





# TALLER **Mi huerta**



Somos una **organización sin fines de lucro**, que trabaja hace más de **20 años** para aliviar la **malnutrición en comunidades de todo el país**, mediante la **construcción de huertas** junto a escuelas y familias en zonas rurales, urbanas y peri-urbanas.



Nuestro objetivo es que cada vez más personas tengan una alimentación sana y diversa a partir de la huerta.



Proponemos que las huertas sean **agroecológicas**, que son las que producen alimentos de manera **sustentable**, cuidando el medioambiente y nuestra salud.

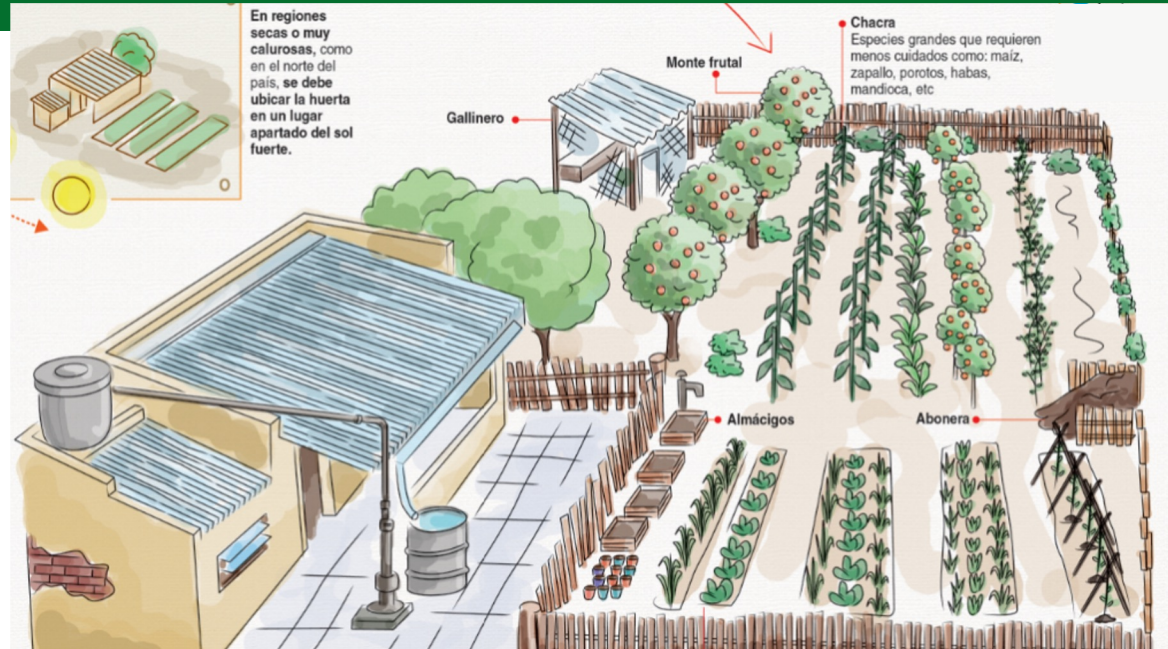


# Huerta Agroecológica



# HUERTA AGROECOLÓGICA

Es un **espacio de cultivo** destinado a la producción de **frutas y verduras** implementando técnicas que respetan y no son invasivas al medio ambiente.



# ¿DÓNDE PUEDO HACER UNA HUERTA?

En un terreno



En una terraza



En un patio



En un balcón



En la cocina







# ¿POR QUÉ ES IMPORTANTE UNA HUERTA AGROECOLÓGICA ?

La huerta agroecológica nos permite producir alimentos sanos, de alta calidad nutricional y libres de químicos.



# Plan de trabajo



## ¿Qué queremos lograr, cómo y cuándo?

- Objetivos
- Recursos
- Actividades
- Cronograma



## ¿Para qué quiero tener una huerta?

- ¿Para experimentar?
- ¿Para autoabastecerme con sus productos?
- ¿Para producir?



## Recursos necesarios para Mi Huerta:

- Recursos naturales
- Recursos materiales

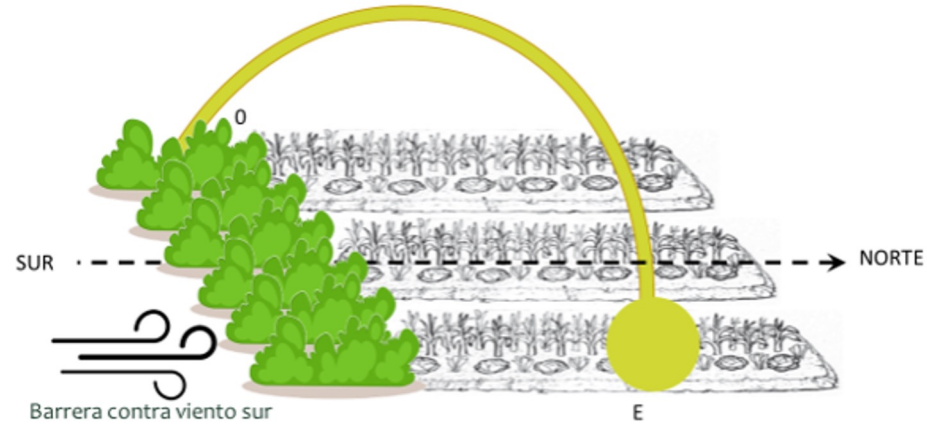




**¿Dónde  
querés hacer  
tu huerta?**

Elegir espacio del terreno, balcón, terraza teniendo en cuenta:

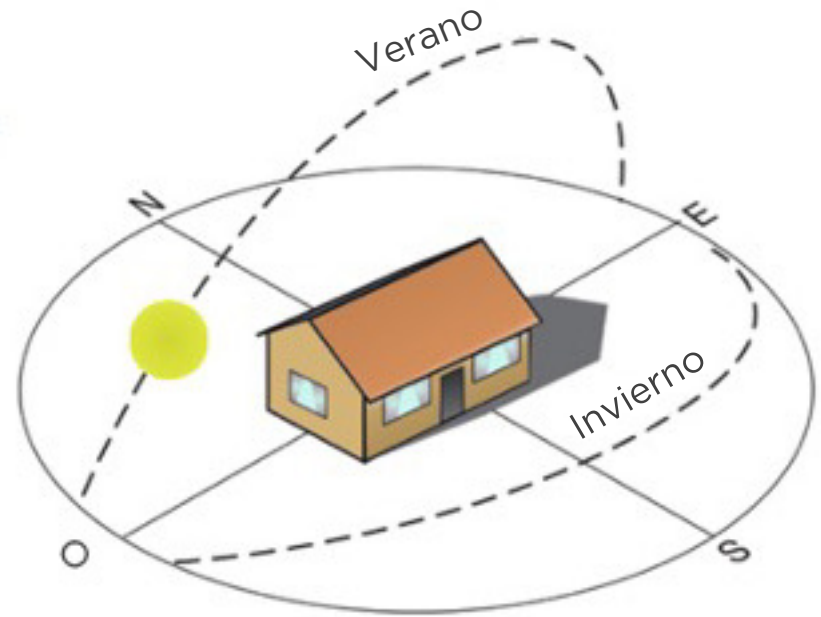
- Horas de luz solar directa
- Horas de luz solar indirecta
- Sombra
- Orientación
- Vientos



Árboles, muros, casas y la escuela misma pueden proyectar sombra sobre la huerta.

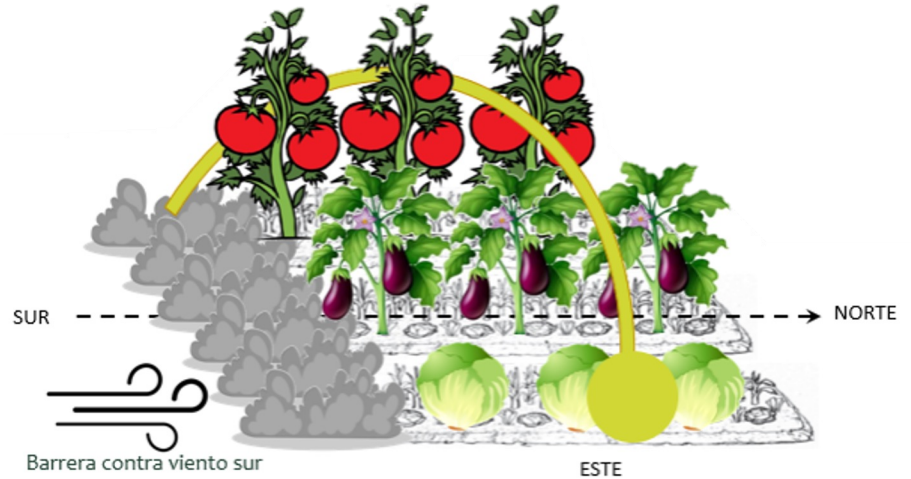


Considerar las variaciones entre las **estaciones** y el **clima** del lugar.



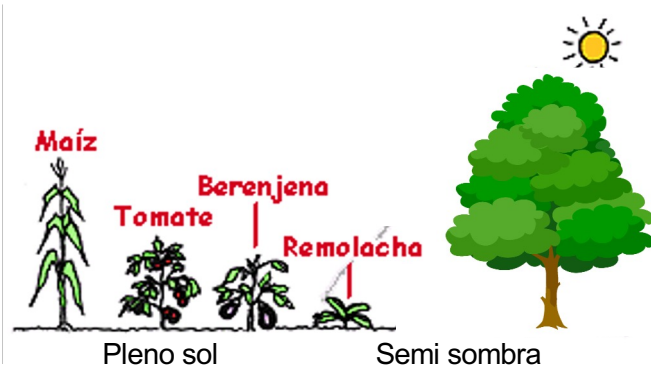


El **orden de los cultivos** es importante para el mejor aprovechamiento de la luz solar



## Consideraciones:

- ✓ Tamaño de los cultivos.
- ✓ Profundidad y ancho de los canteros.
- ✓ Tutoros.
- ✓ Plantas aromáticas en puntos estratégicos.



## En el balcón: Consideraciones:

- ✓ Aprovechar el espacio vertical.
- ✓ Usar contenedores de distintas medidas.
- ✓ Ubicar los contenedores teniendo en cuenta la luz que reciben.
- ✓ Tener en cuenta la accesibilidad a los espacios.
- ✓ Contemplar el peso de los contenedores.



# Suelo

Las características del suelo determinan la **fertilidad de los cultivos** por eso es importante prepararlo y adecuarlo.



CARACTERÍSTICAS	Agua	Nutrientes
TIPO DE SUELO		
Suelo ARENOSO 	SUELO LIGERO FILTRA EL AGUA CON RAPIDEZ	BAJA MATERIA ORGÁNICA
Suelo ARCILLOSO 	SUELO PESADO CASI NO FILTRA EL AGUA	POSEE MUCHOS NUTRIENTES Y MATERIA ORGÁNICA
Suelo LIMOSO 	SUELO PEDREGOZO FILTRA EL AGUA CON RAPIDEZ	LA MATERIA ORGÁNICA QUE POSEE SE DESCOMPONE MUY RÁPIDO

## Enriquecimiento

### ¿Qué es el sustrato?

Es la mezcla de diferentes componentes que ayudan a mejorar la textura y estructura del suelo. Puede elaborarse o comprarse preparado.



### ¿Qué es el compost?

Es un producto obtenido de la transformación de residuos orgánicos por acción de diferentes microorganismos y factores ambientales.



# Riego

Para un riego adecuado hay que **tener en cuenta cómo regar y el horario del día** dependiendo la estación. Se debe mojar bien el suelo sin causar encharcamientos.

El agua para riego debe cumplir con ciertas características:

- Libre de contaminantes.
- Libre de malos olores, sabores y colores.



Estación del año	Cantidad de riegos al día	Horario sugerido
		Atardecer
		Atardecer
		Amanecer
		Amanecer



**Se recomienda acopiar agua de lluvia para el riego.**

## Canteros de altura



## Canteros en neumáticos



## Madera saligna\*



\*Debe impermeabilizarse con pintura asfáltica líquida o aceite de lino.

## Canteros o bancales en suelos



## Madera plástica reciclada







Huerta vertical con palets reciclados. Ideales para aromáticas porque tienen poca profundidad.



Cajón o mesa de cultivo + de 30 cm de altura. Ideal para cultivos de raíz como remolacha o zanahoria.



Cajón móvil + de 25 cm de profundidad. Ideales para cultivos de hoja.



Bolsa de tela para cultivos que requieren mucha profundidad, como la papa.

# Herramientas para el armado y el mantenimiento de la huerta



## Palas de punta

Se usan para puntear la tierra y cavar.



## Rastrillos

Se usan para aflojar el suelo, quitar raíces y yuyos y nivelar el terreno.



## Azada

Se usan para mover tierras previamente roturadas o blandas y formar canteros elevados.

\*Todas las herramientas tienen su versión “de mano” para trabajar en pequeños espacios.

# Herramientas para el armado y el mantenimiento de la huerta



Guantes de algodón



Manguera para riego



Regadera



Etiquetas para siembra

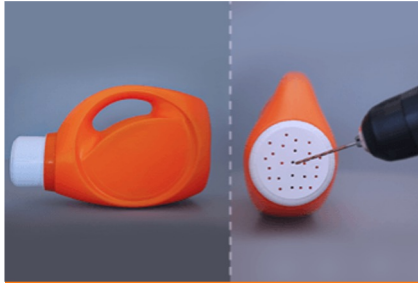


Pulverizador para riego



Bandeja de siembra o almácigos

# Reciclamos – Recursos para la huerta



Regadera



Palita de mano



Espantapájaros



Almacigueras y rotuladores

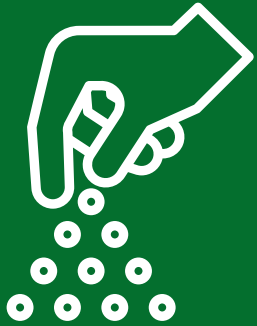


Plantineras



Limitación de canteros

# Manos a la huerta



## ¿Qué vamos a sembrar?

Para definir qué cultivos sembrar en la huerta debemos tener en cuenta:

- El espacio del que disponemos.
- El tiempo que tenemos para dedicarle a la huerta.
- La temporada en la que iniciamos la huerta.



## ¿Cómo y cuándo cultivar?

### Especies de otoño - invierno

Especie	Forma de siembra	Distancia (*)	Días a cosecha
Ajo	Directa: Mar.-Abr.	8-10 x 40	150 - 180
Arveja	Directa: Jun-Ago.	5 x 40	120 - 150
Brócoli	Almácigo: Feb.-Mar. Transplante: Mar.-Abr.	45 x 50	80 - 100
Cebolla	Bulbo: Almácigo: Mar.-Abr. Directa: Abr.	10 x 40	270
	Verdejo: Almácigo: Feb.-Jun. Directa: Mar.-May.	5 x 40	150
Coliflor	Almácigo: Feb.-Mar.	50 x 70	60 - 150
	Transplante: Mar.-Abr.		
Escarola	Directa: Feb.-Mar. (Ralejar)	30 x 30	80 - 100
Espinaca	Almácigo: Feb./Mar. - Jun	10 x 40	45 - 60
Haba	Directa a golpe: Abr. May.	25-30 x 70	150 - 180
	Directa a golpe: Jun. Jul.	20 x 40	120

# El planificador de huerta

En el planificador del Pro huerta (INTA) figura toda la información necesaria para iniciar una huerta.

Brinda datos sobre semillas, fechas y tipos de siembra, asociación y rotación de cultivos, cultivo escalonado, días de cosecha, cosecha de semillas.

Botánica		Diseño de la huerta										Labores de cultivo		Planificación de siembras	
Código de cultivo	Nombre	Clase de cultivo	Clase de huerta	Clase de siembra	Clase de asociación	Clase de rotación	Clase de cultivo escalonado	Clase de cosecha	Clase de cosecha de semillas	Clase de siembra	Clase de asociación	Clase de rotación	Clase de cultivo escalonado	Clase de cosecha	Clase de cosecha de semillas
100-001	Tomate	Frutales	Frutales	Frutales	Frutales	Frutales	Frutales	Frutales	Frutales	Frutales	Frutales	Frutales	Frutales	Frutales	Frutales
100-002	Lechuga	Verduras	Verduras	Verduras	Verduras	Verduras	Verduras	Verduras	Verduras	Verduras	Verduras	Verduras	Verduras	Verduras	Verduras
100-003	Alfalfa	Forrajes	Forrajes	Forrajes	Forrajes	Forrajes	Forrajes	Forrajes	Forrajes	Forrajes	Forrajes	Forrajes	Forrajes	Forrajes	Forrajes





En la Argentina, debido a su amplia extensión, se aplica un calendario de siembra que indica las correcciones a realizar según la zona del país en la que nos encontramos.

Zona	Cuando sembrar en:	
	PRIMAVERA - VERANO	OTOÑO - INVIERNO
1	Según indica planificador de siembra	
2	15 a 30 días antes de lo indicado	15 días después
3	Igual zona 2. Pero del 15/12 al 15/02 no sembrar por los fuertes calores	Igual Zona 2
4	15 a 30 días después de los indicado	15 a 30 días antes de lo indicado
5	A partir de septiembre, todos los cultivos de PV y OI igual que zona 4	No se puede sembrar al aire libre

\*Fuente: Instituto Nacional de Tecnología Agropecuaria. Programa ProHuerta







## Cultivos de semi sombra (menos de 6 horas de luz)

- ✓ Acelga
- ✓ Espinaca
- ✓ Lechuga
- ✓ Rúcula
- ✓ Perejil
- ✓ Puerro



## Cultivos de pleno sol (más de 6 horas de luz)

- ✓ Ajo
- ✓ Cebolla
- ✓ Habas
- ✓ Coliflor
- ✓ Zanahoria



OTOÑO  
INVIERNO



## Cultivos de semi sombra (menos de 6 horas de luz)

- ✓ Albahaca
- ✓ Acelga
- ✓ Rabanito
- ✓ Lechuga
- ✓ Rúcula
- ✓ Perejil



## Cultivos de pleno sol (más de 6 horas de luz)

- ✓ Morrón
- ✓ Tomate
- ✓ Berenjena



PRIMAVERA  
VERANO



# AROMÁTICAS

Especie vegetal cuya importancia radica en su aroma y/o sabor.

- ✓ Plaguicida natural.
- ✓ Beneficiosa para la salud.
- ✓ Atractora de polinizadores.



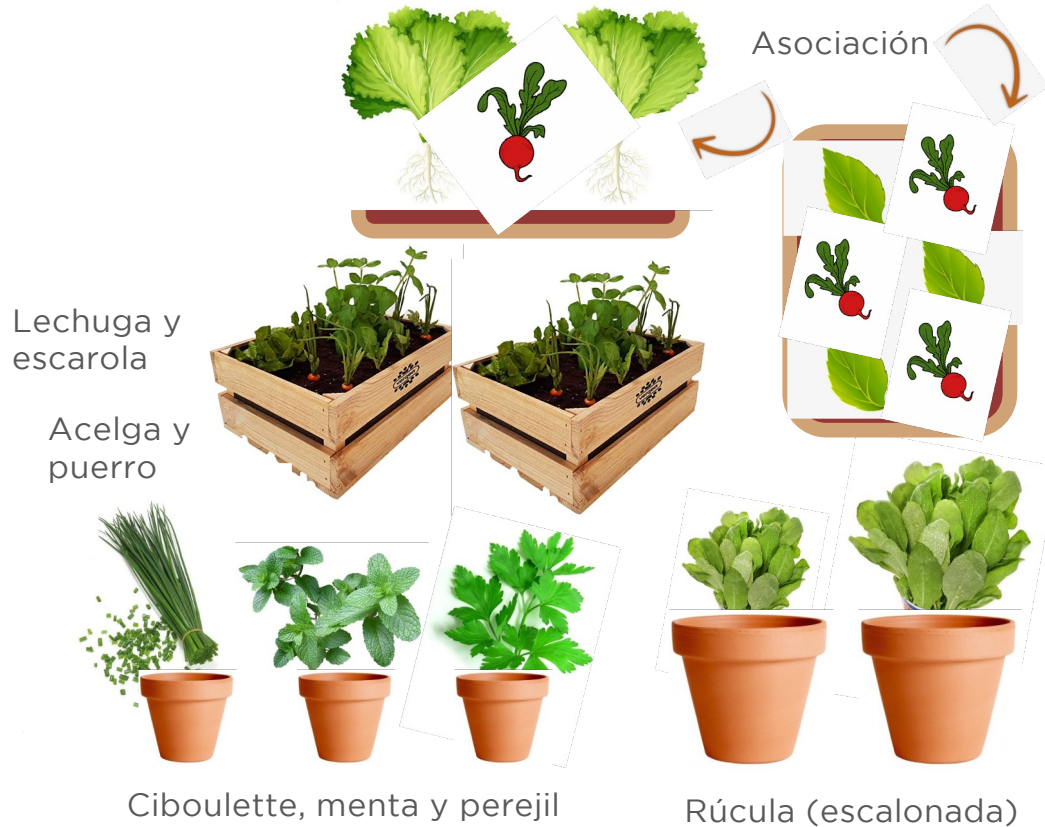


ESPECIE	CIBOULETTE	MENTA	PEREJIL
LUZ	Semi sombra		
RIEGO	Aproximadamente 2 veces por semana en invierno		
CLIMA	No resiste heladas		Resiste todo tipo de clima
CICLO	Perenne		Bianual
PLAGAS	Repele pulgones, gorgojos y mosca	Repele hormigas y pulgones	Repele escarabajos de los espárragos y los gusanos cortadores
USOS	Reduce el colesterol, mejora el sistema circulatorio y digestivo	Antibacteriano, antifúngico y cardiotónico	Diurético, previene cólicos y presión arterial en infusiones



# ¿Qué cultivar?

## Cultivos de semi-sombra



# Siembra

El método de siembra depende de las características de las semillas y de los cultivos. Se recomienda agrupar las plantas de acuerdo al tamaño que alcanzan y al tiempo que permanecen en el terreno hasta la cosecha.

- SIEMBRA DIRECTA
- SIEMBRA A GOLPE
- SIEMBRA EN ALMÁCIGO
- SIEMBRA A CHORRILLO



Consiste en sembrar las semillas en el terreno donde se desarrollarán los cultivos. Se siembra en el mismo lugar que se cosecha.

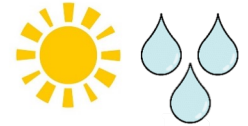


Todas las semillas, sin importar su tamaño, se colocan a una profundidad de 3 veces su tamaño.

Es un tipo de siembra indirecta. Las semillas se siembran en un recipiente, se cuidan los cultivos hasta el momento indicado y luego se trasplantan al lugar definitivo, donde se realizará la cosecha. Un almácigo puede hacerse en maceta u otro tipo de contenedor.



Bandeja, plak o almáciguera



No olvidar el riego y ponerlos al sol una vez que brotan.



La profundidad de siembra se define por el tamaño de la semilla.



## ¿Cuándo trasplantar?

- ✓ Consultar el planificador de huerta o calendario de siembra.
- ✓ El plantín debe tener al menos 4 hojas.
- ✓ El tallo tiene que ser firme.
- ✓ El plantín debe medir entre 8 y 10 cm.

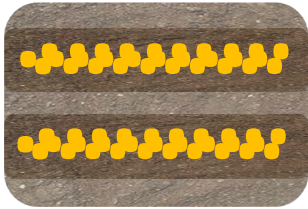


## ¿Cómo hacer el trasplante?

- ✓ Regar el área donde se ubicará el cultivo.
- ✓ Preparar los hoyos donde se realizará el trasplante.
- ✓ Regar el cultivo inmediatamente después de trasplantar.
- ✓ Después de trasplantar no apelmasar la tierra alrededor del plantín.



Es un tipo de siembra directa. Se realiza un surco poco profundo en la tierra y en el mismo **se dispone una hilera de semillas**. Luego se cubren las semillas con una fina capa de sustrato.



Siembra a chorrillo



“Repique” de las más pequeñas.

Es un tipo de siembra directa. Se realiza un surco poco profundo en la tierra y **las semillas se colocan una a una a la distancia que corresponda según el cultivo**. Luego se cubren las semillas con una fina capa de sustrato.

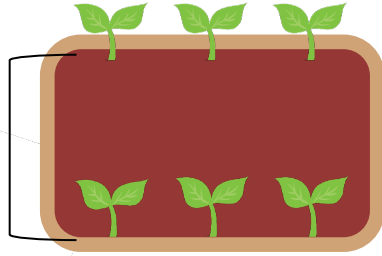


Siembra a golpe



Depende del tipo y variedad de cultivo a sembrar.

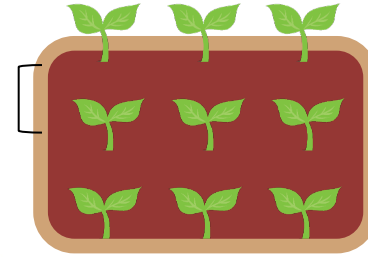
Acelga  
70cm distancia  
entre hileras



20cm distancia entre plantas



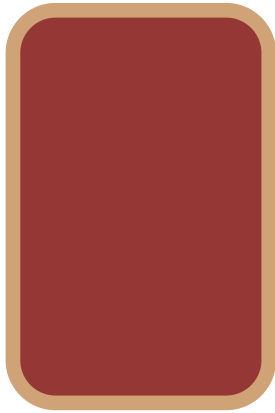
Lechuga  
30cm distancia  
entre hileras



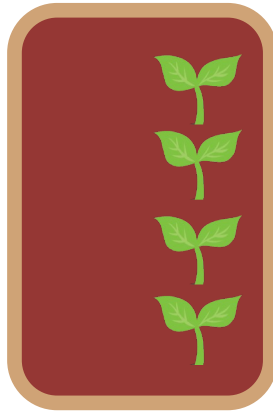
20cm distancia entre plantas



Consiste en aprovechar la velocidad de crecimiento de algunas especies para obtener más producción en el mismo espacio.



Mes 1



Mes 2



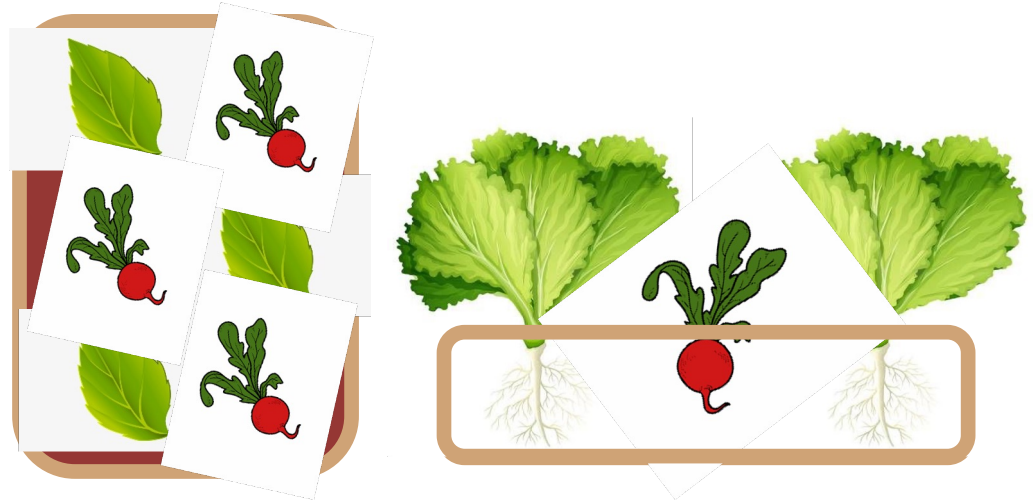
Mes 3



Etiquetar cultivos con nombre y fecha.

La asociación de cultivos consiste en combinar nuestros cultivos en el espacio de la huerta, de manera tal que no compitan entre sí por LUZ, ESPACIO y NUTRIENTES necesarios para el crecimiento de cada uno.

Los cultivos se asocian también con la intención de promover el control de plagas y la polinización.



# Cosecha

Es el momento más esperado en cualquier huerta. La cosecha llega cuando los cultivos están maduros y listos para ser sacados de la tierra.

Para saber cuándo cosechar cada cultivo es necesario conocer la **fecha de la siembra** y consultar el **planificador de huerta**.





La poda intensiva potencia el crecimiento.



Cortar a 5cm desde la raíz.



Higienizá y sanitizá tus vegetales antes de consumir.

La menta permite hasta 3 cortes por año.



La rúcula tendrá hasta 5 re brotes cada 10/15 días.



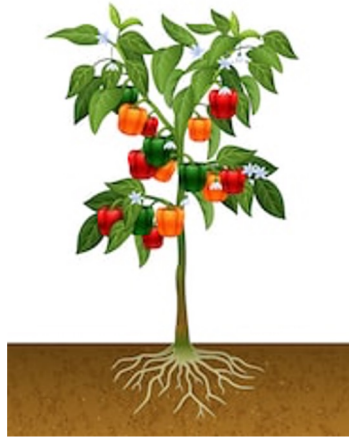
Podemos cosechar solo las hojas que vamos a consumir, desde afuera hacia adentro y la planta seguirá creciendo.



Cada fruto produce  
+120 semillas



Cada semilla  
produce 1 planta

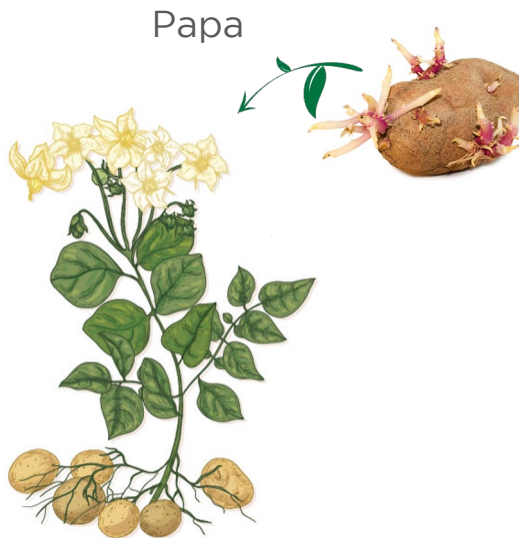


Cada planta produce  
de 5 a 15 frutos





Ajo



Papa

Tomate




...en la heladera



Zapallo



Morrón



Un plato  
colorido nos  
garantiza una  
alimentación  
**SALUDABLE,**  
**NUTRITIVA y**  
**DELICIOSA.**



# ¡GRACIAS!



 [www.mihuerta.org.ar](http://www.mihuerta.org.ar) |  [info@mihuerta.org.ar](mailto:info@mihuerta.org.ar)

  SEMBRA FUTURO