



## 10 Motivos para cultivar alimentos en nuestra huerta

JAVIER SOUZA CASADINHO

CENTRO DE ESTUDIOS SOBRE TECNOLOGÍAS APROPIADAS DE LA ARGENTINA  
/RED DE ACCIÓN EN PLAGUICIDAS Y SUS ALTERNATIVAS DE AMÉRICA LATINA

Todos los seres vivos necesitamos alimentarnos con la finalidad de crecer, desarrollarnos y realizar nuestras funciones vitales (correr, trabajar, soñar), a los humanos obtener estos alimentos nos lleva una parte de nuestra vida, ya para cultivarlos como para obtener los ingresos suficientes para adquirirlos en el mercado



Diversas causas entre las que sobresalen: el bajo acceso a los bienes comunes naturales (acaparamiento de la tierra y el agua), la falta de trabajo, los bajos salarios, la suba en los precios de los alimentos y el cambio climático determinan que una cantidad creciente de personas no accedan a una alimentación adecuada en cantidad y calidad. Obtener por nuestros medios una parte de nuestros alimentos no solo nos permitirá alimentarnos mejor, sino ocupar nuestro tiempo, generar trabajo, hermosear nuestra casa, crear ingresos y hacernos más libres e independientes de todos aquellos que impiden la consecución de la soberanía alimentaria

**Todo está listo al agua, el sol y el barro, pero si falta usted, no habrá milagro (Joan Manuel Serrat, 1974)**

### **1/ Nuestra casa está más linda.**

Los colores, los olores, las formas y las asociaciones de plantas de nuestra huerta harán que los espacios libres y compartidos, por ejemplo el jardín, de nuestra casa luzcan mejor. Las flores de caléndulas, tagetes, arvejas, ajíes, tomates dotarán de colores diferentes a nuestros espacios así como también atraerán a toda clase de insectos, pájaros y otros seres vivos.



## 2/ Podemos ahorrar dinero.

El cultivo de nuestra huerta nos permitirá ahorrar dinero y, al mismo tiempo, obtener las hortalizas en el momento oportuno en que las necesitamos. La cantidad de hortalizas que podemos producir dependerá del espacio dedicado a la huerta, de cómo lo utilizamos, del método de cultivo, de la calidad del suelo, del riego y también cuanto tiempo le podemos dedicar. Una huerta de 50 m<sup>2</sup> nos puede permitir obtener cerca de 200 kg de hortalizas, con un valor de 30.000 pesos, al año. Si además obtenemos nuestras semillas y plantines el ahorro puede llegar a 4.000 pesos al año y si producimos nuestro propio abono a 3.000 pesos cada año.



## 3/ Podemos alimentarnos mejor.

Las plantas cultivadas en nuestra casa, producidas en suelos con abundante abono orgánico, no solo crecen mejor sino que además poseen más cantidad de vitaminas, minerales y poseen mejor sabor que aquellas cultivadas en base a fertilizantes y plaguicidas químicos. A su vez, estas plantas poseen un mejor sabor y color dadas las variedades que cultivamos, por ejemplo el tomate platense y el zapallo plomo. Los consumimos frescos, recién cortados, aspecto que hace a su sabor y textura. Por último, dado que en nuestra huerta agroecológica no usamos plaguicidas nuestras hortalizas son más sanas al carecer de restos de estos tóxicos que dañan nuestra salud. También podemos producir plantas medicinales y aromáticas con las cuales logramos realizar infusiones, cocimientos, tinturas y pomadas para prevenir y curar enfermedades, por ejemplo podemos incluir variedades de Menta, Melisa, Ruda y Caléndulas.



## 4/ Podemos reciclar nuestros residuos.

En efecto, la huerta agroecológica familiar posibilita obtener abono compuesto, a partir del reciclaje de todos los residuos de origen orgánico. Todo lo que alguna vez vivió (yerba,

cascaras de hortalizas y frutas, hojas secas y verdes) puede utilizarse. Este abono mejora las características físicas, químicas y biológicas de los suelos posibilitando un mejor crecimiento y desarrollo de las plantas. Las plantas que crecen en suelos sanos son más saludables y a su vez alimentan a personas sanas. En el mismo sentido, las cajas, los maples de huevo, las latas grandes de dulce pueden utilizarse para hacer almácigos mientras que las latas más pequeñas las podemos usar para hacer repiques y /o poner plantas. Los frascos, de dulces o café, los podemos utilizar para conservar semillas. Las cubiertas en desuso, los caños de desagüe, pueden utilizarse para hacer tabloncillos o bancales donde cultivamos nuestras hortalizas.



#### 5. Obtenemos hortalizas, o sus variedades, que no se hallan en el mercado.

En los supermercados y verdulerías solemos obtener las hortalizas que los productores consideran rentables cultivar y que los comerciantes prefieren ofrecer, ya sea porque resisten el transporte o porque mantienen su aspecto durante la fase de comercial, dejando de lado las especies y variedades que poseen un mejor sabor, color, gusto y aroma. Es el caso de los tomates plántense, el zapallo plomo, las calabazas, las chauchas japonesas, las chauchas de metro, las berzas, el tomate criollo, el tomate amarillo, etc. En este caso solo si obtenemos las semillas y cultivamos estas variedades, podremos volver a sentir el gusto por estas hortalizas tan ricas como nutritivas.



#### 6. Podemos generar ingresos monetarios.

Además de ahorrar plata y alimentarnos mejor, el cultivo de vegetales nos permite generar ingresos, ya sea por la venta de hortalizas como de semillas, plantines y abono. Si nuestra huerta posee un tamaño adecuado, y cuidamos de manera apropiada nuestras plantas, podemos obtener excedentes para vender o intercambiar con nuestros vecinos. Si al final del ciclo de cultivo dejamos dos plantas, por ejemplo de rucula, acelga o radicheta, podremos obtener semillas para nuestro propio cultivo, para regalar o intercambiar con los vecinos. También la confección y venta de plantines, realizados con nuestras propias semillas, con

nuestro propio abono y en macetas recicladas, puede convertirse en una actividad placentera y que posibilita obtener adecuados ingresos



### 7. Compartir, y aplicar, tecnologías, saberes y prácticas.

La huerta nos posibilita valorar, compartir y co - crear saberes entre los miembros de las familias en múltiples dimensiones y aspectos, por ejemplo sobre manejo del suelo, la realización de abonos, el manejo de los insectos con preparados caseros, y hasta en la preparación de los alimentos. Saberes situados, tecnologías apropiadas construidas y recreados en las propias comunidades desde las propias experiencias y prácticas.



## 8/ Ocupar nuestro tiempo libre.

Planificar y ejecutar las tareas que demanda el cultivo de vegetales demandan, además de conocimientos, una parte de nuestro tiempo. Tiempo para para hacer los bancales, para preparar el suelo, para sembrar, trasplantar, regar, y cosechar, la tarea más gratificante. Una huerta de 50 M2 demanda aproximadamente entre 10 a 12 horas por semana según la época del año y el estado de los cultivos. Este tiempo, que podemos compartir con nuestra familia, puede programarse a lo largo de la semana, siempre y cuando estemos atentos a los ciclos de las plantas y sus demandas de agua, abono y otro cuidados.



## 9/ Aprovechar el espacio libre de nuestra casa.

Podemos diseñar y cultivar en nuestra huerta de múltiples formas, según nuestro espacio disponible, nuestras costumbres y saberes. En este sentido es posible realizar nuestra huerta de modo tradicional, en el suelo, o también la denominada agricultura vertical aprovechando caños, botellas de plástico, contenedores, etc. Podemos hacer huerta / jardín entre la plantas de rosas, caléndulas, dalias, sobre mesas y aun en macetas en el mismo patio. Solo debemos recordar que las plantas requieren entre 7 y 9 de luz por día y que el tamaño del recipiente sea adecuado para contener las raíces de una planta adulta de la especie que queremos cultivar.



## 10/ cultivar nuestra huerta nos hace más libres y felices.

Obtener nuestros propios alimentos, con nuestras semillas, hacerlo en el momento oportuno y necesario nos independiza de las decisiones de los agentes del mercado, sus imposiciones de precios, de variedades, sobre el estado de calidad y tipo de vegetales. Pero también nos independiza del estado y sus decisiones acerca de que debemos sembrar o de que alimentos se pueden recibir. Libres de acción y libres de decisión. Creativos, organizados e independientes.



## Recordemos

Volvemos al inicio, podemos a partir de nuestra huerta obtener alimentos de alta calidad, podemos generar ingresos, podemos recuperar el cultivo de especies de hortalizas olvidadas, para ello necesitamos un espacio de cultivo, las semillas, el agua, las herramientas y tiempo ... un tiempo de trabajo, creatividad, de descanso reparador donde ponemos nuestros sueños y prácticas.....si bien las plantas pueden crecer solas se hace necesario acompañarlas y cuidarlas

Si quiere contarnos como le va con su huerta, no lo dude y nos escribe a [csouza@agro.uba.ar](mailto:csouza@agro.uba.ar)