las moscas de la flor, los *Geocoris* y las moscas asesinas. Familiarícese con todos estos insectos que comen huevos, larvas e incluso otros insectos adultos. Además, nunca mate un insecto, a menos que sepa que es una plaga o que podría convertirse en una, ya que podría matar un insecto beneficioso por error.

Aves, sapos y ranas

Si bien muchas aves comen semillas y bayas secas en invierno y a principios de la primavera, pronto vuelven a una dieta alta en proteínas de insectos y larvas cuando estas fuentes de alimento reaparecen. Además, es poco frecuente que coman vegetales de nuestros huertos, aunque a algunas les gustan algunas cerezas o bayas (se puede proteger los cultivos vulnerables con redes). Atraiga a las aves que comen insectos con agua en un atractivo bebedero de pájaros y proporcione refugio para sus especies favoritas. En primavera y verano, los insectos forman el 90 % de la dieta de los carboneros: polillas, orugas, moscas, escarabajos, hemípteros, piojos de las plantas, insectos escama, saltahojas, y muchos más... Las pajareras pueden atraer a los chochines, y, debido a que a menudo empollan más de una cría cada año, deben recolectar grandes cantidades de insectos. Incluso buscarán alimentos por la noche, y son conocidos por atrapar tijeretas, que se activan a esta hora del día. Las golondrinas y las golondrinas purpúreas son depredadores de insectos muy famosos, lo que convierte a las plagas voladoras en el 99 % de su dieta (construya una pajarera de golondrinas para atraer a estos aliados de la horticultura). Incluso se puede considerar a los estorninos, ya que tienen fama de ser una de las pocas aves que consumen orugas de carpa.

Los sapos pueden consumir grandes cantidades de insectos del huerto. Proporcione un poco de agua, algunos escondites frescos y tenga cuidado al labrar y cavar: los sapos a menudo se entierran en el suelo durante el día. Si su huerto está cerca de un estanque o ha instalado uno en su huerto, también se beneficiará del apetito de las ranas por los insectos.

Otros tipos de controles

Cuando se necesita el control directo de una plaga en particular, quítelas con las manos (para escarabajos de la papa), use feromonas (para escarabajos japoneses), coloque trampas (periódicos arrugados para las tijeretas), use barreras (cubiertas de hileras flotantes como la tela Reemay para gusanos de la cebolla), aplique soluciones repelentes naturales (ajo y agua) o use Bt (*Bacillus thuringiensis*) con moderación en determinados casos (para gusanos de la col).

Nunca use insecticidas de amplio espectro, incluso si provienen de una fuente natural (por ejemplo, rotenona), ya que estas sustancias matan tanto a los insectos beneficiosos como a las plagas. Programe su siembra de modo tal que evite la primera, y con frecuencia la más destructiva, generación de una plaga si es particularmente molesta en su zona. Esté atento a los insectos en las hojas de las plantas y a los indicios de daño o enfermedad. Siempre quite las plantas marchitas y busque insectos o larvas entre sus raíces. Finalmente, practique la tolerancia. No es necesario que las hortalizas y las frutas de un huerto se vean perfectos: deseche alguna parte de la producción, elimine los daños causados por los insectos y disfrute del sabor y la nutrición de los productos cultivados naturalmente en su propio huerto.

PROBLEMAS FRECUENTES CAUSADOS POR INSECTOS

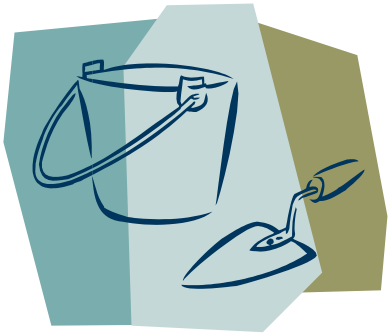
NOMBRE	INDICIOS	CONTROL
Pulgones (color: varía, pero las larvas suelen ser rojas o verdes)	• Presencia de hormigas. • Rizos de follaje. • Follaje que se vuelve amarillo. • Pulgones visibles en el envés de las hojas y los tallos jóvenes.	• Frote suavemente la parte posterior de las hojas para aplastar los pulgones. • Rocíe las hojas y el tallo con una solución de agua jabonosa. Enjuague.
Gusanos de la col (color: verde)	• Agujeros en las hojas. • Presencia de excremento negro/verde oscuro en las hojas.	• Quite los gusanos con las manos.
Babosas (color: rojo parduzco o gris, según el tipo de babosa)	• Agujeros irregulares en las hojas. • Rastro viscoso. • Activas 2 horas después del atardecer y 2 horas antes del amanecer.	• Quítelas con las manos después del atardecer – use una linterna para ver bien • Cree una barrera alrededor de las plantas con cáscaras de huevo trituradas o cenizas de madera.
Gusanos del alambre/cascarudos (color: los gusanos son de	• Debido a que los gusanos comen las raíces de las plantas, las plantas se marchitan y mueren al poco tiempo.	• Cree una trampa con cáscaras de papas esparcidas por el huerto. • Controle todas las mañanas, luego recójalas y extermínelas.

Escarabajo de la papa de Colorado (color: naranja con rayas negras; los huevos, que se encuentran en el envés de las hojas, son de color naranja brillante)	• Mastica el follaje de pimientos, tomates, papas y berenjenas. • Deja los «esqueletos» de las hojas.	• Quite los escarabajos y las larvas naranjas con las manos. • Espolvoree las plantas con harina de maíz o de salvado. • Cubra con abundante mantillo.
Gusanos cortadores (adulto: polilla nocturna) color: varía entre negro, gris y marrón	• Polilla nocturna: adulto. • Por la mañana, encontrará sus plántulas en el suelo, cortadas a nivel del suelo. • Las plantas parecen taladas y se dejan morir.	• Haga collares de cartón para todas las plántulas valiosas. • Excave alrededor de la base de las plántulas destruidas y extermine todo gusano cortador que encuentre (generalmente pasan el día debajo de la tierra junto a la planta de la que se alimentaron la noche anterior).
Tijeretas (color: principalmente negro con marcas rojas y pinzas)	• Las tijeretas aparecen con frecuencia en todo el huerto.	• Una maceta invertida llena de papel arrugado las atraerá. • Por la mañana, agite la maceta en una cubeta de agua para ahogar las tijeretas. • Plante las zanahorias (que les encantan a las tijeretas) a principios o a fines de la temporada de cultivo para evitarlas.

HORTICULTURA EN MACETAS

Incluso si vive en un apartamento o en una casa con un patio pequeño, puede cultivar hortalizas y otras plantas en recipientes en su balcón o patio. Con un pequeño huerto en macetas, puede evitar muchos de los problemas de un huerto grande, como las malezas, y aún así disfrutar de las hortalizas frescas que usted mismo ha cultivado.

Tipos de recipientes



Puede usar envases de leche, latas grandes, macetas de plástico o metal, botes de basura, cestas de durazno o cualquier otra cosa que encuentre y que se le pueda poner tierra.

Haga orificios en el fondo de la maceta para que salga el agua. Puede usar un clavo para hacer los agujeros.

El recipiente debe ser lo suficientemente profundo para las raíces de las plantas.

Necesita **de 6 a 9 pulgadas de profundidad (15 a 26 cm)** para plantas como los frijoles, la lechuga, la cebolleta, la zanahoria, el rábano y la espinaca.

Necesita **1 pie (12" o 30 cm) de profundidad** para el tomate, la calabaza, el pimiento y la zanahoria larga.

¡Cuanto más grande sea el recipiente para sus plantas, mejor es el rendimiento que puede esperar!

Plantas adecuadas para macetas

Balcón soleado: necesita más de 6 horas de luz solar directa por día

Frijoles: los arbustos de frijoles son los mejores. Plante 3 en una maceta de 8" de ancho.

Tomates: los tomates cherry son los mejores; necesitan una maceta de 6". Los tomates más grandes necesitan una maceta de 12". Los tomates necesitan mucho sol y deben estar atados a un palo.

Pimientos: necesitan mucho sol. Átelos a un palo para sostenerlos. Plante uno en una maceta de 12".

Rábanos: plántelos a 2 pulgadas de distancia, o tres en una maceta de 6”. Estarán listos para consumir en un mes.

Calabaza de verano, calabacín: necesitan una maceta de 2 pies (24") de profundidad y 2 pies (24") de ancho. (Nota: Compre variedades diseñadas para el cultivo en recipientes).

Pepinos: las variedades diseñadas para la horticultura en macetas.

Plantas para balcón con sombra

Remolacha: plántela a 3" de distancia y consúmala cuando las hojas tengan de 5 a 8" de altura, o a los dos meses.

Zanahorias: plántelas a 2" de distancia. Estarán listas para consumir en dos o tres meses.

Cebollinos y cebollas: necesitan una maceta de 6" de ancho.

Ajo: plante dientes de ajo a 6" de distancia y recoléctelos cuando muera la parte superior de la planta.

Hierbas: todos los tipos de hierbas crecen bien en las macetas; llévelas adentro en invierno.

Lechuga: plante lechugas frondosas a 4" de distancia.

Espinaca: necesita mantenerse fresca y húmeda; plántela a 6" de distancia.

Cuidado de las plantas

Agua: Riegue antes de que se seque el suelo o se marchite la planta (con mayor frecuencia en julio y agosto). Puede haber mucho viento en los balcones, lo que

secará sus plantas, así que manténgalas regadas. También puede usar mantillo en el suelo para mantenerlo húmedo. El mantillo puede estar compuesto de paja, hojas, compost, periódico, papel de aluminio o plástico negro.

Sol: Si su balcón es oscuro y con sombra, coloque papel de aluminio en el suelo para reflejar la luz solar en sus plantas.

Compost: Agregue compost a sus macetas para darle más alimento a las plantas. Mezcle mucho compost con la tierra antes de sembrar (lo mejor es mitad y mitad).

Insectos: Debido a que hay menos insectos en los balcones altos, es posible que deba polinizar las flores de las plantas para obtener frutas y hortalizas. Puede usar un pincel para esparcir el polen.

La mayoría de los insectos plaga pueden eliminarse con una mezcla de jabón y agua pulverizada sobre las hojas (consulte los consejos sobre el control de plagas).

Extensión de la temporada de cultivo: Si planta tarde y las hortalizas no están listas para el otoño, puede llevar la mayoría de las plantas adentro y dejarlas junto a una ventana soleada.

Conservación del agua

Canteros elevados frente a canteros planos

Para una conservación eficiente del agua, prepare una superficie del suelo para maximizar la penetración del agua. Esto significa plantar en un área que se prepara para asegurarse de que el agua permanezca en la zona de la raíz de la planta y que no se drene y desperdicie. Las formas eficaces de hacer esto incluyen una superficie plana, o si el suelo es propenso a inundarse o está en un área húmeda mal drenada, puede ser preferible un cantero elevado más grande con una superficie plana en la parte superior. Si usa un cantero elevado, asegúrese de crear algunos bordes elevados alrededor de la parte superior para asegurarse de que el agua permanezca en el cantero y no se escurra por el costado. Tenga en cuenta que los canteros elevados pueden secarse mucho más rápido que una superficie plana. En este caso, el mantillo resultará útil.

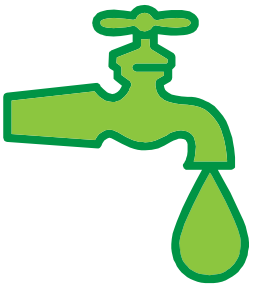
Mantillo y tierra cultivable

El manejo de la tierra cultivable con compost y materia orgánica adicional promoverá la penetración y la retención del agua. Para una máxima conservación del agua, coloque compost en la superficie del suelo como mantillo después del trasplante y la siembra. Esto permitirá que el suelo frío de la primavera se caliente antes de la aplicación de la capa de mantillo de enfriamiento, lo que mejora la germinación de las semillas y el vigor del trasplante a principios de la primavera. La capa de compost superficial conservará el agua durante la temporada cálida de verano y mantendrá los sistemas de raíces más frescos. La capa de compost puede trabajarse en el suelo al final de la temporada de cultivo o en el comienzo de la primavera antes de plantar.

Cultivo y desmalezamiento

Una serie de buenas prácticas de horticultura ayudará en los trabajos de conservación. Por ejemplo, no plantar en suelos demasiado fríos, ya que las semillas no crecerán satisfactoriamente y el agua no se absorberá de manera adecuada. Desde el principio, el control de malezas es muy importante para su huerto. Las malezas desperdician agua y compiten con las plantas de hortalizas por los nutrientes y la luz solar. Para un máximo aprovechamiento del agua, mantenga un excelente control de malezas en su huerto. Si no usa un mantillo superficial, el cultivo del suelo debe ser poco profundo. La labranza profunda o el uso de la azada no solo daña las raíces de las plantas sino que también permite que se evapore la humedad. La mejor opción es el control de malezas muy superficial con una azada de doble filo o de empuje. (También puede raspar con la azada de doble filo).

Uso racional del agua



Zonas de la raíz. Cuando use agua, intente concentrarla en la zona de las raíces de las plantas. Cuanta menos agua coloque entre las hileras donde las raíces no pueden aprovecharla, menos agua perderá por evaporación. Además, el agua de un aspersor no llegará a la superficie del suelo debido a la evaporación, lo que representa una pérdida de hasta el 25 %. Distintas técnicas ayudarán a regar la zona de la raíz donde el agua es necesaria:

1. Para la calabaza y el pepino, que generalmente se cultivan en colinas, entierre una lata de jugo o café con el fondo al nivel de la raíz. Haga orificios en el fondo de la lata para que el agua que vierta llegue a las raíces con una pérdida mínima.
2. Puede regar plantas individuales, como tomate, pimiento y berenjena de la misma manera, con una lata un poco más pequeña. Haga orificios en la lata solo del lado próximo a la planta.

Riego por aspersión. Si usa este sistema, minimizará las pérdidas de agua si:

1. Usa un aspersor que cubra solo el huerto, no el área circundante.
2. Riegue temprano en la mañana cuando el aire esté frío, haya poco viento y la presión del agua sea mejor.
3. Use una tasa de aplicación que permita que toda el agua penetre y no se escurra del área del huerto.

Remojar el suelo. Cuando riegue, remoje bien el suelo a una profundidad de 6 a 8 pulgadas y hágalo con menos frecuencia. Según la etapa de crecimiento y las temperaturas, regar una vez por semana suele alcanzar, y solo si no llueve lo suficiente durante el período.

Intentar hacer las hileras más cercanas. Un área más pequeña cultivada con mayor intensidad producirá más en relación con el uso del agua. Puede cultivar bastantes hortalizas mucho más juntas que las hileras tradicionales de 2 ½ a 3 pies. Puede colocar rábanos, cebollas, remolachas, zanahorias, entre otras, en hileras que estén a 1 pie de distancia. De esta manera, aprovecha mejor el agua que aplica en la zona de la raíz. Además, un suelo con sombra de hojas de hortalizas pierde menos agua por evaporación.

Para la *siembra en recipientes*, deberá usar más agua que para la horticultura en tierra. Los recipientes se secan mucho más rápido que los canteros y las hileras del huerto. Sin embargo, si la horticultura en recipientes es su única opción, intente aislar los recipientes colocándolos dentro de una maceta más grande y llenando el espacio entre los dos recipientes con tierra.

¿Cuándo debo sembrar las hortalizas?

Aquí hay una guía para ayudarlo a saber cuándo sembrar y cuándo cosechar las hortalizas. Con la guía aprenderá cuándo puede plantar semillas o plántulas por primera vez en exterior en la primavera.

A menudo, esto depende de cuándo cae la última helada (marcada con un * en la tabla). Si es una primavera muy cálida, puede plantar antes; si hace mucho frío, debe plantar un poco más tarde.

La guía también le indica cuántas semanas necesitan las hortalizas para madurar, desde 4 semanas para los rábanos hasta 20 semanas para las cebollas.

Algunas hortalizas se pueden volver a plantar una vez que se recoge la primera cosecha. En estos casos, la última vez que se puede plantar está marcada con una X en la tabla. Puede comenzar a plantar las semillas en cualquier momento entre la primera y la última siembra.

La mayoría de las demás hortalizas también pueden comenzar a plantarse después de la fecha marcada para la primera siembra, pero debe recordar que muchas plantas son destruidas por las heladas, así que asegúrese de que la planta tenga el tiempo suficiente para madurar antes de la primera helada de otoño (marcada de nuevo con un *).

GUÍA PARA LA SIEMBRA

E = Primera siembra en exterior, X = Última siembra posible, I = Inicio de la siembra de semillas en interior, C= Cosecha, * = Fechas aproximadas de la última y la primera helada

Fecha (semanas)	4 de abril	1.º de mayo	2	3	*4*	1.º de junio	2	3	4	1.º de julio	2	3	4	1.º de agosto	2	3	4	1.º de septiembre	2	* 3 *	4	1.º de octubre	2
Frijoles					E							C	X							C			
Remolacha	E							C					X							C			
Brócoli	I				E											C							
Repollo	I				E											C							
Zanahoria			E								C	X									C		
Maíz					E										C								
Pepino					E								C										
Berenjena	I				E													C					
Ajo	E															C							
Lechuga					E			C								X			C				
Cebolla	E																			C			
Guisantes			E									C	X									C	
Pimiento	I				E													C					
Papa	E															C							
Rábano			E			C										X			C				
Espinaca	E						C																
Calabaza de verano					E							C											
Calabaza de invierno						E												C					
Tomate	I				E												C						
Nabos	E							C							X							C	

FRIJOLES

(Familia del frijol)

CÓMO PLANTAR: De 3 a 4 pulgadas de distancia, a 1 pulgada de profundidad.
Las semillas de frijol no brotarán en el suelo frío. Por lo tanto, es importante plantar las semillas después de la última helada de primavera (fines de mayo).

PLANTAR CERCA DE: Zanahoria, coliflor, pepino, repollo, maíz, rábano.

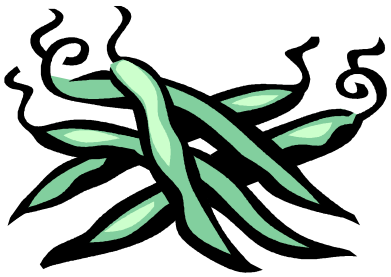
NO PLANTAR CERCA DE: Ajo, cebolla, cebollino, puerro, remolacha.

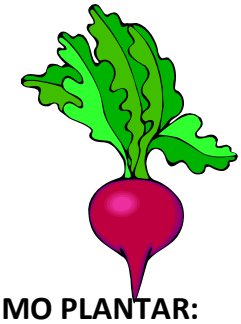
CUIDADOS: Los frijoles necesitan mucho sol.
Riegue a menudo, no deje que la tierra se seque.
En climas cálidos, puede cubrir el suelo con mantillo, como compost, para mantener el suelo húmedo.

COSECHA: Estarán listos para cosechar en aproximadamente 8 semanas.
Recójalos cuando las vainas sean pequeñas y tiernas; si espera mucho tiempo, la planta puede dejar de producir frijoles.

PLAGAS: Pulgones, escarabajos del frijol, aves, roedores, roya, mildiu.
Las caléndulas y la ajedrea de jardín mantienen alejado al escarabajo de los frijoles.
Plante arbustos de frijoles y papas en hileras vecinas: las papas mantienen alejado al escarabajo del frijol y los frijoles alejan al escarabajo de la papa.

NOTAS: Plante frijoles trepadores junto al maíz, y estos treparán por los tallos.
Cuando las plantas mueran, déjelas en el suelo; ellas son ricas en nitrógeno y son muy buenas para el suelo.





REMOLACHA

(Familia de la remolacha)

CÓMO PLANTAR:

Las semillas se deben plantar con una separación de 1 pulgada; cuando germinen, se ralean a 4 pulgadas de distancia. (Nota: Puede consumir las plantas jóvenes germinadas que ha raleado).
Plante semillas en el huerto a principios de la primavera, aunque su cosecha temprana puede verse afectada por las larvas menores de la hoja.
Puede plantar un segundo cultivo después de haber recolectado el primero.

PLANTAR CERCA DE:

Brócoli, repollo, coliflor, lechuga, cebolla, acelga.

NO PLANTAR CERCA DE:

Frijoles de rama (frijoles trepadores).

CUIDADOS:

A las remolachas les gusta mucho el sol, pero también pueden crecer con un poco de sombra.
Necesitan mucha agua para mantener las raíces tiernas.
Agregue compost al suelo antes de plantar.

COSECHA:

Estarán listas para cosechar en aproximadamente 8 semanas.
Puede consumir las hojas y las raíces.

PLAGAS:

Gusanos cortadores, babosas, caracoles, minadores, roedores.

NOTAS:

Las raíces se mantendrán en buen estado hasta el final del otoño si las cubre con abundante mantillo, como hojas secas o paja; las ardillas pueden robarle la remolacha; se puede usar alambre de gallinero (o malla metálica) para cubrir el área de siembra y disuadir a las ardillas.

BRÓCOLI

(Familia del repollo)

CÓMO PLANTAR: A 18 pulgadas de distancia, a 1/2 pulgada de profundidad (¡estas plantas necesitan su espacio!). Crece mejor si comienza a plantar las semillas en interior a principios de la primavera y las trasplanta al huerto hasta 3 semanas antes de la última helada o a mediados de junio para cosecharlas en otoño.

PLANTAR CERCA DE: Remolacha, repollo, zanahoria, caléndula, capuchina, tomillo, tomate.

NO PLANTAR CERCA DE: Fresas, mostaza.

CUIDADOS: A las plantas de brócoli les gustan las temperaturas frescas y el sol abundante, y les encanta el suelo rico en nutrientes.
Deben regarse con frecuencia; use un mantillo cuando haga calor para evitar que se seque la tierra.
Agregue compost al suelo antes de plantar.

COSECHA: Estará listo para cosechar en aproximadamente 16 semanas.
Está listo cuando la cabeza de floración es lo suficientemente grande como para consumir y los brotes todavía están bien cerrados y verdes.
Si espera mucho tiempo, se convertirá en flores amarillas.
Solo corte la cabeza, justo por encima de las hojas grandes. La planta producirá cabezas más pequeñas en una o dos semanas.

PLAGAS: Pulgones, gusanos cortadores, gusano de raíces, gusanos de la col.

REPOLLO

(Familia del repollo)

CÓMO PLANTAR:

A 18 pulgadas de distancia, a 1/2 pulgada de profundidad.
Crece mejor si comienza a plantarse en interior a principios de la primavera para una cosecha temprana o si se siembra en el huerto a mediados de junio para cosechar en otoño.
Coloque las plantas pequeñas en su huerto no más de 3 semanas antes de la última helada.

PLANTAR CERCA DE:

Zanahoria, pepino, espinaca, apio, eneldo, cebolla, papa.

NO PLANTAR CERCA DE:

Fresas, tomate, frijoles de rama (frijoles trepadores).

CUIDADOS:

A las plantas de repollo les gustan las temperaturas frescas y el sol abudante, pero no les gusta recibir demasiado calor, por lo que un poco de sombra también es beneficioso.
Al repollo le gusta recibir mucha agua cuando es pequeño. Cuando esté grande, no lo riegue tanto, o la cabeza podría partirse. El repollo no prosperará en suelos pobres y, por lo tanto, necesitará muchos nutrientes (por ejemplo, una gran cantidad de compost trabajado en el suelo) para crecer bien.

COSECHA:

El repollo estará listo en aproximadamente 16 semanas. Córtelo cuando la cabeza se haya formado y se sienta firme.

PLAGAS:

Babosas, caracoles, pulgones, gusanos de la col, gusanos cortadores, alticinos. Las hierbas de olor fuerte, como el hisopo, el tomillo, el ajenjo, el romero y la menta, mantendrán alejada a la mariposa de la col.

NOTAS:

No plante repollo en el mismo lugar de su huerto todos los años, o donde plantó brócoli o coliflor. Esto ayudará a ahuyentar a las plagas de sus plantas.

ZANAHORIA

(Familia de la zanahoria)

CÓMO PLANTAR: En hileras, a 1/2 pulgada de profundidad. (Advertencia: Las semillas son muy pequeñas, así que tenga cuidado de sembrar pocas).
Excave bien el suelo antes de plantar (se puede agregar compost al suelo en este momento para que el suelo sea menos compacto).
Puede plantar al principio o al final de la temporada; lo mejor es a fines de mayo o a mediados de junio.

PLANTAR CERCA DE: Lechuga, tomate, rábano, repollo, cebolla, guisantes, papa.

NO PLANTAR CERCA DE: Eneldo; tampoco plante al lado de un camino en su huerto, ya que las pisadas podrían compactar el suelo y originar raíces deformes.

CUIDADOS: Las zanahorias crecerán bien con mucho sol o con un poco de sombra. Necesitan mucha agua cuando son pequeñas, pero reduzca el riego cuando sean grandes para evitar que la raíz se parta.

COSECHA: Las zanahorias estarán listas en aproximadamente 10 semanas.
Saque las plantas que tengan las partes superiores más grandes. Puede palpar el suelo para verificar el tamaño de la raíz.
Puede dejar las zanahorias en el suelo hasta mediados del otoño, ya que algunas heladas a menudo hacen que la raíz sea más dulce.

PLAGAS: El mayor peligro para las zanahorias son las tijeretas en la primavera (les encanta el follaje tierno). Otras plagas son las moscas de la zanahoria, los gusanos cortadores y los animales. Las hierbas de olor fuerte, como el romero, la salvia y el ajenjo, ayudan a mantener alejada a la mosca de la zanahoria. La rotación de cultivos (plantar en un lugar diferente cada año) evitará que los gusanos pequeños se introduzcan en las raíces de las zanahorias.

**** NOTA:** Las rocas en el suelo harán que la raíz se parta cuando crezca.

MAÍZ

(Familia de las gramíneas)

CÓMO PLANTAR:

A 4 pulgadas de distancia, después se ralea a 8 pulgadas de distancia.
Plántelo a 1 pulgada de profundidad para evitar que las aves se coman las semillas.
Plante semillas en el huerto después de la última helada de primavera.
Plante en el extremo norte del huerto para que no le haga sombra a las otras plantas.
El maíz crece mejor cuando se lo planta en un bloque de 3 o 4 hileras.

PLANTAR CERCA DE:

Papa, frijoles, pepino, calabaza, zapallo, melón.

NO PLANTAR CERCA DE:

Guisantes, tomate.

CUIDADOS:

El maíz necesita mucho sol y, por lo tanto, es mejor plantarlo en un huerto grande.
Necesita muchos nutrientes, así que agregue abundante compost al suelo antes de plantar.

COSECHA:

El maíz estará listo de 9 a 13 semanas.
Rompa la mazorca cuando los pelos se vuelvan marrones.
Revise los granos. Cuando el jugo de los granos sea blanco, están listos para recoger. Si el jugo es transparente, aún no están listos.

PLAGAS:

Taladro del maíz, gusano de la mazorca, aves y animales. (Nota: las ardillas romperán las plantas jóvenes y los mapaches robarán los elotes maduros).

NOTAS:

Plante frijoles trepadores junto al maíz. A los frijoles les gusta trepar por los tallos del maíz y le brindan mucho nitrógeno al suelo, lo cual es muy bueno para el maíz. Cuando los frijoles mueran, deje la planta en el suelo.

PEPINO

(Familia del pepino)

CÓMO PLANTAR: De 10 a 12 pulgadas de distancia, a 1/2 pulgada de profundidad.
Plante semillas en el huerto después de la última helada de primavera.
Lo mejor es plantar semillas en interior y luego trasplantarlas a fines de mayo.

PLANTAR CERCA DE: Frijoles, guisantes, rábano, girasoles, maíz.

NO PLANTAR CERCA DE: Papa, hierbas de olor fuerte.

CUIDADOS: A las plantas de pepino les gusta una mezcla de sol y sombra.
Necesitan mucha agua, así que asegúrese de que el suelo no se seque (puede usar un mantillo para ayudar a mantener el suelo húmedo).
Agregue un poco de compost al suelo antes de plantar.
En un huerto pequeño, es mejor cultivar al lado de una estructura de jaula o soporte (para que las vides de las plantas puedan crecer hacia “arriba” y no ocupen mucho espacio en su huerto).

COSECHA: Los pepinos estarán listos para cosechar en aproximadamente 9 semanas. Corte los pepinos de la vid cuando tengan un buen tamaño. Recójalos apenas estén listos, sino la planta dejará de producir.

PLAGAS: Escarabajo del pepino, pulgones, nematodos, mildiu, marchitamiento.

NOTAS: Las plantas de pepino pueden prepararse para que crezcan en un enrejado o un soporte.

BERENJENA

(Familia de la papa)

CÓMO PLANTAR: De 10 a 12 pulgadas de distancia.
La berenjena crece mejor cuando se la planta en interior a principios de la primavera y luego se la traslada al huerto después de la última helada.

PLANTAR CERCA DE: Frijoles, pimiento, tomate, papa.

CUIDADOS: A la berenjena le gusta recibir abundante sol.
Necesita mucha agua, incluso más cuando está produciendo fruta.
Agregue compost en el suelo antes de plantar.

COSECHA: La berenjena estará lista para cosechar en aproximadamente 19 semanas.
Recoja las frutas cuando estén oscuras y brillantes.

PLAGAS: Gusanos cortadores, alticinos, marchitamiento.

NOTAS: Para evitar enfermedades, no plante berenjenas en el mismo lugar la próxima temporada de cultivo.
Cuando plante berenjenas, evite plantarlas donde había plantado tomates, papas o pimientos en la temporada de cultivo anterior.

AJO

(Familia de la cebolla)

CÓMO PLANTAR:

De 3 a 6 pulgadas de distancia, a ½ pulgada de profundidad.
Plante dientes de ajo con la parte puntiaguda hacia arriba 4 semanas antes de la última helada de primavera.
Es importante que plante el ajo cuando aún hace un poco de frío afuera. Se pueden obtener mejores resultados al plantar ajo en otoño para el próximo año, como todos los bulbos.

PLANTAR CERCA DE:

Repollo, brócoli, coliflor, tomate.

NO PLANTAR CERCA DE:

Guisantes, frijoles.

CUIDADOS:

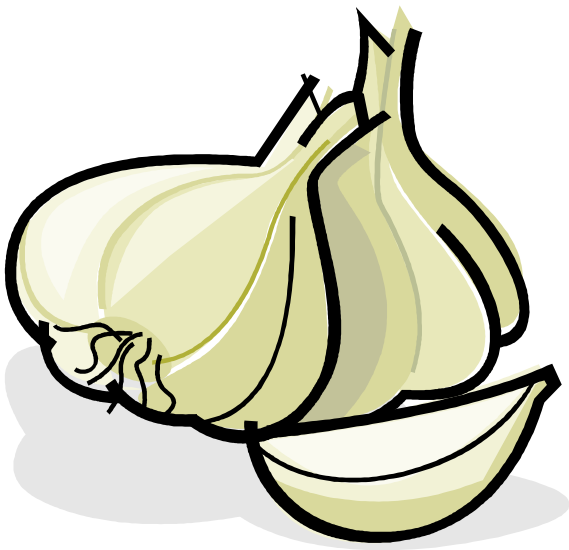
Al ajo le gusta recibir abundante sol.
No lo riegue demasiado, ya que le gusta que la tierra esté un poco seca.

COSECHA:

El ajo estará listo para cosechar entre 10 y 12 semanas.
Saque la planta cuando las partes superiores estén muertas y secas.
Corte la parte superior y deje el bulbo al sol durante unos días para que se seque.
Puede almacenar el ajo en un lugar fresco, oscuro y seco durante todo el invierno.

PLAGAS:

Trips de la cebolla, mildiu.
No existen muchas plagas que perjudiquen el ajo, por lo que es bueno plantarlo entre otras plantas de su huerto para ayudar a mantener alejados a los insectos.



LECHUGA

(Familia de la lechuga)

CÓMO PLANTAR:	Esparza las semillas y cúbralas ligeramente; más adelante, puede ralear a una distancia de 4 a 6 pulgadas. Plante semillas en el huerto después de la última helada. Puede comenzar a plantar las semillas en interior en primavera si desea una cosecha temprana. Puede plantar otro cultivo cada 4 semanas.
PLANTAR CERCA DE:	Fresas, pepino, zanahoria, rábano, remolacha.
NO PLANTAR CERCA DE:	Repollo, brócoli, coliflor.
CUIDADOS:	A la lechuga le gusta recibir abundante sol en primavera, pero le gusta la sombra en el verano caluroso. (Nota: crece bien en recipientes). Le gusta recibir mucha agua; si no obtiene lo suficiente, las hojas tendrán un sabor amargo. Agregue compost al suelo antes de plantar.
COSECHA:	La lechuga estará lista de 4 a 6 semanas. Puede recolectarla cuando las hojas se vean lo suficientemente grandes como para consumirlas. No espere mucho tiempo o la lechuga comenzará a florecer.
PLAGAS:	Babosas, gusanos cortadores, cochinillas, gusanos del alambre, caracoles, pulgones y animales.

CEBOLLA

(Familia de la cebolla)

CÓMO PLANTAR: A 3 pulgadas de distancia.
(Nota: Es mejor si se cultivan a partir de "bulbillos").
Plante las semillas en el huerto después de la última helada.
Puede plantar las semillas en interior en primavera si desea una cosecha más temprana.

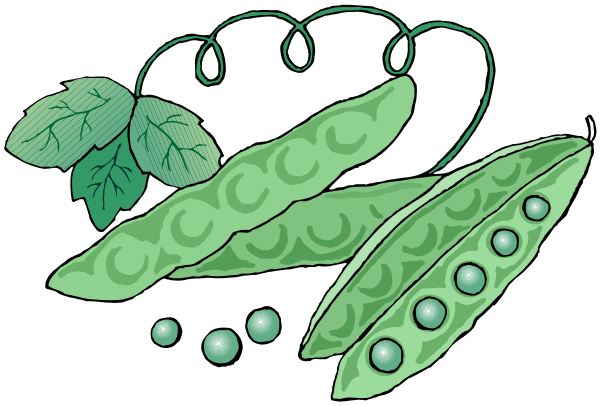
PLANTAR CERCA DE: Repollo, brócoli, coliflor, remolacha, fresas, tomate, lechuga, zanahoria.

NO PLANTAR CERCA DE: Guisantes, frijoles, espárrago.

CUIDADOS: A la cebolla le gusta el sol, pero crecerá con un poco de sombra.
Riegue bien, pero deje de hacerlo cuando la parte superior se caiga a mediados del verano.

COSECHA: Las cebollas estarán listas para cosechar aproximadamente 20 semanas después de la siembra.
Las cebollas también se pueden recolectar y consumir cuando son más pequeñas: estas se denominan *cebolletas*.
Para las cebollas grandes, después de haber dejado de regarlas durante unos días, arranque la planta y déjela secar al sol durante uno o dos días. La parte superior y la piel deberían estar secas. Luego, puede recortar las raíces antes de almacenarlas.

PLAGAS: Gusano de la mosca de la cebolla, trips y mildiu.



GUISANTES

(Familia del frijol)

CÓMO PLANTAR:
A 3 pulgadas de distancia, a 1 pulgada de profundidad.
Plante las semillas en su huerto 3 semanas antes de la última helada.
Puede plantar un segundo cultivo dos semanas después para una cosecha más larga.

PLANTAR CERCA DE:
Zanahoria, nabo, rábano, pepino, frijoles, papa.

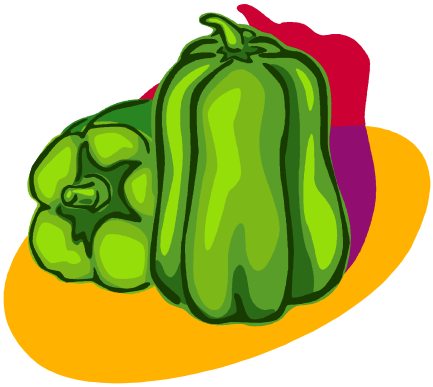
NO PLANTAR CERCA DE:
Cebolla, ajo.

CUIDADOS:
A los guisantes les gusta recibir mucho sol en la primavera, pero les gusta más la sombra en el verano.
Les gusta recibir mucha agua. Nunca deje que la tierra se seque; use mantillo en el verano.
Es mejor tener estacas, palos o una construcción similar a una cerca para mantener estas plantas en forma de vid en posición vertical.

COSECHA:
Los guisantes estarán listos para cosechar en aproximadamente 10 semanas.
Las vainas pueden recogerse cuando son pequeñas y se comen enteras, o puede esperar hasta que los guisantes sean más grandes.

PLAGAS:
Pulgones, aves, animales, mildiu, marchitamiento y podredumbre.

NOTAS:
Puede preparar las plantas para que crezcan en un soporte o enrejado.
Regrese las plantas al suelo cuando mueran, ya que le dará mucho nitrógeno, lo que es bueno para su huerto.



PIMIENTO

(Familia de la papa)

CÓMO PLANTAR:

De 10 a 12 pulgadas de distancia, a ½ pulgada de profundidad.
Plante las semillas en interior a principios de la primavera y traslade las plantas a su huerto después de la última helada. (Nota: son muy sensibles a las heladas y es posible que deban cubrirse durante una ola de frío).

PLANTAR CERCA DE:

Albahaca, zanahoria, berenjena, cebolla, perejil, tomate.

CUIDADOS:

A los pimientos les gusta recibir mucho sol, pero si están demasiado calientes, pueden dejar caer sus flores, así que asegúrese de que reciban un poco de sombra en el verano.
No los riegue demasiado, o sus raíces se pudrirán.

COSECHA:

Los pimientos estarán listos en aproximadamente 19 semanas.
Corte las frutas cuando se vean lo suficientemente grandes como para consumirlas.
Para los ajíes picantes, debe esperar hasta que cambien de color antes de recogerlos.

PLAGAS:

Gusanos cortadores, alticinos, pulgones, gusano cachón, mildiu, marchitamiento, podredumbre.

NOTAS:

Los ajíes picantes pueden molerse para rociarlos o espolvorearlos sobre las plantas para mantener alejados a los insectos y a los animales.

PAPA

(Familia de la papa)

CÓMO PLANTAR:	A 12 pulgadas de distancia, a 4 pulgadas de profundidad. Corte una papa en 3 o 4 pedazos, asegurándose de que haya un “ojo” en cada una. Plante los pedazos de papa en su huerto 3 o 4 semanas antes de la última helada.
PLANTAR CERCA DE:	Frijoles, guisantes, maíz, repollo, brócoli, coliflor, rábano picante, caléndula, berenjena.
NO PLANTAR CERCA DE:	Tomate, calabaza, zapallo, pepino, frambuesa y girasol.
CUIDADOS:	A las papas les gusta recibir mucho sol en las hojas; debe mantener los tubérculos en el suelo completamente cubiertos de tierra para que no estén expuestos DE NINGUNA MANERA a la luz solar. Asegúrese de que la tierra no se seque; use un mantillo. No permita que las plantas se humedezcan demasiado ni moje las hojas cuando riegue. Agregue compost al suelo antes de plantar.
COSECHA:	Las papas estarán listas para cosechar después de 10 a 12 semanas. Excave las raíces después de que la planta haya florecido o cuando las hojas comiencen a ponerse amarillas. Coloque las papas al sol hasta que estén secas en todos sus lados, girándolas con frecuencia antes de almacenarlas. Las papas se conservarán todo el invierno en un lugar fresco y oscuro. No consuma papas que estén verdes.
PLAGAS:	Escarabajo de la patata de Colorado, alticinos, pulgones, roya.

RÁBANO

(Familia del repollo)

CÓMO PLANTAR: A 3 pulgadas de distancia. ¡No ponga muchos en el mismo lugar!
Plante las semillas en el huerto 3 semanas antes de la última helada.
Puede plantar más semillas cada 3 o 4 semanas.

PLANTAR CERCA DE: Pepino, lechuga, melón, guisantes, capuchina, calabaza, frijoles.

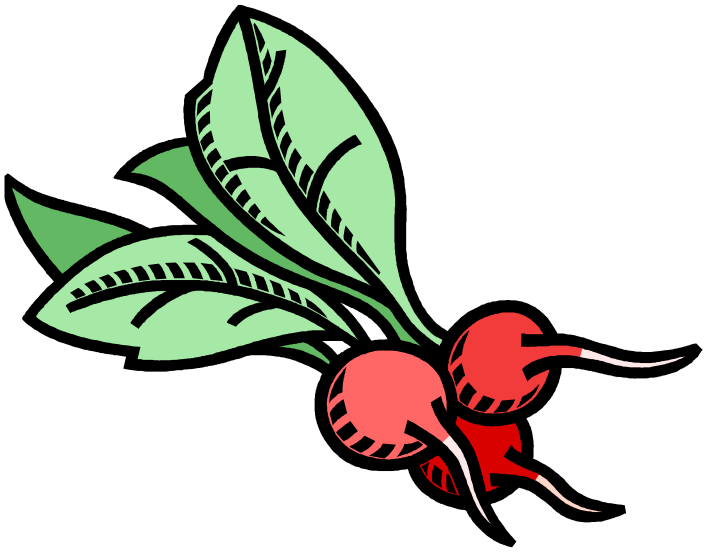
NO PLANTAR CERCA DE: Hisopo, uvas.

CUIDADOS: Los rábanos crecerán con mucho sol o un poco de sombra.
A los rábanos les gusta recibir mucha agua; si se secan adquieren un sabor picante y se vuelven duros.

COSECHA: Los rábanos estarán listos en aproximadamente 4 semanas.
Arránquelos cuando la raíz sea lo suficientemente grande como para consumirlos; no espere mucho tiempo o comenzarán a florecer.

PLAGAS: Gusano de raíces, pulgones.

**** NOTA:** El cultivo de rábanos sirve para proteger los pepinos, incluso si nunca los consume.



ESPINACA

(Familia de la remolacha)

CÓMO PLANTAR:

A 4 pulgadas de distancia.
Plante las semillas en el huerto 4 o 5 semanas antes de la última helada de primavera.
Puede sembrar otro cultivo después de haber cosechado el primero, o puede plantar cada dos semanas en primavera.

PLANTAR CERCA DE:

Coliflor, apio, berenjena, fresas.

CUIDADOS:

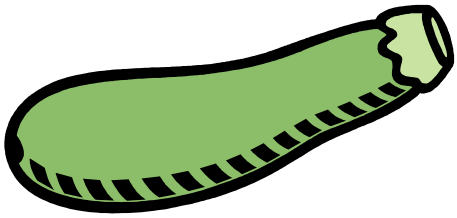
A la espinaca le gusta recibir mucho sol en primavera, pero necesita sombra durante el verano.
Eche mucha agua a las espinacas, y más cuando hace calor.
No toque las hojas cuando estén mojadas, ya que podría romperlas.
Arranque todas las malezas que estén alrededor de la espinaca, especialmente cuando es pequeña.

COSECHA:

La espinaca estará lista para cosechar en aproximadamente 7 semanas.
Puede cortar las hojas cuando se vean lo suficientemente grandes como para consumirlas o puede cosechar toda la planta.
No espere mucho tiempo, debido a que las espinacas comenzarán a florecer rápidamente en climas cálidos.

PLAGAS:

Minadores, pulgones.



CALABAZA DE INVIERNO Y DE VERANO (CALABACÍN)

(Familia del pepino)

CÓMO PLANTAR:

En colinas, con una separación de 3 a 6 pies, a ½ pulgada de profundidad (el calabacín más cerca y la calabaza de invierno más separada).
Plante las semillas en su huerto después de la última helada de primavera o puede comenzar a sembrar las plántulas en interior en abril y plantarlas en exterior en mayo.

PLANTAR CERCA DE:

Rábano, maíz, pepino, capuchina.

NO PLANTAR CERCA DE:

Papa.

CUIDADOS:

Al calabacín le gusta recibir mucho sol y le gusta el clima cálido.
Le gusta recibir mucha agua, así que no deje que la tierra se seque.
Trate de no mojar las hojas cuando lo riegue, ya que esto puede producir mildiu.
Agregue compost al suelo antes de plantar.
Recuerde: A las vides de calabaza les encanta tener mucho espacio.

COSECHA:

El calabacín estará listo para cosechar en aproximadamente 8 semanas.
Corte las frutas cuando tengan de 6 a 9 pulgadas de largo.
La calabaza de invierno estará lista en aproximadamente 12 semanas.
Espere hasta que la primera helada haya quemado la planta, luego corte las frutas.
Déjelas al sol por unos días antes de guardarlas.

PLAGAS:

Barrenador de la vid de calabaza, chinches de la calabaza, escarabajo del pepino, moscas blancas, mildiu y marchitamiento. Plante rábanos cerca para proteger la planta.

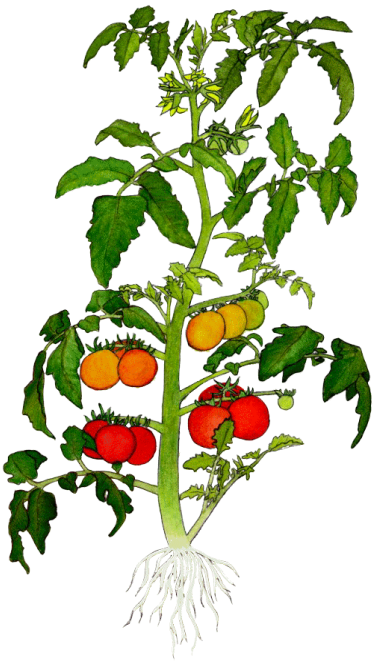
NOTAS:

Plante las semillas en colinas, de 3 a 6 pies de distancia. Algunos tipos de calabaza pueden prepararse para que crezcan en un soporte; existen variedades de semillas especiales que producen plantas compactas para huertos pequeños.

La calabaza de invierno puede conservarse todo el invierno si almacena la fruta en un lugar fresco y seco..

TOMATE

(Familia de la papa)



CÓMO PLANTAR: A 12 pulgadas de distancia, a ½ pulgada de profundidad. Comience a cultivar las semillas en interior a principios de la primavera (abril). Traslade las plantas al huerto después de la última helada (fines de mayo).

PLANTAR CERCA DE: Cebolla, cebollino, ajo, zanahoria, perejil, caléndula, capuchina, espárrago, albahaca, salvia, romero, berenjena, pimiento.

NO PLANTAR CERCA DE: Repollo, brócoli, coliflor, maíz, papa.

CUIDADOS: Los tomates necesitan mucho sol, y más cuando están produciendo fruta.
Los tomates necesitan mucha agua. Nunca deje que la tierra se seque; use un mantillo en climas cálidos.
Use “jaulas” de tomates para sostener las plantas altas.
Agregue compost al suelo antes de plantar. Evite que las plantas se caigan sobre el mantillo húmedo, ya que puede pudrir su cosecha.
Importante: Retire las hojas amarillas del tomate y sáquelas del huerto.

COSECHA: Los tomates estarán listos para cosechar en aproximadamente 17 semanas.
Deje las frutas en la planta y recoléctelas solo cuando estén rojas.

PLAGAS: Gusanos cortadores, moscas blancas, marchitamiento y la “roya” que hace que las hojas inferiores de la planta se vuelvan amarillas.

NOTAS: Corte las ramas laterales y las hojas amarillas: esto hará que la planta produzca más tomates.

NABO

(Familia del repollo)

CÓMO PLANTAR:
A 1 pulgada de distancia, a ½ pulgada de profundidad (más adelante ralee de 4 a 6 pulgadas de distancia).
Plante semillas en su huerto a principios de la primavera.
Puede plantar un segundo cultivo a mediados del verano.

PLANTAR CERCA DE:
Guisantes.

NO PLANTAR CERCA DE:
Papa.

CUIDADOS:
Los nabos crecerán con un poco de sombra.
Los nabos necesitan mucha agua para crecer rápido; nunca deje que la tierra se seque.

COSECHA:
Las raíces de los nabos estarán listas para cosechar en aproximadamente 8 semanas.
Arranque la planta cuando las hojas midan aproximadamente 4 pulgadas de ancho.
Puede consumir las hojas también.

PLAGAS:
Pulgones, alticinos.

NOTAS:
Si cultiva nabos al final de la temporada, deje la raíz en el suelo durante unas semanas después de la primera helada. Esto hará que la raíz tenga un sabor más dulce.

El momento de cosechar

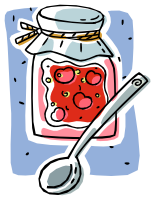
La mejor parte de la horticultura es cuando finalmente puede recoger las frutas y las hortalizas que tanto se ha esforzado por cultivar. Pero, ¿qué puede hacer cuando tiene demasiadas para comer mientras todavía están frescas?

CONSERVACIÓN: Visite www.justfood.ca para conocer las fechas de los talleres sobre conservación.

Hay muchas cosas que puede hacer con sus hortalizas para mantenerlas en buenas condiciones durante el invierno.

- Las hortalizas se pueden escaldar rápidamente en agua hirviendo; luego, se las puede colocar en bolsas o recipientes en el congelador.

- Las hortalizas pueden secarse: se cortan en rodajas finas, se colocan en una bandeja de horno y luego se las pone en el horno, a *fuego muy bajo*, durante una o dos horas. Luego, puede almacenarlas en un frasco o en una bolsa en la alacena.



- Muchas personas conservan sus frutas y verduras en latas o frascos. Puede hacer mermelada, salsa, condimento o encurtidos con muchas de las plantas que cultiva en su huerto. *Si se los prepara correctamente*, los frascos de conservas se mantendrán en buen estado durante el invierno en su alacena. *Si no se los prepara de manera adecuada*, las conservas pueden provocar una intoxicación. Consulte libros de cocina o a nutricionistas locales para obtener información sobre las técnicas de conservación y las cuestiones de seguridad alimentaria.

- Muchos tipos de hortalizas se conservarán en buen estado en un lugar fresco y oscuro, como un sótano, durante el invierno. Las mejores son la papa, el nabo, la remolacha, la zanahoria, la cebolla, el ajo, el zapallo y la calabaza de invierno. Asegúrese de que se mantengan frescos y no demasiado húmedos. Compruebe con frecuencia que no haya una posible descomposición. Almacene los vegetales donde no estén apilados uno sobre otro, y cúbralos ligeramente para protegerlos de la luz y de los cambios extremos de temperatura.

Preparación para el invierno

En la primera helada, debe cosechar la mayoría de las hortalizas, ya que la helada quemará o dañará la mayoría de las plantas, como el **tomate**, la **calabaza de verano** y el **pimiento**. Sin embargo, algunas plantas seguirán creciendo después de las heladas, y hasta tendrán un mejor sabor si se las deja en el huerto hasta bien entrado el otoño. La **chirivía**, la **col rizada**, la **lechuga**, la **cebolla**, el **rábano**, la **zanahoria**, el **nabo**, la **espinaca** y la **remolacha** son algunas plantas que crecerán después de las heladas. Incluso se pueden plantar en otoño, dejarlas en el huerto para que crezcan todo el invierno y cosecharlas en primavera. El **ajo** y la **espinaca** son dos de estas plantas.

El otoño también es un buen momento para preparar su huerto para la próxima primavera. Después de cosechar las hortalizas, quite las plantas muertas. Puede colocarlas en una pila de compost, pero, si tienen una **enfermedad**, es mejor tirarlas a la basura o quemarlas. Cuando termine, excave su huerto para aflojar el suelo y agregue compost para que el suelo esté sano y listo para cuando plante en primavera.

Otra forma de hacer que el suelo esté saludable para la primavera es plantar un **cultivo de cobertura**. Es una planta que crece en clima frío y que también incorpora nutrientes valiosos al suelo a medida que crece. En primavera, entierre la planta antes de plantar su huerto. Algunos buenos cultivos de cobertura son el **raigrás**, el **trébol blanco**, el **trigo de invierno** o la **cebada** (plante a mediados de septiembre).

GLOSARIO

Organismos beneficiosos: son aves, insectos o plantas silvestres que son buenos para su huerto. Las aves y los insectos pueden comer algunas de las plagas dañinas del huerto. Algunas plantas silvestres atraen a estos animales e insectos beneficiosos, o tienen olores que repelen las plagas, por lo que debe mantenerlas en su huerta.

Roya: causa que las hojas inferiores de la planta de tomate se vuelvan amarillas y mata el resto de la planta a medida que se extiende por el tallo.

Bt: o "*Bacillus thuringiensis*", es un eficaz pesticida "orgánico" que se vende con nombres comerciales como Dipel o Sok-Bt. Se vende en forma concentrada. Es una solución de esporas bacterianas que se diluye en agua antes de aplicarse a las plantas.

Asociación de cultivos: algunas plantas crecen mejor cuando están cerca de otras plantas, como los frijoles y el maíz. Algunas plantas también ayudan a mantener alejadas a las plagas, por lo que se pueden cultivar cerca de las plantas que tienen problemas de plagas. Puede seguir investigando sobre este tema.

Compost: materia vegetal y de las plantas que se descompone parcialmente. El compost se puede usar como fertilizante para el suelo o como mantillo.

Cultivos de cobertura: son plantas que se cultivan en el huerto al final de la temporada, se dejan durante el invierno y se entierran para agregar nutrientes al suelo antes de plantar durante la primavera.

Rotación de cultivos: cuando mueve plantas o familias de plantas a otra parte del huerto cada año. Esto ayuda a evitar las plagas y mantiene el suelo sano.

Ojo: así se denomina al comienzo de una planta germinada en una raíz de papa.

Fertilizante: agrega nutrientes al suelo para que sea más saludable y para que las plantas crezcan mejor.

Soporte: una construcción de madera o metal que funciona como sostén para las plantas de vid, como el pepino y la calabaza.

Helada (primera y última): la última helada en el área de Ottawa generalmente ocurre en mayo, y es la última vez que las plantas pueden congelarse por la noche si están afuera. Muchas plantas no deben plantarse afuera hasta después de esta fecha. En general, la primera helada ocurre a fines de septiembre en Ottawa, y muchas plantas deben cosecharse antes de esta fecha.

Cosecha: cuando las plantas y las hortalizas están listas para recolectar.

Mantillo: una cubierta en el suelo que ayuda a detener el crecimiento de las malezas y mantiene el suelo fresco y húmedo.

Huerto orgánico: una forma de cultivar plantas sin usar productos químicos nocivos, como pesticidas o fertilizantes. Los horticultores orgánicos emplean métodos como la asociación y la rotación de cultivos, el compostaje y la cobertura con mantillo para mantener su huerto saludable.

Plaga: un insecto, un animal o una enfermedad que daña o se come sus plantas.

Tubérculos: plantas que cultivamos por sus raíces. La raíz es la parte de la planta que crece en el suelo. La zanahoria y el rábano son tubérculos. Otros tipos de raíces (incluidas las papas) se denominan tubérculos. También hay raíces que son bulbos, como la cebolla y el ajo.

Plantación sucesiva: para las plantas de crecimiento rápido, puede plantar un segundo o tercer cultivo después de que se haya cosechado el primero. Puede seguir las pautas para la rotación de cultivos cuando plante de forma sucesiva, para ayudar a mantener el suelo saludable.

Raleo: cuando sus semillas comienzan a crecer, es posible que deba extraer algunas de las plantas pequeñas para darles espacio a las otras.

Trasplante: mover una planta de un lugar a otro, como cuando se trasladan las plantas pequeñas que se sembraron en interior a su huerto durante la primavera.

Enrejado: una escalera o una estructura similar a una cerca que se puede usar para las plantas trepadoras, como el pepino, los guisantes o los frijoles, para darles sostén y algo para treparse.

La *Guía sobre huertos de Ottawa* (Ottawa *Garden Guide)* fue creada por la Red de Huertos Comunitarios (CGN) de Ottawa.

Si desea recibir información sobre los huertos comunitarios en Ottawa, comuníquese con la CGN ubicada en Just Food. Puede comunicarse con nosotros llamando al 613-824-7771 o enviando un correo electrónico a communitygardening@justfood.ca.

Esta guía puede descargarse de forma gratuita desde www.justfood.ca y está disponible en inglés y francés.

Si quiere utilizar una parte de esta guía en su propio proyecto, envíenos un correo electrónico solicitando nuestra autorización. Le pediremos que le dé crédito a Just Food.