

TERRAZA Y JARDÍN

huerto urbano

**TRUCOS Y
GUIA DE
PLANTAS**

Publicación bimestral - Número 8 - P.V.P 3,50€

ORQUÍDEAS

Todo el año en tu casa

TERRAZA TROPICAL

Un oasis de colores

ILUMINACIÓN

En la terraza y el jardín

**EL HUERTO URBANO
"ESPINAKAS"**

Visitamos un huerto vecinal

**PLANTAS
MEDICINALES**

La botica en tu
terrazza y jardín



TAPAS y Pintxos

MÁS DE 100 TAPAS Y PINTXOS Nº28 PVP: 4,50€

LAS TAPAS DEL CHEF



Especial CANAPÉS



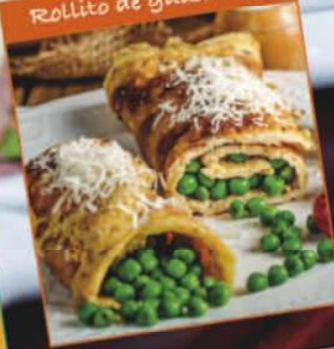
TAPA ESTRELLA



Tostada de cigala



Rollito de guisantes



TAPAS Pintxos



¡Ya en tu quiosco!

SUMARIO N°8



02 TERRAZA Y JARDÍN TROPICAL
Un oasis de colores

08 TRUCOS PARA LA TERRAZA

10 TIPOS DE CÉSPED

14 ORQUÍDEAS EN CASA

18 TRUCOS PARA EL JARDÍN

22 LA MORERA

24 LA BOTICA

Plantas medicinales y aromáticas

30 PLANTAS DE INTERIOR

Guía de plantas

32 PLANTAS DE EXTERIOR

Guía de plantas

34 TRUCOS PARA EL HUERTO

38 ILUMINACIÓN EN TERRAZA Y JARDÍN

40 A FONDO: EL HIBISCO

42 HUERTO URBANO "ESPINAKAS"

44 TU HUERTO URBANO

48 CALENDARIO DEL HUERTO



EDITA

Productos Editoriales Sanz, S.L.
Director General
Adrián Goñi

Distribución en España

LOGISTA PUBLICACIONES, S.L.

Administración

Avda. de América, 31 - 4º Pta.2
28002 Madrid - España
gerencia@edirights.com

Impresión

JOMAGAR

DISTRIBUCIÓN INTERNACIONAL

Importador para México:

Cia. Importadora de Revistas, S.A. de C.V.

Distribuidor en México:

Ibermex Distribuidora, S.A. de C.V.

Distribución en Venezuela:

Distribuidora Continental, S.A.

Distribución en Colombia:

Distribuidoras Unidas, S.A.

Dirección y Redacción

Blanca Martín
terrazayjardin2015@gmail.com

Textos: Álvaro Martín

Depósito legal: M-26763-2015.

PRINTED IN SPAIN

Todos los modelos, labores, fotografías, dibujos y textos son propiedad de Productos Editoriales Sanz, S.L. y queda prohibida su reproducción total o parcial por cualquier procedimiento mecánico, informático u otro similar, requiriendo para ello la autorización expresa de la editorial. La editorial no se hace responsable de los contenidos realizados por colaboradores

TERRAZA TROPICAL

Un oasis de colores

Cuando uno piensa en plantas tropicales le da la impresión de que pertenecen a climas muy concretos y que tal vez sean más difíciles de reproducir si no vivimos en lugares calurosos y húmedos. No obstante, si pensamos en la exuberancia de frondosas plantas, grandes hojas de verdes intensos, y vistosas flores... es fácil que queramos tener un jardín o una terraza tropical que da un precioso toque exótico a nuestra casa. Por lo tanto vamos a intentar hacer todo lo que podamos por traer este tipo de plantas y parte de su hábitat a nuestro hogar. A continuación te ofreceremos una serie de consejos para ello, y también algunas ideas en forma de plantas sobre las que detallaremos sus características y cuidados.

CLIMA

El clima tropical se caracteriza por unas temperaturas medias que nunca bajan de los 18°C, ni siquiera en invierno. El calor suele ser predominante, por tanto, en zonas de influencia tropical. Esto nos da la primera pista sobre las plantas que colocaremos en este tipo de jardines. Serán ejemplares que no tolerarán bien el frío, y mucho menos las heladas. En áreas tropicales jamás se produce una helada.

Por otra parte, hay muy poca diferencia en las temperaturas diurnas y nocturnas, siendo el denominador común el calor. Y ante la incidencia tan potente de los rayos del sol, hay más evaporación del agua, hecho por el cual suele haber una importante humedad ambiente. Esto es lo que vamos en las zonas selváticas, por ejemplo, de Brasil o Filipinas.

No es que tengamos que vivir en una zona de estas características para poder tener un jardín tropical, ya que varias de las plantas que vamos a desglosar a continuación se adaptan bien, pero sí que es cierto que debemos procurar aportarles, en la medida de lo posible, todos los aspectos que tenían en su lugar de origen, tales como sol, calor, ausencia de cambios demasiado bruscos de temperatura, y cierta humedad. Tal vez lo más problemático en este caso sean las variaciones entre la noche y el día o entre las estaciones. Esto lo podemos mitigar protegiendo las plantas, instalando sistemas especiales de calefacción, o metiéndolas en interior cuando las temperaturas caigan súbitamente. En ocasiones bastará con unas bolsas transparentes durante la noche, combinado con un buen mul-

ching o acolchado. El otro factor que puede darnos problemas es la humedad ambiente. Existe la posibilidad del riego por finas aspersiones que dejará una capa de rocío, la cual al evaporarse dejará cierta humedad entre las plantas, y también tenemos la opción de vaporizar nuestras plantas e instalar vaporizadores automáticos. Una buena idea para aportar cierta humedad ambiente puede ser instalar un estanque, para lo cual no es necesario mucho trabajo, ya que actualmente se venden recipientes con distintos tamaños y niveles totalmente impermeabilizados para ser instalados en un hoyo y llenados de agua, grava, plantas, etc.



Sin embargo, volviendo al inicio de este párrafo, no es necesario tener grandes requisitos sino cuidar bien de nuestros ejemplares para que se sientan cómodos fuera de su hábitat natural.

ALGUNAS PLANTAS

BROMELIA

Género que engloba varias plantas tropicales de las bromeliáceas. Algunas bromelias crecen sobre rocas o troncos secos, aunque las hay de muchos tipos. Son hermafroditas y presentan características flores con profundos cálizos. No suelen tener tallos, por lo que las hojas emergen sin más de la base, las cuales suelen ser pinnadas. Las bromelias tienen un peculiar sistema de crecimiento en el que una hoja crece superpuesta a la anterior con el objetivo de crear una estructura con recovecos que atrape el agua del ambiente y de las lluvias.

Estas plantas pueden verse en lugares del continente americano, desde los Estados Unidos hasta Argentina, pasando por el resto de países sudamericanos. Algunas bromelias se han usado históricamente para confeccionar tejidos, y otras para la alimentación mediante sus frutos. Hoy en día ya apenas se hace, y su ingesta es algo que bajo ningún concepto debe llevarse a cabo. En general se trata de una planta de fáciles cuidados y no muy exigente. Un dato importante que debe saber: las bromelias florecen una sola vez, que puede durar entre 3 y 6 meses. Pasada esta etapa, cuando la flor se marchita, es momento de hacerse con un nuevo ejemplar. Por otra parte, estaremos atentos porque pueden crecer hijuelos en la base justamente tras (o durante) la floración, los cuales podemos separar una vez estén crecidos, obteniendo de ahí una nueva planta con su nueva floración.



CUIDADOS:

Riego: abundante y frecuente pero sin encharcar. Deje que el agua se vaya colando por los recovecos que crean sus hojas, y la planta la irá dosificando. Importante un buen drenado.

Ambiente: semisombra, preferiblemente que no le alcance fuerte sol directo. No a todas las bromelias les gusta el calor y la humedad. Las de hoja fina están bien en ambientes húmedos, pero las demás prefieren algo de sequedad. Solo las sacaremos al exterior cuando las temperaturas empiecen a suavizar. Por lo demás son buenas plantas de interior.

JENGIBRE ROJO (*Alpinia purpurata*)

Estamos ante una planta de la familia de las zingiberáceas, pariente del clásico jengibre tan empleado en los remedios naturales y en la alimentación. Sin embargo



esta que nos ocupa no es comestible. Tiene su origen en Malasia, y también es llamada platanillo o flor de cera, por la apariencia, o más bien la textura, que tienen sus inflorescencias. Sus tallos, con hojas alargadas y rematados en inflorescencias rojizas espigadas, pueden llegar a los 2 metros de altura, aunque rara vez se han llegado a ver algunos de 5 metros. Recalcar que las partes rojizas son brácteas, dentro de las cuales crecen diminutas flores blanquecinas.

El jengibre rojo crece bien allí donde no existan las heladas, y de hecho tiene cierta tendencia a expandirse casi de forma invasiva, así que tendremos que ir controlando su desarrollo, o instalarlo en macetas. Al igual que las bromelias, cuando acaba la floración suelen salir nuevos ejemplares de donde estaban ubicadas las inflorescencias después del periodo de floración.

CUIDADOS

Riego: más frecuentes en verano, con hasta 3 veces por semana. Según el invierno sea seco o húmedo, regaremos cada semana o cada dos semanas.

Ambiente: pleno sol o semisombra, procurando que le llegue algo de sol directo al día. Recomendable una temperatura que no baje nunca de 16°C. A más calor en el ambiente, más necesario será pulverizar agua.

STRELITZIA (*Strelitzia reginae*)

La strelitzia es una planta originaria de Sudáfrica cuyas flores son muy llamativas adoptando una forma similar a la de un pájaro. Se trata de una planta herbácea perenne que crece en forma de semi arbusto. No suele llegar a los dos metros de altura, y sus hojas son persistentes y ovales. Cada tallo puede tener hasta 8 flores de colores amarillos, naranjas y azules, y pueden emerger varias veces al año. Por la semejanza de sus flores, es también llamada "flor ave del paraíso".



Es una planta a la que podemos cortarle las flores para decorar un centro, por ejemplo, en nuestro salón. Es muy utilizada para borduras y arriates ya que tiene un tamaño mediano y un crecimiento controlado, y además es muy vistosa por lo que resultará el toque más original de tu jardín. En una zona de clima mediterráneo es muy probable que puedas tenerla en el jardín todo el año. Resiste muy bien las corrientes de aire.

CUIDADOS

Riego: espaciados, no es una planta que tenga muchas necesidades hídricas.

Ambiente: esta planta podemos situarla en un lugar donde le llegue el pleno sol. La temperatura no debe bajar de los 10°C para que florezca, y que nunca llegue a los 0°C porque sería letal para esta planta.

ANTURIO

Del género *Anthurium* proceden casi mil especies diferentes de clima tropical, cuyo primer ejemplar fue descubierto en Costa Rica. Tienen su origen en Sudamérica y suelen ser de hoja caduca, entre las que tenemos herbáceas, trepadoras, o rastreras, por poner algunos ejemplos. El Anturio es muy apreciado porque tanto sus hojas como sus flores son ciertamente vistosas. Sus hojas son gruesas y resistentes, de forma lobulada, similar a una mano o a un corazón. Lo más bonito tal vez esté en el espádice (que no es la flor) el cual tiene forma espigada y está rodeada por una plataforma de apariencia similar a las hojas pero de vivos colores como el rojo intenso. Es muy difícil lograr que esta parte tan bella emerja. Esta planta se usa mucho en interior también, ya que para vivir correctamente necesita que no haya cambios bruscos de temperatura. Podemos añadir al sustrato turba y musgo para que tenga un entorno húmedo y suelto.



CUIDADOS

Riego: frecuentes pero dejando que drene bien la planta.

Ambiente: necesita un ambiente húmedo con periódicas pulverizaciones. Por lo demás, es mejor ubicarlo en la semisombra y prevenir el exceso de sol directo.

ACHIRA (*Canna x generalis*)

Se trata de una especie tropical hibridada en el siglo XIX perteneciente a la familia de las zingiberáceas. Es herbácea y posee rizomas que le nutren y sustentan. Puede llegar a medir 2 metros de alto, con unas hojas elípticas de bastante envergadura y longitud que pueden variar su coloración entre diferentes tonos. La floración de la achira tiene lugar generalmente en verano en grupos de inflorescencias de apariencia arrugada y de tonos cálidos



como el amarillo, naranja o rojizo.

Las achiras forman geniales grupos entre sí, de manera que ellas solas nos darán un toque de color llamativo en puntos estratégicos del jardín. No es muy exigente en cuanto a tipos de sustrato, ni tampoco conlleva unos cuidados muy dedicados.

CUIDADOS

Riego: abundante y frecuente. Gusta de buenas cantidades de agua, pero debemos evitar encharcamiento.

Ambiente: puede llegarle algo de sol directo, y también está cómoda en la semisombra. Es preferible que la temperatura no baje de 0°C, aunque es una gran planta para tener en el exterior.

IXORA (*Ixora coccinea*)

La familia de las ixoras es las rubiáceas, y estas componen un género con más de 500 ejemplares distintos, sin bien vamos a centrarnos en este caso en la coccinea. Procede de Asia, crece con porte arbustivo y nos ofrece unas preciosas y copiosas inflorescencias. También es llamada flor de Santa Rita, y sus coloraciones pueden variar en diferentes tonos, generalmente cálidos. Sus florecillas son de pequeño tamaño, con pétalos puntiagudos y en grandes ramilletes.

CUIDADOS

Riego: copiosos y abundantes sin llegar a encharcar

Ambiente: protegerla del sol directo, así que mejor en la semisombra. Necesita un ambiente con cierta humedad, por lo que trataremos de pulverizarla con agua frecuentemente una vez terminada la floración. Además no gusta de climas fríos.



LIRIO AFRICANO (*Agapanthus africanus*)

Planta de la familia de las amarilidáceas originaria de



Agapanthus africanus
Hedwig Storch

Sudáfrica, caracterizada por sus llamativas flores azuladas. Es una planta herbácea de hoja perenne que no alcanza grandes alturas, alcanzando más bien unos pocos centímetros, o acaso un metro. Sus hojas son alargadas, sus raíces tuberosas y las flores pueden tener hasta 5 centímetros de diámetro, y se resuenen en grupos de varios ejemplares de un azul muy llamativo. Hay variedades de floración blanca. Su etapa de floración es en primavera y verano. Se ha usado mucho como planta ornamental por su buena apariencia y cuidados no demasiado complejos. Como curiosidad, es una planta que requiere humedad constante, por lo que donde primero se cultivó fuera de su hábitat fue en Reino Unido y en Irlanda.

CUIDADOS

Riego: frecuente, especialmente durante la floración.

Ambiente: pleno sol en zonas de climas suaves, pero procuraremos darle sombra en los momentos más duros del día si vivimos en zonas muy calurosas. No soportará bien las heladas.

LLAMA DE ANTORCHA (*Billbergia pyramidalis*)

Es una planta de las bromeliáceas procedente de Brasil y otras zonas de Latinoamérica. Son plantas que se pueden adaptar a diversos emplazamientos, tanto en suelos como en madera (epífitas). Si se alojan en tierra tienen un crecimiento más estable y rápido, mientras que en un árbol optan por ir trepando lentamente alrededor del tronco. Las flores suelen emerger todas a la vez, en colores rojizos y con la característica forma, como de llama, que le da su sobrenombre a la planta, "antorcha". Emergen en primavera o verano, duran menos de un mes, tras lo cual se marchitan. Lo cierto es que se trata de un ejemplar que no tiene grandes requerimientos, que además no es objeto de plagas invasoras.

CUIDADOS

Riego: ocasional cuando el sustrato esté seco.

Ambiente: sombrío o semisombra, pero no demasiada cantidad de sol directo.



Billbergia pyramidalis
'Variegata-kenpei

CLIVIA (*Clivia miniata*)

En este caso nos hallamos ante una planta herbácea sudafricana que pertenece a las amarilidáceas y se caracteriza por tener unos rizomas, porte herbáceo y una floración muy vistosa. A finales del invierno o principios de primavera, aparece la citada floración en agrupaciones color naranja en los extremos de los tallos florales. Rara vez supera el medio metro de altura. Al igual que la antorcha, es una planta ideal para zonas de poca luz directa. Su nombre, "Clivia", procede de una duquesa inglesa.

CUIDADOS

Riego: más constantes y copiosos en floración. No dejaremos que se encharque, por lo que emplearemos un sustrato muy bien drenado. Soporta bien la sequía.

Ambiente: es una planta de ambiente sombrío, por lo que si le llega sol, será en las horas más tenues del día,



Clivia miniata, JMK

como por ejemplo en los últimos instantes del atardecer. No resiste bien el frío intenso.

PLANTA LEOPARDO, HOSTA AFRICANA (*Drimiopsis maculata*)

Planta originaria de Sudáfrica, perteneciente a la familia de las asparagáceas. Puede llegar a los 30 o 40 centímetros de altura, y sus flores nacen formando espigas, y aunque no son lo más apreciado, adquieren coloraciones blanquecinas y verdosas. Tiene la floración a finales de primavera o en verano. Su nombre, maculata, hace referencia al moteado de las anchas y ovaladas hojas que tiene esta planta, que resultan bastante vistosas. La planta leopardo no suele verse afectada por el ataque de plagas.

CUIDADOS

Riego: echaremos más agua cuando el sustrato esté seco, pero dejaremos espacio entre riegos.

Ambiente: semisombra o pleno sol, excepto en las horas centrales del día. No resiste bien el frío por debajo de los 0°C. En invierno es mejor que la tengamos dentro de casa.



Drimiopsis maculata
BotBln



10 TRUCOS PARA TÚ TERRAZA

1.-En función de la orientación:

Como es natural, nuestro hogar tendrá zonas mejores y peores para situar según que plantas. Generalmente los mejores lugares tienen una orientación hacia el sur o el oeste, y son aquellos en los que más facilidades tendrán la mayoría de las plantas. Sin embargo una orientación muy soleada puede generar una sequedad en el sustrato que, acompañada de corrientes de aire fuertes puede ser letal para muchos de nuestros ejemplares, exceptuando los cactus. Si esto sucede, le aconsejamos que proteja las plantas con un cerramiento en su terraza o bien situando biombos en el lateral por el que suele soplar el viento. Asegúrelos correctamente para que no se caigan, y en caso de no querer invertir ni un céntimo, al menos cambie de lugar sus macetas para que el viento no cause estragos, ensuciando además las estancias mediante el arrastre del sustrato. Si su terraza tiene esta ubicación coloque geranios, rósaes, hibiscos, aromáticas y hortalizas.

El viento va a ser un incordio si sopla muy fuerte sea cual sea la orientación de nuestros balcones o terrazas, por lo que otro consejo que podemos aportar es colocar tutores en aquellas plantas jóvenes de tallos endebles. Por otra parte, si la estancia mira al norte o al oeste,

especialmente esta última, recibirá menos luz del sol, o si se prefiere, una luz menos intensa. Si miramos hacia el oeste, que es por donde se pone el astro rey, la luz que nos alcanza es la de la tarde, más taimada y no apta para todo tipo de plantas. Para ello necesitaremos plantas de sombra o semisombra a las que les basta con tomar algo de luz indirecta. De hecho hay algunas que necesitan que no les llegue demasiado sol directo. Algunas ideas para este tipo de balcones o terrazas son pensamientos, primulas, ciclámenes, hortensias, begonias o alegrías de la casa.



2.-Renovando el sustrato:

Un consejo que puede parecer obvio pero mucha gente lo olvida cuando coloca plantas en macetas. Cuando plantamos, o bien tomamos el plantón de un semillero, o bien nos hemos hecho con uno en un comercio, pero en cualquier caso pasaremos a



trasplantarlo a una maceta de una tamaño acorde al porte que puede adquirir la planta en un largo plazo (1 o 2 años). Si la hemos adquirido en una tienda, muchas veces sus raíces se presentarán aprisionadas y apelmazadas formando un bloque, pues estas se colocan en recipientes pequeños por cuestiones de logística y de espacio, y ahí se quedan hasta que nos hacemos con ellas. Esto no va a incidir en la salud de nuestro ejemplar recién comprado, pues en los centros de jardinería se retiran aquellos que estén deteriorados o en mal estado, pero de nosotros depende que la planta se adapte a su nuevo entorno. Para ello trataremos de liberar y airear un poco las raíces hasta que queden un poco más sueltas. Hay personas que saben practicar una poda de raíces, pero esto no es necesario – más aún si no sabes cómo hacerlo – y bastará con buscar un tiesto más grande y bien drenado. En el fondo del nuevo recipiente situaremos una capa de grava, arcilla expandida o piedrecitas de río, y combinaremos el sobrante de la tierra que traía la propia planta con un buen sustrato al que le aportaremos algo de materia orgánica, si es que no la lleva incorporada.

Retomando el inicio de este consejo, en el momento en que cambiamos de recipiente una planta al que ya va a ser el definitivo, es fácil que se nos olvide que esta tierra va perdiendo paulatinamente nutrientes y propiedades, posiblemente drenando cada vez menos. Dependiendo del ejemplar, se recomienda hacer un cambio de maceta a una un poco más grande, con el objetivo de renovar el



sustrato e incorporar nuevos nutrientes. Si esto no es posible, al menos debemos renovar la capa superficial y hacer pequeñas perforaciones con un fino palillo o tenedor para oxigenar la tierra.

3.-Otra forma de tener macetas:

En el alféizar, sobre una mesa, en el suelo... son los lugares más frecuentes en los que colocar nuestros tiestos, y a los que todos recurrimos en primera instancia. Lugares planos, lisos y estables son buenos para su desarrollo. Pero hay otras formas, también estables y correctas si las colocamos bien. En este caso nos referimos a colgar las macetas con propósitos decorativos, pero no solo por este motivo. También son útiles cuando no tenemos más espacio para plantas, o bien con el objeto de situarlas en una posición en la que les vaya a

alcanzar más sol directo, y que de otra manera, a ras de suelo o sobre una mesa, esto sería poco más que imposible.

Las cestas colgantes dinamizan mucho los exteriores y lucen bastante, especialmente en primavera y verano. El anclaje a la pared de estos sistemas puede ser muy variopinto, desde que la propia maceta esté sujeta a la pared hasta que esta cuelgue mediante cadenas que van asidas al contorno de la maceta. Ambas opciones son muy decorativas y existen varios tipos de cestas: de alambres, forrados con una tela metálica, de madera para dar un toque rústico o las clásicas de terracota o plástico. Las de terracota o cerámica serían menos recomendables porque se pueden quebrar o una racha de viento las puede tirar y se estrellarían contra el suelo. En cuanto a los diseños, estos pueden ser muy variados y creativos, pero siempre se suele jugar con formas redondeadas, aunque se encuentran también con



ángulos rectos, por ejemplo en cestas hechas con listones. Finalmente, recordar que estas cestas colgantes en muchas ocasiones son simplemente estructuras enrejadas donde debemos colocar nosotros un forro que puede ser una malla, una tela de

jardinería, de espuma o de fibra prensada. En cualquier caso, no es importante si estéticamente no es de tu agrado, porque vamos a situar plantas colgantes que lo taparán, tales como el poto, las petunias, las begonias, la hiedra, la fucsia, o la clásica cinta. Pruebe a plantar tomates cherry de esta manera, y verá los curiosos resultados.

4.-Algunos problemas en las hojas:

Generalmente nos ocuparemos de echar un rápido vistazo a diario al aspecto que presentan nuestras plantas con el objeto de detectar posibles problemas, tales como plagas, enfermedades, o que estén acabando ya su ciclo vital. Uno de los más frecuentes en plantas domésticas – incluyendo la terraza – es que las hojas empiecen a amarillear. No hay que alarmarse ante este síntoma, pues no es irreversible y puede ser un síntoma de vejez. Por otra parte, puede tratarse de un exceso de luz directa o bien que se esté regando con un agua que tenga demasiada cal.



Otras de las causas podrían ser una falta de elementos químicos que se transmiten mediante el abonado o los cambios bruscos de temperatura.

Si a su planta se le caen las hojas, lo cual suele suceder junto con el amarilleamiento, esto suele darse más concretamente por una incorrecta frecuencia de riegos, ya sea por exceso o por defecto, o bien por el clima invernal.

5.-Las plagas más molestas:

El enemigo invisible puede amenazar aquello que tanto trabajo diario nos ha costado, tanto esfuerzo y dedicación para que una planta pueda prosperar. Y es un enemigo invisible porque se trata de pequeños seres que a veces se colocan en el envés de las hojas o en los tallos y pasan desapercibidos a simple vista. Para detectarlos nos fijaremos en los estragos causados o bien analizaremos en profundidad las plantas, al menos una vez por semana. Algunas plagas, cuando son numerosas, son difícilmente controlables y pueden echar a perder por completo el ejemplar. He aquí algunas de las más temidas:

- Araña roja: los síntomas que presenta la planta es decoloración, moteado y posterior caída de hojas, y finos hilillos alrededor. No son fáciles de repeler con químicos.



- Pulgón: hojas mordisqueadas, arrugadas y moteadas. Pulverizar con agua y jabón. Si es muy copiosa la plaga, habrá que echar mano del plaguicida.

- Mosca blanca: buscar las larvas en el envés de las hojas.

- Cochinillas: dejan una sustancia negruzca pegajosa.

6.-La poda en frutales de terraza:

Los pequeños frutales que podemos tener en macetones o contenedores en nuestra terraza deben ser objeto de diferentes trabajos, entre los cuales es esencial la poda de formación. La forma en que crece libremente un árbol o arbusto de este tipo puede ser interesante para un jardín siempre y cuando no estamos muy interesados en aprovechar al máximo los frutos. Mediante esta poda lograremos dar una forma consistente a la planta con una buena proporción de ramas y sin que alcance alturas imposibles, y también que llegue la luz del sol a los frutos, lo cual es importante para que estén más sabrosos. Tan importante es podar desde casi los inicios de la planta, como guiarla mediante tutores los primeros años. Con la poda trataremos de fomentar un crecimiento expansivo horizontal, eliminando las ramas chuponas o verticales, que no sirven para nada y restan vigor al árbol. De las yemas de flor saldrán los frutos, y también tenemos otras de las que emerge-



rán hojas (puntiagudas, más pegadas a la rama), por tanto, hay que saber reconocerlas. Debe haber un equilibrio entre estas, a razón de que haya unas cuarenta hojas por cada flor para dar buenos frutos. El árbol o arbusto debe abrirse hacia fuera, por tanto podemos prescindir de las ramas que se cruzan y van hacia dentro. Cuidado con las ramitas pequeñas en las que suelen estar las yemas de flor

7.-Ventajas y desventajas de las macetas de terracota:

Todo son quebraderos de cabeza a la hora de tener el jardín perfecto en nuestra terraza, a veces de pequeñas proporciones, en la que iremos situando aquí y allá diferentes tipos de recipientes. Uno de los más empleados son las macetas, de las cuales hay casi una para cada persona, según el gusto de cada cual. Las hay de madera, de plástico, metálicas... incluso ide hormigón!

¿Cuál es la mejor? Cada experto nos dirá una, pero no cabe duda de que una de las más empleadas tradicionalmente es la de terracota o barro, con su característico color anaranjado. La mayor ventaja de este material es que transpira a la perfección al ser un material poroso por lo que difícilmente tendremos problemas de encharcamiento porque el agua sobrante hace "sudar" a la maceta, lo cual junto con los agujeros de drenaje en su base, la hacen muy atractiva a la hora de acoger una planta que no tolere bien el exceso de agua. Esta regla



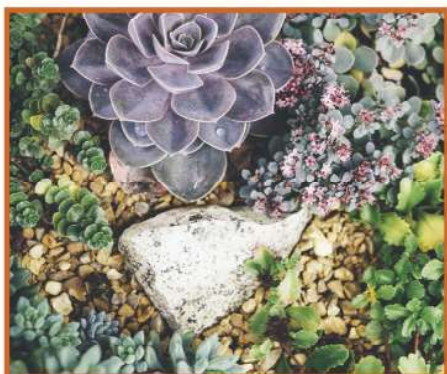
de la porosidad solo se cumple en macetas que no estén pintadas o esmaltadas, en cuyo caso se ciegan estos microscópicos agujerillos. En tal caso pasaría a ser como una maceta de plástico. Por otra parte, las macetas de barro protegen mejor del factor meteorológico (exceso de frío o de calor) a las raíces de la planta. La principal desventaja de este sistema es que así como drenan mucho mejor, también se seca el sustrato antes que en las de plástico, por lo que tal vez

no sean una buena opción si vamos a estar unos días ausentes de nuestro hogar.

Ojo a las macetas que no tienen drenaje, que son más bien ornamentales y nos exigen que metamos dentro una maceta que sí tenga agujeros de escape en la base (habitualmente más sufrida, menos atractiva). Estas son más bien cubre-macetas, para dar una bonita apariencia al conjunto.

8.-Un pequeño jardín en la terraza:

Vamos a hacer uso de una de las plantas más resistentes, siempre y cuando estén colocadas en un lugar donde les llegue suficiente luz. Se trata de un jardín del desierto en nuestra casa, compuesto por cactus y suculentas. Hoy en día no es difícil encontrar en comercios diferentes tipos de estas plantas, de lo más variados, con o sin espinas, más frondosas o de un único tallo. Sea como fuere vamos a buscar las más pequeñas, que además resultan muy baratas, o bien extraeremos un hijuelo a nuestras plantas cactáceas o un esqueje a las suculentas. Empezamos por plantas pequeñas porque se trata de hacer un jardín en miniatura, aunque con el tiempo estas irán creciendo.



Para comenzar tomaremos un plato grande de maceta o bien una maceca plana que tenga poco borde pero bastante base. Es importante que tenga agujeritos en la base para que drene bien. Echamos en el fondo una capa

de unos 2 cm de grava, y por encima otra capa del mismo espesor compuesta de una mezcla de una parte de arena gruesa por dos de compost universal. Acto seguido iremos presentando los cactus y suculentas para formar el diseño que más nos guste, y una vez estemos contentos con la idea, pasamos a sacar las plantas de sus macetitas. Para no pincharnos podemos ayudarnos con papel de periódico, y una vez estén ya colocadas en el jardín en miniatura, echaremos más sustrato para que quede todo uniforme y añadimos alguna piedrecita para hacer el conjunto más atractivo. Efectuamos un riego para que se asienten las plantas, que estarán preferentemente en un lugar soleado. El resto de riegos serán muy espaciados y escuetos.

9.-Un símil de opciones alternativas:

Queremos apostar por la variedad y por el reciclaje, o más bien la reutilización de diversos materiales, pues no



necesitan tratamiento alguno para reconvertirlos en macetas y alojar nuestras plantas se la forma más divertida y atrevida. Así que vamos a rebuscar en el trastero, a ver qué encontramos para dar una nueva oportunidad y de paso ahorrarnos algún dinero sin tener que adquirir costosas macetas de diseño.

Tal y como decíamos, hemos abierto armarios y desvanes, y hemos encontrado algunos objetos que te pueden interesar para alojar plantas. Por ejemplo, aquellas botas de montaña que solo usamos una vez y ya se nos han quedado pequeñas... o esas otras que de tanto uso les ha salido un agujero, quién sabe si por allí brotará un

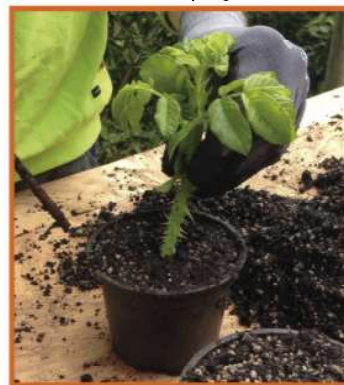


hijuelo. Los bloques de hormigón y ladrillos que sobraron de la obra, los tenemos guardados en el garaje por si hicieran falta, y ahora nos damos cuenta de que con unos pequeños arreglos son unas macetas estupendas. La colección de latas de refresco con nuestro nombre ya se nos fue de las manos y no hay suficientes bolis o lápices para meter dentro, así que les hicimos unos agujeros en la base e introdujimos plantas pequeñas para los escritorios de la casa. Bolsos antiguos, cestas y hasta imaletas!... todo aquello hecho con tejidos naturales es susceptible de ser tratado y reutilizado. Incluso una vieja lámpara de pared nos vino como anillo al dedo para situar plantas colgantes. ¿Neumáticos viejos? Aunque en su momento no lo comprendíamos, ahora ya sabemos para qué los guardábamos. Los hemos pintado de colores y son unos estupendos adornos para colocar dentro macetas. Será por ideas, y será que no tenemos trastos viejos...

10.-Nuevas plantas mediante semillas:

Para tener nuevas plantas y dar un relevo a los ejemplares más antiguos de la terraza tenemos la opción de hacerlo aprovechando las semillas o los esquejes. He aquí algunos trucos.

- Para recolectar semillas de flores y de hortalizas, no es recomendable hacerlo durante más de 3 años seguidos
- Se puede activar la germinación de semillas duras, como el guisante, poniéndolas en remojo en agua durante la noche anterior al día que vamos a plantarlas en semilleros.
- Algunos árboles tienen



semillas todavía más duras y hay que hacer una estratificación. A finales de otoño tomaremos un recipiente grande y colocaremos una base de arcilla expandida, y



encima una capa de arena húmeda. Ahí instalaremos estas semillas en sucesivas capas. Estos estratos se pueden ir alternado (arena húmeda, semillas) una encima de otra hasta llegar al final del recipiente. Lo taparemos con algo que permita su aireado y situaremos en un lugar sin calefacción y donde no le dé la luz. A finales del invierno podrá plantar muchas de estas semillas.

- En semilleros, planta siempre varias semillas, especialmente en las aromáticas. No todas acaban germinando.





TIPOS DE CÉSPED Y COMO PLANTARLOS

Algo que es casi imprescindible si tenemos un jardín, debido a sus múltiples usos, es el césped. Ese manto verde que nos ayuda a decorar el suelo, que sin su presencia se encontraría desnudo y yermo. Pero además de para fines ornamentales nos sirve para cubrir espacios donde vamos a estar paseando, para acotar lugares y para refrescar el ambiente. Pero como hay diversos tipos de praderas y cada una se encuentra mejor en un tipo de ambiente, es necesario conocer las principales especies que encontramos en el mercado y describir sus características para así poder tener el mejor prado que nuestros terrenos puedan acoger. A continuación vamos a recordar una información que ya hemos tratado, y ade-

más comentamos los tipos de césped según su clima. Sumérjamonos en este mundo de frescor y verdor.



Si bien no es el tema principal que nos ocupa, debemos conocer algo más sobre el césped para saber cómo cuidarlo correctamente. El tapete verde y natural que puebla nuestro jardín crecerá constantemente si se deja salvaje hasta adquirir su porte máximo que puede ser



fácilmente de 20 o 30 centímetros, lo cual sería muy difícil para caminar sobre él. Por lo tanto esto lo controlaremos mediante la siega con el cortacésped al menos dos veces al mes en su periodo activo, ya que se dice que más vale pequeñas podas regulares – incluso una a la

semana en algunos casos – que grandes podas espaciadas. Además, mediante la siega conseguimos una alfombra de hierba más tupida y fuerte. Respecto al riego, sobre todo es importante hacerlo habitualmente en verano, a no ser que nuestra pradera tenga su reposo en los meses estivales. Cuando el césped necesita agua presenta tonalidades diferentes – azuladas o amarillentas –, y eventualmente comenzará a secarse. En los nuevos tepes o las semillas recién sembradas los riegos son diarios. En primavera es aconsejable abonar el césped una vez al mes con productos especiales para este tipo de plantas, si bien hay algunos ejemplares que no necesitan demasiado abonado. También se suministra abono en verano y en otoño, pero menos frecuentemente.

Habrà que aplicar periódicamente también productos anti hongos, plaguicidas, herbicidas y anti musgo. Todos estos productos vienen incluidos en diferentes tipos de abonos, y también podemos adquirirlos por separado. Como decimos, es importante controlar las malas hierbas que sin duda crecerán en el césped, compitiendo con nuestras hierbas.



Finalmente, y resumiendo mucho algo que daría para un artículo, es necesario ir pinchando de vez en cuando el césped con un rastrillo o un utensilio similar para que las raíces de la alfombra verde puedan airearse, facilitando también el drenado.

ALGUNOS CONSEJOS PARA EL TERRENO

Al menos dos meses antes de sembrar el césped debemos preparar el terreno. Así, el suelo podrá asentarse y tendremos bajo control las malas hierbas. Normalmente se siembra en otoño (se prepara en verano) o en primavera (se prepara en invierno) aunque las labores de

nivelado se suelen hacer en verano en cualquier caso. Rescatamos este resumen de un tema tratado con anterioridad en Terraza y Jardín para poder aportar unos sencillos consejos:

1- Aclarar el terreno: en primer lugar despejaremos el terreno de pedruscos, escombros, basura, restos de plantas muertas, tocones... en definitiva, todo aquello que impida en gran medida la uniformidad del suelo. Si dejamos restos como raíces, estos tenderán a pudrirse y atraer hongos. Si el terreno está bastante invadido por malas hierbas, lo cual es muy común, emplearemos un herbicida adecuado para estas lides.



2- Alisar y nivelar: una vez hecho esto pasaremos a tomar medidas de nivel en un lugar firme como el suelo



de su casa y a compararlo con el terreno, que debe carecer de inclinación a no ser que se trate de una zona desnivelada en gran medida, como una colina. Si hay un gran desnivel procederemos a crear sucesivas terrazas escalonadas en ángulo recto. Con la

ayuda de un nivel, estacas, cordel y cinta métrica o una vara graduada podemos tener buenos resultados para conseguir un terreno bien asentado, nivelado y sin imperfecciones.

3- Excavar y nutrir: con la azada trazaremos ciertos surcos para remover y airear la arena, creando un terreno suelto. Si notas que el suelo está duro, puedes incorporarle materiales arenosos sin cal para mejorar su textura. Añadiremos también 8 kilogramos de compost, mantillo, o turba por cada metro cuadrado de terreno para que la pradera se asiente sobre un suelo rico. Una vez asentado todo esto podemos ir al siguiente.



4- Últimos retoques: miraremos si ha quedado alguna imperfección con la excavación o el abonado, cuidando que quede un suelo firme y nivelado. Asimismo, desmenuzaremos los terrones que se hayan formado. Para

estas labores se puede usar un rastrillo metálico o una horquilla invertida, además de la pala cuadrada. Si has dejado pasar tiempo desde las anteriores labores, lo cual recomendamos, antes de plantar habrá que abonar de nuevo, incorporando nutrientes y tierra fértil al terreno donde luego se asentará el césped.



El drenaje: es importante que nuestro prado tenga una manera de aliviar el exceso de agua, generado sobre todo en zonas donde las precipitaciones son abundantes. Para ello hay muchas ideas como el sistema de drenaje por tejas en diagonal

hacia un sumidero, los tubos, o la que le vamos a proponer a continuación. Se trata de un sumidero ciego que consiste en excavar un hoyo de aproximadamente un metro cada lado, y llenarlo con piedras, escombros, o restos de ladrillo hasta que queden 20 centímetros, los cuales serán rellenados de 5 centímetros de grava gruesa y 15 centímetros de tierra fértil coincidiendo la parte superficial, añadiendo a placer hasta que esté completamente nivelado. Además, una tierra bien removida favorecerá el drenaje de nuestro campo.

CÓMO PLANTAR TEPESES

Cuando hablamos de tepes nos referimos a planchas húmedas y vivas, con césped ya plantado y crecido, como si de alfombrillas naturales se tratase. Estas placas se van combinando formando un prado uniforme, con la ventaja de que no tenemos que sembrar.



Solamente hay que preparar el terreno, colocarlas y regar frecuentemente para que sus raíces agarren en nuestro terreno. Por otra parte, sale más caro que plantar césped mediante semillas, pero es una opción

muy rápida que merece ser tenida en cuenta. Aunque se pueden plantar durante todo el año, es preferible hacerlo en primavera y en otoño, y en la medida de lo posible no hacerlo durante los días más calurosos del verano. Existen los mismos tipos de tepes que de semillas de césped, así que escogeremos la mezcla que mejor nos venga en base a nuestras necesidades, clima, y usos... ¡hay muchas posibilidades!

Antes de colocar los tepes prepararemos el terreno como ya hemos explicado en el principio del presente artículo, poniendo especial dedicación a un buen nivelado. La colocación de las planchas de césped o tepes es



muy similar a como se van poniendo los ladrillos para formar un muro, es decir, de forma alterna para que no coincidan sus laterales. Cuando los hayamos situado efectuando los recortes necesarios en función del espacio de que disponemos, efectuaremos un

buen riego para que se asienten en la tierra. De esta manera, y regando a diario, en dos o tres semanas debería estar casi completamente asentado.

ESPECIES MÁS IDÓNEAS EN FUNCIÓN DEL CLIMA

Antes de escoger el césped y plantarlo o comprar tepes, lo primero que tenemos que sopesar es qué tipo de

planta queremos. Esto lo elegiremos en función de varios factores. Uno de los más importantes, además del uso que queramos hacer, será el clima que tenga el área en que vivimos, allí donde queremos alojar la pradera. No es lo mismo un lugar seco que uno con bastante humedad ambiente, hecho por el cual haremos dos distinciones:

Césped para lugares cálidos: sirven tanto para climas mediterráneos como para subtropicales. Se caracteriza por tener poca altura y hojas más anchas. No requiere de muchos riegos puesto que tolera bien las sequías. Respecto a las temperaturas, suele crecer en verano a partir de los 25°C, mientras que en otoño-invierno se queda en estado de reposo. Podemos optar por combinarlo con otros tipos de césped que sean complementarios. El corte que efectuaremos será bajo. Ejemplos: Zoysias, Kikuyus, o Cynodon dacylon.



Césped para entornos fríos: sus hojas son más alargadas pero también más finas. Han de soportar las heladas a la perfección, y suelen crecer en primavera, a partir de los 15°C. Este tipo de hierba suele reposar en verano, al contrario que la anterior. Puede ser segado a mayor altura que aquel destinado a lugares cálidos. Ejemplos: Agrostis, Festucas o Ray Grass.



Aparte de esto, tenemos que pensar en la posibilidad de que nuestro césped vaya a rodear la piscina, lo cual es muy recomendable y agradable para cuando salimos de darnos un baño, puesto



que evita resbalones y nos ubica en la naturaleza, además de acolcharnos nuestro asiento, ya que sentarnos o tumbarnos en el cemento podría ser a la larga molesto para nuestro cuerpo, y hacerlos sobre la tierra nos ensuciaría demasiado. Entonces, lo que necesitaremos será una mezcla de semillas muy sufrida, que soporte las pisadas y el caminar humano, pero que además no tenga inconveniente en recibir algo de agua con cloro y el pleno sol, pues las piscinas se suelen ubicar en zonas soleadas. Optaremos o bien por un césped artificial, o bien por una mezcla que contenga agrostis tenuis, festuca rubra, poa pratensis y ray-grass inglés.

Esta mezcla se puede encontrar a la venta en grandes superficies de jardinería. Habremos de cuidar dos aspectos para que el césped encaje correctamente en la piscina: en primer lugar que tenga un buen sistema de drenado y no se encharque con el agua que evacuamos cuando salimos de la piscina. En segundo lugar, será inevitable que haya un exceso de agua, por mínimo que sea, lo cual podrá atraer la aparición de hongos. En primavera aplicaremos un tratamiento a base de fungicidas.

ALGUNAS DE LAS ESPECIES MÁS COMUNES

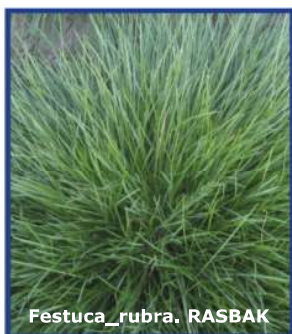
Agrostis stolonifera: césped de hoja fina que necesita bastante agua. No resiste bien ni la sequía ni el paso, por lo que lo vamos a utilizar sobre todo para fines ornamentales. Se trata de una planta bastante delicada que necesita mucho sol y suelos ricos. Su color es oscuro.



Ray-grass inglés (*Lolium perenne*): césped de hoja ancha y crecimiento rápido. Requiere riegos abundantes aunque puede resistir ligeras sequías. Es fuerte ante las bajas temperaturas y no suele ser atacada por hongos. Nos sirve para paseo, parques y deporte. Con las heladas se puede volver marrón. No tiene grandes necesidades, así que es un césped bastante sacrificado.

Ray-grass anual (*Lolium Multiflorum*): césped que prefiere el pleno sol y que se caracteriza por un crecimiento rápido, siendo muy exuberante. Se emplea en deportes y para pisar. No se ve demasiado afectada por hongos ni por las bajas temperaturas.

Festuca roja (*Festuca rubra*): césped muy rígido con cierto tono rojizo que se caracteriza por ser muy resistente, empleada en usos lúdicos. Es una buena planta para cubrir zonas amplias a la sombra, puesto que no tiene grandes necesidades. Preferiblemente mantendremos este césped con poca humedad. Además no necesita fertilizantes.



Poa de prado (*Poa pratensis*): este tipo crece de forma muy tupida con un color brillante. Es uno de los más empleados para usos lúdicos, por ejemplo para campos de golf, puesto que resiste las

pisadas y el ajetreo de algunos deportes. Gusta de grandes dosis de agua, soporta la sombra y cambios de temperatura. Es bastante resistente. Se puede mezclar muy bien con Ray-Grass. Altura máxima recomendada: 6 centímetros aproximadamente.

Bermuda grass (*Cynodon dactylon*): a diferencia del *Agrostis stolonifera*, este tipo de césped es muy resistente a plagas y hongos. Esta es una de las especies más empeladas para paseos y deportes. Es de hoja fina y crece de forma tupida. Es un césped para el verano, puesto que en invierno entra en periodo latente, así que optaremos por combinarlo con uno que esté en pleno apogeo en los meses más fríos.



Kikuyo (*Pennisetum clandestinum*): césped de hojas algo más grandes, de tonos intensos. Necesita luz y calor, pero por otra parte tolera muy bien los paseos y deportes. Requiere pleno sol y humedad, y se le pueden aplicar cortes altos. Se trata de un buen césped de mediados del año que tiene un crecimiento lento y casi invasivo. Habrá que dejarle su espacio acotado para que no se

extienda por otros lugares del jardín. Por lo demás, es un césped muy robusto.

MEZCLAS

Aunque se venden mezclas ya hechas, combinando diferentes tipos de césped para que nuestra pradera luzca siempre verde, también podemos hacernos las nuestras propias comprando semillas a granel y sembrándolas.

Deporte/paseo: aunque tiene su toque ornamental, está más enfocado a ser pisoteado y se le pide que sea resistente a plagas y enfermedades de las plantas. Aquí también se incluyen los céspedes más usados en los jardines, como las poas, las Ray-grass o las agrostis. Mezcla Ray-grass + Agrostis + Poa pratensis.

Decorativa: suele ser muy delicado al tacto y bastante vistoso. Es un tipo de césped que requiere muchos cuidados, precisamente por su función ornamental, hecho por el cual no pude presentarse feo. Mezcla Festuca rubra + Ray-grass.

A la sombra: para tener un prado a la sombra donde resguardarnos de los rayos del sol y disfrutar del frescor emparemos una mezcla de festucas.



ORQUÍDEAS EN CASA

Las orquídáceas forman una familia de plantas con una de las inflorescencias más bellas del reino botánico. Sus flores se alejan de la sencillez, y se presentan con diferentes formas geométricas mezclando colores y patrones moteados, planos o degradados. Algo que suelen tener en común todas es una simetría bilateral. No es de extrañar que sean algunos de los ejemplares más apreciados para dentro o fuera de casa. La familia de las orquídeas tiene más de 20.000 especies distintas catalogadas hasta

el día de hoy. Hay flores de orquídea que miden milímetros, y otras hasta 20 centímetros de diámetro, por lo que la variedad está servida. Las más vistosas se encuentran en zonas tropicales, si bien es una familia de plantas que se halla en casi todo el globo, exceptuando zonas de climas extremos. En esta ocasión nos vamos a centrar en aquellas orquídeas que podemos cultivarlas en el interior de nuestra casa.



LOS CUIDADOS BÁSICOS DE LAS ORQUÍDEAS

Ambiente: las orquídeas son muy delicadas en cuanto a su iluminación, puesto que necesitan mucha luz indirecta y apenas nada de sol directo. Esto, por otra parte, las hace unas buenas plantas de interior, donde no suele ser difícil encontrar lugares a los que la luz llegue tamizada y de forma indirecta. La correcta iluminación determinará la floración, ya que por otra parte, la falta de luz es también fatal para ellas. Ubique sus orquídeas cerca de una ventana para tener una buena ventilación. Respecto a las temperaturas, gustan de ambientes cálidos o templados, pero no fríos y mucho menos acercándonos a los 0°C. Un mínimo de 10°C como cifra orientativa puede ser correcto, y por arriba, no se deberían superar los 30°C. Por otra parte necesitan un ambiente húmedo que, si pudiera ser mensurado estaría cerca del 50%. Esto se puede conseguir mediante un humidificador ambiental, siempre y cuando



do esto no vaya a perjudicar a otras plantas, personas, o mobiliario de la casa. Otra solución es vaporizar agua nosotros de forma frecuente, cada día. Se trata de plantas que suelen proceder de climas tropicales, donde hay calor y humedad. Le adjuntamos una referencia con algunas de las orquídeas más comunes.

Miltonia	70%
Epidendru	40%
Oncidium	40%
Paphiopedilum	50%

Riegos: no se recomienda regar las orquídeas con agua del grifo, especialmente en zonas donde el agua es dura. En contraposición a esto, emplearemos un agua de mineralización débil que podemos adquirir en garrafas de 5 y 8 litros a precios más que razonables en los supermercados.

En cuanto a su frecuencia, en verano deberán estar más juntos, ya que la planta está en el proceso de floración. En invierno descansan, y por tanto no necesita tanta agua.



mos ver las raíces blanquecinas, siendo esto un signo de que necesitan agua. Podemos colocar debajo de la maceta, en el plato, unas bolitas de arcilla que iremos mojando para que se mantenga una ligera humedad. Hay quien para regarlas prefiere la inmersión de la maceta en un recipiente con agua, sin que esta llegue al sustrato, de forma que penetre por los poros y por los agujeros de la base del tiesto. Se deja así durante unos 10 minutos y luego se saca, escurriendo bien el agua sobrante.



Siempre debemos procurar que el sustrato esté al menos semi seco antes de regar. En recipientes transparentes – muy comunes en orquídeas – podre-



Abonado: existen abonos especialmente confeccionados para las orquídeas a la venta en las tiendas de jardinería. Algunos de estos abonos se pueden absorber, en el caso concreto de estas plantas, a través de sus hojas, pero habrá que leer las instrucciones del fabricante. Existen tres tipos de abonos:

- Para que la planta rebrote: necesita más nitrógeno
- Para aumentar la floración: más fósforo y potasio.
- Para el resto del año: usaremos un abono balanceado.



Sustrato: al igual que en el abonado, se pueden encontrar mezclas ya preparadas para las orquídeas. No sirve en este caso bajo ningún concepto, la clásica bolsa de sustrato universal. El sustrato de las orquídeas

debe facilitar muy bien el drenado, ya que la retención es muy negativa para su sistema radicular. Necesitan suelos muy sueltos y esponjosos, ligeros y suaves. Materiales que van muy bien son: musgo, fibra de coco, corteza de pino, corteza de abeto, perlita, arcilla expandida, e incluso bolitas blancas de poliestireno expandido, que ayudan a airear.

Podar: las ramas de la orquídea pueden ser cortadas por la base cuando se sequen o cuando ya no aporten flores. De esta manera, cuando la planta vuelva a trabajar para crear flores, creará nuevas ramas o varas florales. Se corta por encima del primer nudo. A veces hay que optar por podar una rama antigua porque nos va a conceder flores, pero serán de menor calidad. Así fomentaremos los nuevos tallos. Hay quien recomienda que no se pode esta planta hasta que el tallo o rama en cuestión no esté seco, y no solamente porque no dé flores. Las orquídeas a veces son podadas por la mitad de la rama para que brote, no una flor ni una hoja, sino una nueva planta que puede ser debidamente trasplantada. Por otra parte la reproducción de estas plantas es algo más compleja y merece ser tratada aparte en futuros artículos.



Otros factores a tener en cuenta:

- Las orquídeas necesitan ventilación, no las deje en un entorno cerrado durante mucho tiempo. Con la debida ventilación se prevendrán

algunos hongos.

- Debido a la ventilación que necesitan, es posible que se pierda humedad si no vivimos en zonas húmedas de por sí. Aun así es imprescindible que se renueve el aire.
- Aporte un recipiente transparente a las orquídeas para que sus raíces también puedan hacer la fotosíntesis recibiendo luz indirecta.
- No son plantas que necesiten trasplantes constantes, pues se adaptan bien a muchos recipientes, comprimiendo sus raíces y favoreciendo así la floración.
- Trasplante la orquídea si se salen las raíces por arriba o por debajo de la maceta, si el sustrato se ha aglutinado y no drena bien, y si la planta tiene hongos y sus raíces se empiecen a pudrir adquiriendo coloraciones oscuras.

LAS ORQUÍDEAS EN CASA: LOS MEJORES EJEMPLARES

PHALAENOPSIS: se trata de la familia más común, o al menos una de las preferidas por los amantes de este tipo de plantas, y sin duda la más extendida.

Entre las orquídeas, son de las más vistosas por sus flores de combinaciones casi infinitas. Su nombre "Phalaenopsis" procede de un vocablo griego que significa mariposa, por la forma de su flor con algunas especies de lepidópteros.

Proceden de Filipinas y otras zonas de Asia, de Australia, y África. Son plantas epífitas que suelen

crecer entre las ramas de los árboles o bien entre las rocas. Sus raíces son robustas para agarrarse a algún elemento sobre el que permanecer aéreas, y no están habituadas a la tierra. Las raíces, por tanto, están habituadas a crecer al aire libre, lo que convierte las Phalaenopsis en unas de esas orquídeas que van genial en un recipiente transparente. Se caracterizan por tener hojas carnosas en la base, y tallos erectos que requieren de un tutor, en los cuales brotan las flores.



Consejos para Phalaenopsis

- A la hora de regar tendremos mucho cuidado con el encharcamiento.
- Produce hongos y otras plagas.
- Temperatura ambiente por encima de los 20°C.
- Humedad por encima del 50%
- No colocaremos Phalaenopsis en un entorno cargado con humos de tabaco o en estancias cerradas.
- Truco para comprar Phalaenopsis: no se fije solamente en que tenga buenas flores, sino más bien en que tenga buenas raíces. El color de las mismas debe ser de un verde intenso, y que en sus extremos no se vuelven marrones. Las hojas deben estar libres de moteados oscuros. No las compre en recipientes opacos.

DENDROBIUM:



Este género de orquídeas aglutina más de 1.000 ejemplares distintos, y pueden verse a grandes altitudes en zonas montañosas. Su origen está en el Pacífico, Australia y Nueva Zelanda, y su nombre hace alusión a que crecen "dentro" de árboles, aunque más bien los utilizan como soporte. Son orquídeas muy adaptadas a climas tropicales, y no tanto al resto. Su

tamaño puede variar en gran medida.

Esta planta sí que puede tener rizomas de los que van emergiendo los tallos y las hojas, que son también carnosas, más si cabe que la anterior. La *Dendrobium nobile* tiene hojas caducas, así que si se empiezan a caer, especialmente en invierno, no se preocupe. Esto sucede con bastantes *Dendrobium*. Por otra parte se trata de una de las orquídeas de mejor adaptación al hogar, necesitando su dosis de luz indirecta pero no requiriendo de cuidados especiales.

Consejos para Dendrobium

- Ambientes muy luminosos, lo más que no sea posible sin que le alcance sol directo.
- Humedad del 60%. Temperaturas mínimas de 10°C.
- A pesar de que requiere buena ventilación debemos evitar fuertes rachas de aire, que troncharían la planta. Puede ser un ejemplar delicado en este sentido.

VANDA:



Este tipo de orquídeas tiene multitud de raíces carnosas que muchas veces se presentan al aire, colgando de soportes o cestas pero sin que medie un sustrato. En la naturaleza captan los nutrientes de la humedad del aire y pueden vivir en rocas o en árboles. Normalmente las Vandas tienen un

único tallo del cual surgen las hojas alargadas y las flores, que no necesariamente salen de lo más alto de la planta, sino que se pueden ver partir de entre las hojas.

Consejos para Vanda

- Algunas soportan bien algo de sol directo, mientras no sea en las horas centrales del día.
- Necesitan bastante humedad ambiente, en torno al 70%, así que tendremos que pulverizar frecuentemente.
- Sumergimos semanalmente las raíces en un recipiente con agua apta para el riego de orquídeas, y lo dejamos así durante media hora. Después escurrimos bien y colocamos en su sitio. Así es como mejor se alimentan las Vandas.
- En su ventilación necesaria no importa si pasan corrientes de aire mientras no sean muy fuertes,

pues esta planta las resiste mejor que las otras orquídeas las rachas de aire.

CATTLEYA:



Probablemente estas plantas epífitas sean de las más codiciadas por los amantes de la jardinería. Es, a su vez, una de las especies más cruzadas e hibridadas. Se caracterizan por unos tallos que pueden alcanzar el metro de altura y hasta tres hojas en la base.

Consejos para Cattleya

- Humedad de un 60% de media. Temperatura 15°C.
- El sustrato se deja secar entre riegos, pero hemos de vaporizar a diario.
- Esta orquídea también puede tolerar algo de sol directo, en términos similares que las Vandas.
- Necesitan un drenaje perfecto para que las raíces no sufran.

CYMBIDIUM:



Esta familia es perenne y suelen ser más longevas que otras orquídeas. Algunas presentan flores fragantes, y el contraste cromático puede ser enorme. Tiene también muchos híbridos y un

fácil cultivo a través de pseudobulbos. Los híbridos suelen generar variedades más pequeñas, compactas y resistentes para el interior de hogar. Las normales pueden crecer bastante, si están bien cuidadas. Curiosamente, pueden florecer desde septiembre hasta el invierno en condiciones óptimas. Es decir, en climas suaves puede darse esta condición.

Consejos para Cymbidium

- No requieren tanta exigencia de humedad como las demás orquídeas. Si es posible, llegaremos a un 50%.
- Resiste algo de sol directo.
- Reproducción mediante división de mantas en los pseudobulbos.

Algunas otras de las orquídeas más apreciadas son:

- *Cattleya mossiae*
- *Oncidium* spp. o bailarina
- *Ophrys speculum* o flor de abeja
- *Epidendrum* spp
- *Odontoglossum* spp. u orquídea tigre
- *Brassia* spp. u orquídea araña
- *Paphiopedilum* spp. o zapato de mujer



10 TRUCOS PARA TÚ JARDÍN

1.-El suelo es importante:

En la mayoría de las ocasiones, las plantas que ubicamos fuera de casa en el jardín, serán alojadas en el suelo directamente, es decir, no habrá una maceta que preparemos expresamente con un sustrato adecuado. Por tanto, en el exterior encontraremos un tipo de tierra que es necesario conocer, la cual se puede mejorar o cambiar para que las plantas escogidas prosperen mejor. Mucha gente deja de lado este aspecto y después se lamenta porque sus ejemplares no se ven saludables. Básicamente tenemos cuatro tipos de suelo.

- **Arenoso:** tierra muy suelta en la que, al regar, el agua se filtra con mucha facilidad y no se queda retenida ni se forman compactación. Permite una buena circulación de agua y aire, pero al no retener se asimilan peor los nutrientes.

- **Arcilloso:** este suelo retiene más la humedad y forma cúmulos o terrones de barro. Es esa tierra que cuando está húmeda memoriza las pisadas creando huellas y es fácilmente moldeable. Al contrario que el anterior, propicia asimilar mejor los nutrientes, no circula bien el aire y al retener la humedad, puede ser malo para algunas plantas.

- **Calcáreo:** también llamados calizos, se caracterizan

por un color claro, blanquecino y suelen tener guijarros. Respecto a su acidez, en la escala pH estaría por encima del 7. Algunas plantas apropiadas para suelos calcáreos son el enebro, el saúco, el trébol, o el aciano.

- **Ácido:** en contraste con el anterior, este suelo está por debajo del pH 7, y su coloración es más oscura, incluso negra, porque suele caracterizarse por contener bastante materia orgánica o humus. Para este suelo, recomendamos helechos, retamas o colas de caballo.



2.-Riegos bajo control:

Así como el suelo es importante, otro de los ingredientes para tener unas plantas saludables es el agua. En primer lugar no debemos regar – con algunas excepciones – de forma superficial, ya que es recomendable que lleguemos y la parte profunda, la que contiene las raíces más importantes. Hay una norma no escrita sobre cuánta cantidad de agua

emplear: es mejor pecar por defecto, que por exceso. Es más fácil detectar y solventar cuando la planta necesita más agua, que corregir un riego demasiado copioso. Respecto a las horas de riego, hay cierta flexibilidad. En realidad podemos regar cuando queramos, pero lo más eficiente sería



en momentos en los que el sol no incida sobre las plantas porque el calor directo propiciaría que el sustrato se secase más rápido, favoreciendo la evaporación. Además incluso podría darse un efecto lupa con las gotas de agua que quedan en las hojas, lo cual no es bueno para la planta. Regaremos a primera hora de la mañana, o bien a las últimas horas de luz, incluso ya de noche. Por último, si vives en una zona donde el agua corriente tiene bastante cal, es mejor filtrarla o usar agua reciclada para regar, en lugar de emplear la del grifo directamente a través de una manguera.

3.-Evitar las babosas:

También los caracoles, dos de los más molestos especímenes que pueden atacar nuestro jardín y nuestro huerto. En zonas de climas suaves y húmedos proliferan con mayor facilidad, y se ven especialmente en primavera y en otoño. Siempre van buscando la humedad, el frescor y la oscuridad, y salen a comer por la noche, atacando tanto raíces como brotes. Donde más daño hacen es en plantas jóvenes.



Para prevenirlos regaremos a primera hora del día y no por la noche, pues esta humedad nocturna les atraería. Coloca cascarrillas de huevo alrededor de las plantas que quieras proteger, ya que

estos animales no pasarán por donde estén presentes. Al igual que las hormigas, huyen de la sal, pero hay que tener cuidado de no esparcirla cerca de unas plantas, porque les podría causar problemas al diluirse en el agua de los riegos, siendo peor el remedio que la enfermedad.

4.-Cáscaras de huevo y posos de café:

Acabamos de hablar de su eficiencia a la hora de combatir la presencia de caracoles y babosas, pero además son buenas para nuestro suelo.



Desde Terraza y Jardín apoyamos la reutilización de materiales orgánicos, aquellos que son aptos para su uso en jardinería, en lugar de tirarlos a la basura sin más. Las plantas necesitan una serie de nutrientes químicos para su correcto crecimiento, uno de los cuales es el calcio, que se puede aportar de forma química o bien con cáscaras machacadas de huevos. En el caso de estos restos, se emplean tanto directamente mezclados con el sustrato, como en la compostadora. Una idea divertida y muy útil por su gran contenido en nutrientes, es partir el huevo con mucho cuidado para que quede un recipiente uniforme a partir de la cáscara. En estos recipientes podemos instalar semilleros.

Por su parte, los posos de café aportan nitrógeno a nuestras plantas, así que... piénsalo dos veces antes de deshacerte de los restos del desayuno.

5.-El tutor, un aliado imprescindible:

Especialmente necesarios son los tutores a la hora de ayudar a un árbol a que crezca de la manera más adecuada. No es algo únicamente para sus primeras etapas, sino que en ocasiones puede emplearse incluso hasta cuatro años después de ser plantado. Algunos, tratándose de ejemplares endebles, se colocan de por vida.

Si el árbol es pequeño y no tiene mucha consistencia en sus ramas, puede bastar con una o dos varas de bambú, bien aseguradas valiéndonos de un mazo. Se clavan a una distancia prudencial – de unos 10 centímetros – y no pegadas al tronco, y luego se atan a este para conseguir enderezar su crecimiento erguido. Para atar el tutor al tronco se recomiendan materiales textiles o plásticos anchos, pues hilos finos de alambre causarían daños en la corteza del árbol, o bien se romperán sin cumplir su labor. Si se colocan dos varas, la posición es una a cada lado del tronco, en paralelo. Este sistema nos puede valer para coníferas, frutales y eucaliptos, entre otros.

Si el árbol tiene gran copa y un tamaño considerable necesitaremos otro tipo de estructura tutora. Emplearemos tres estacas oblicuas para formar un trípode clavándolas en el suelo a uno 45 grados, apoyándolas en el tronco y atadas entre sí con un alambre (siempre y cuando este no toque la corteza del ejemplar).



6.-Elegir y transportar nuevas adquisiciones:

Poco a poco iremos renovando las plantas y árboles que tiene nuestro jardín, y para ello, generalmente se opta por ir a una tienda de jardinería y adquirir los que más se adapten a nuestro entorno. Es muy importante elegir bien aquellos árboles que encajen bien en nuestra idea de jardín, así como en la zona climática en que vivamos.



De la misma manera hay que ver cómo se va a desarrollar el árbol en un futuro ya que, por poner un ejemplo, las coníferas suelen arrojar una sombra muy densa, impidiendo el crecimiento de vegetación a su alrededor. Aunque parezca una tediosa labor, es preferible pensar – incluso dibujar – un esbozo del jardín que queremos tener, e informarse

de cómo crece cada ejemplar para que no se solapen, no nos quiten sol, y no desentonen estéticamente, a pesar de que mediante la poda podemos controlar relativamente este aspecto.

Una vez comprados los árboles o arbustos, es posible que necesite un remolque o una furgoneta para llevarlos hasta casa, pues no a todo el mundo le cabe en el maletero del coche una planta de cierto porte. Si decide transportarlos en su vehículo utilitario, coloque las raíces o cepellones hacia la parte delantera del coche, y utilice un tablón para darle estabilidad al tronco, llegando incluso a afianzarlo con correas para que no se tronche durante el viaje a casa. Si el trayecto es largo envuelva las raíces o cepellones en un trapo húmedo.

7.-Bulbos:

Una de las plantas más comunes en los jardines son las bulbosas, por su facilidad de plantación, cuidados y reutilización. Básicamente tenemos dos opciones en base a las estaciones: los bulbos de verano (azucenas, dalias...), que se plantan en primavera, y los de floración primaveral (tulipanes, narcisos...), que se plantan en otoño. Se deben comprar bulbos sanos, tersos y duros, pues si ceden al tocarlos es posible que se estén pudriendo y difícilmente prosperarán. Una vez seleccio-



Azucena



Dalia



Jacinto



Narciso

nados, les vamos a aportar un sustrato arenoso, bien drenado y que retenga poca agua. Podemos esponjar el suelo mezclándolo con arena de río o turba. Lo que es recomendable, en cualquier caso, es arar un poco el sustrato en el que vayan a estar alojados con el propósito de lograr un suelo más suelto y aireado. En este proceso podemos aprovechar para incorporar abono orgánico y mezclar.

Para plantar los bulbos, en función de su tamaño se deben respetar un mínimo de 5 centímetros de distancia entre los más pequeños, y hasta 20 en los más grandes.



Tulipanes

Respecto a la profundidad hay mucha variedad en función de la especie, pero podemos tener una orientación en general, que será arrojar una capa de tierra por encima del bulbo equivalente al a la medida del mismo. Ejemplo: un bulbo de 5 centímetros, lo plantaremos excavando un agujero de 10.

Después de plantar, como siempre, un riego de bienvenida, que será el más copioso que le vamos a conceder, para que se asiente bien en el terreno. Nunca encharcaremos. Estos son algunos de los bulbos más populares.

Jacinto: floración primaveral. Ramilletes de flores perfumadas de múltiples colores.

Narciso: floración primaveral. Pequeñas florecillas.

Dalias: floración veraniega. Gran variedad de especies, con su característica forma de pompón.

Azucena: floración veraniega. Algunas también florecen en primavera. Fragancia muy apreciada.

Tulipán: floración primaveral. Flores muy características, de muchos colores.

8.-Crea un cortavientos natural:

Aunque nuestro jardín necesita de una ventilación moderada, la cual es vital para las plantas favoreciendo la oxigenación y combatiendo el exceso de humedad, un fuerte viento puede provocar severos daños en nuestro jardín, rompiendo hojas, ramas y flores.

Pero no solo esto, sino que el viento nos puede traer elementos nada deseables para nuestras plantas, como la tierra y la sal propias del ambiente en zonas costeras o áridas, que pueden generar un efecto abrasivo que intentaremos prevenir.

Si vives en ciudad la barrera natural tendrá una función, si cabe, más importante. En entornos urbanos tenemos algo tan presente, por desgracia, como es la contaminación propia de la polución generada por coches y maquinarias que el viento arrastra y también podría perjudicarnos a nosotros y ensuciar nuestras plantas.



Por ello puede ser útil tener una protección a base de plantas resistentes que nos guarden de los fuertes vientos. Los cortavientos estarán formados por especies rústicas con unas raíces bien sujetas en el terreno, un tallo sólido y unas ramas flexibles. En cuanto a sus hojas, deben ser pequeñas con una epidermis gruesa y resistente. Se trata de especies que suelen estar ramificadas desde la base, y es muy recomendable que sean autóctonas o espontáneas de la zona donde usted habite. Planta tus cortavientos en hileras, simples o dobles, alineadas perpendicularmente a la dirección habitual del viento. Algunas de las especies más usadas son el tejo, la tuya y el ciprés.

9.- Los mejores esquejes:



Para reproducir nuestras plantas, es posible emplear la técnica del esqueje, consistente en recortar una parte de la planta para ubicarla en remojo o en sustrato húmedo hasta que desarrolle raíces para crear una nueva planta por división. Sin embargo, no todas son igual de propicias para hacer un esqueje, por lo que tendremos que optar, preferentemente, por las siguientes:

- **Hoja caduca:** la mayoría de árboles y arbustos de hoja caduca son aptos, pero serán mejores candidatos a partir del año. Los esquejes se toman en otoño y hasta principios de invierno. Algunos ejemplos: manzano, peral, melocotonero, olmo, ginkgo biloba, parra, jazmín o glicina.

- **Hoja perenne:** preferiblemente se harán esquejes de talón de unos 15 centímetros. Algunos ejemplos: pino, enebro, abeto...

- **Plantas de interior:** especialmente aquellas con tallos rígidos, y en general, la mayoría de las suculentas.

10.- Diseños en el jardín:

Cuando hablamos de diseñar un jardín hay algunos elementos que tal vez desconozcamos su existencia, su función, o su nombre, aunque sí los conociéramos con anterioridad. Vamos a ir desarrollando algunos conceptos para todo el mundo, y sobre todo con la idea de incentivar la creación de preciosos y variados jardines.

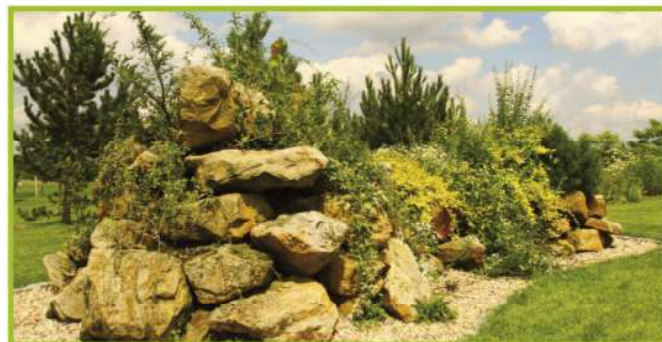
- **Arriate:** estructura rectangular que se coloca generalmente junto a un tabique, murillo, pared o seto. En su interior se suelen plantar vistosas, coloridas y aromáticas florecillas de tamaños medianos o pequeños.



- **Macizo:** bloque consolidado de plantas decorativas, todas de la misma altura que forman un conjunto uniforme. Puede estar compuesto por la misma flor con diferentes tonalidades, o especies parecidas y afines.



- **Rocalla:** conjunto visual que imita un estado agreste, salvaje, en la disposición de plantas, flores, rocas e incluso un pequeño cauce de aguas, que suele recorrer varias alturas o niveles. Todo ello concentrado en una zona que no tiene por qué ser de gran tamaño. Los japoneses son especialistas en construir este tipo de decoración irregular en espacios pequeños, tratando de reproducir lo macro a nivel micro, de la misma manera que con el arte del bonsái. Para formar una rocalla se aconseja algo tan sencillo como pasear por la naturaleza, hacer fotografías, y llevarlo, poniendo nuestro sello, a nuestro jardín.



- **Bordura:** la similitud con el sustantivo "bordillo" nos da una pista sobre su definición. Se trata de un recorrido de plantas bajas que sirve para delimitar zonas en lugar

de hacerlo mediante losas, rocas o vallas. Muy empleado para marcar caminos dentro de una parcela. Se suelen usar plantas de porte arbustivo y de fácil poda como el boj, y en muchas ocasiones se aprovechan plantas aromáticas que en estado salvaje adquieren el porte ideal, como el romero o la lavanda.



de hacerlo mediante losas, rocas o vallas. Muy empleado para marcar caminos dentro de una parcela. Se suelen usar plantas de porte arbustivo y de fácil poda como el boj, y en muchas ocasiones se aprovechan plantas aromáticas que en estado salvaje adquieren el porte ideal, como el romero o la lavanda.



LA MORERA

Un árbol con una sombra espectacular

Como en cada ejemplar de Terraza y Jardín, apostamos por un árbol curioso, interesante, y en este caso de crecimiento rápido para que en poco tiempo podamos tener una planta de cierta envergadura. La morera es un árbol muy popular y no es difícil verlo en parques, avenidas, plazas o en el campo, si bien es una planta acostumbrada a las ciudades. También recibe el nombre de morera blanca, por el color de sus frutos, que como ya habrás podido adivinar conservan cierto parentesco con el arbusto de las moras que recolectamos y empleamos en repostería. Los frutos de la morera no son



muy interesantes para la ingesta del ser humano, mientras que a ciertas aves les encantan. Se trata de un árbol muy longevo que puede vivir más de 100 años y nos va a aportar una estupa sombra, convirtiéndose para muchos en el ejemplar favorito del jardín.

DESCRIPCIÓN: *Morus alba*

La morera, de nombre científico *Morus alba*, forma parte del género *Morus*, y es de la familia de las moráceas. Se trata de un árbol de hoja caduca, de crecimiento inicial rápido, que supera fácilmente los 10 metros de altura. La morera tiene su origen en Asia, especialmente en zonas templadas del centro y el este,



siendo muy popular en todo el continente asiático, así como en Europa y América, por lo que podemos decir que es un árbol muy extendido a nivel mundial.

Las hojas que produce son brillantes, anchas, ovaladas y dentadas, muy apreciadas para la alimentación de las orugas o gusanos de seda antes de encerrarse en sus crisálidas, por lo que existe una tradición en algunas familias de cuidar de gusanos de seda en casa e ir a recolectar hojas de morera para alimentarlos. Lo cierto es que las devoran a un ritmo vertiginoso. Los capullos se emplean para fabricar tejidos, de ahí el apelativo "gusanos de seda", para una especie cuyo nombre científico es *Bombyx mori*.

Las flores crecen en pequeñas espigas con muchas y diminutas inflorescencias. Da unos frutos blanquecinos, verdosos o rosados llamados popularmente "moras", las cuales suelen emerger en mayo, tras la floración de abril. Además tenemos algunas variedades sin fruto para uso únicamente ornamental y para aquellos que no quieran que los pájaros se aprovechen de nuestro árbol o que nos ensucien el suelo cuando caigan. De la corteza de la morera, muy resistente, se han llegado a fabricar tejidos, y además han servido para alimento del ganado. Se caracteriza por tener una madrea también apreciada para fabricar distintos objetos.

CUIDADOS:

Suelo: la morera se adapta a todo tipo de suelos, incluso si son más bien agrestes. En cuanto a preferencias, escogeremos mejor un sustrato con buen drenaje y que sean neutros o básicos respecto a su acidez. Prefiere, por tanto, suelos sueltos y secos.

Riegos: de tal manera la morera gusta de sequedad y nunca encharcaremos su hábitat con riegos copiosos. Cuando es joven los riegos podrán ser algo más constantes, aprovechando el árbol para dar un buen estirón. Siendo adulta, la morera apenas requiere agua, excepto si está ubicada en un área muy árida.

Ambiente: es un árbol que aguanta bien las variaciones de temperatura, desde el calor intenso al frío. En general es muy robusto y resistente. Al ser tan fuerte, se trata de una planta que prospera perfectamente en medio de la jungla de asfalto, en una avenida de una gran ciudad por la que pasan vehículos contaminantes. Respecto a la luz, preferiblemente instalaremos moreras al pleno sol. Además, cuando sea adulta, gracias a su denso y amplio follaje, tendremos uno de los mejores árboles de sombra a nuestra disposición. Por tanto, plantaremos moreras allí donde queramos instalar una mesita o un lugar de trabajo a la sombra.

Poda: se trata de un árbol que acepta la poda generosamente, lo cual nos vendrá especialmente bien para darle forma ancha a su copa y que nos arroje buena sombra. Las podas de mantenimiento serán para eliminar ramas mal orientadas, viejas, rotas o enfermas. Podaremos la morera en invierno, cuando el árbol está descansando.

Plagas: aunque no es algo de lo que debamos preocuparnos en exceso, pues no llegan a causar severos daños, estaremos atentos a la aparición de pulgones y cochinillas.

Reproducción: podemos crear nuevas plantitas mediante injertos, estacas, semillas y esquejes.



PLANTANDO UNA MORERA:

Para plantar este árbol tenemos que hacerlo, preferentemente, en primavera o en otoño. Puedes encontrar estas semillas en las morillas que da el árbol, que habrá que dejar secar y limpiar. A finales del verano empiezan a caerse todas las moras del árbol, así que podremos recogerlas con cuidado del suelo. Las dejaremos en una fina capa de tierra constantemente húmeda hasta que broten, momento en que podemos sacarlas del semillero y trasplantar.

Una opción más que factible, muy a tener en cuenta, es emplear los esquejes, que echan raíces muy fácilmente en el caso de la morera.

Vamos a emplear una ramita joven, que tenga un máximo de un año de edad y posea unas cuantas yemas. Su longitud máxima será de unos 20 centímetros. En el extremo del corte aplicaremos hormona enraizadora para ayudarnos, y enterraremos un tercio del esqueje en tierra húmeda protegiéndola del frío. Los esquejes se obtienen también en verano, entre agosto y septiembre.



PLANTAS MEDICINALES Y AROMÁTICAS

LA BOTICA EN TUS MACETAS

ADVERTENCIA

La información aquí detallada tiene únicamente propósitos educativos y culturales sobre la medicina natural no pretende sustituir el consejo de un profesional de la salud. Sólo un médico, después de hacer un diagnóstico individual, será capacitado para recetar algún tipo de medicamento o tratamiento. Para cualquier problema de salud, consulte siempre primero con su médico

MILENRAMA (*Achillea millefolium*)

De la mitología a nuestro hogar



El nombre científico de esta planta procede del héroe griego Aquiles, más concretamente del uso que se le supone a este personaje de esta planta para curar a sus compañeros heridos en combate. No en vano se le han detectado cualidades anti hemorrágicas. Por otro parte también se le llama milenrama o milhojas por su densa foliación, siendo una planta cuyas hojas, muy ramificadas, dan la sensación de abundancia. Esta planta puede verse fácilmente junto a caminos, carreteras y en general en estado salvaje, y tiene su origen en Europa y en Asia.

FICHA TÉCNICA:

Se trata de una planta herbácea compuesta de la familia de las asteráceas. Es rizomatosa, perenne y puede llegar al metro de altura. Sus hojas son muy características, dividiéndose en pequeñas bifurcaciones casi de manera fractal. Sus flores son blanquecinas o moradas, y en ellas se aprecian mejor sus propiedades medicinales, usándolas para hacer un

aceite esencial. Aparecen presentadas en forma de pequeños racimos. Puede florecer desde el verano hasta el otoño.



CULTIVO Y CUIDADOS:

La milenrama necesita algo de sol directo diario, que puede ir acompañado de momento a la sombra, en



cuanto a que es una planta adaptable a diferentes condiciones de luz. al ser bastante rústica y espon-tánea, se conforma con cualquier tipo de suelo, incluso aquellos bajos en nutrientes. Por otra parte, en cuanto a riegos, es mejor que sean frecuentes pero no muy copiosos, y que aporte-mos fertili-

zante en primavera y verano. Tras la floración podare-mos la planta como se suele hacer con la mayoría de ejemplares que aquí describiremos. En este caso será a finales del otoño. Si hacemos una división de mata podremos duplicar o triplicar nuestra milenrama para crear nuevas plantas.

PROPIEDADES MEDICINALES:

Es una planta con muchas propiedades para la salud. Prepararemos una infusión de la planta seca a razón de



una cucharada de café por taza. Y para el uso externo podemos aplicar la misma infusión sobre las zonas necesitadas, como varices o hemorroides. Ayuda en problemas circulatorios, equilibra la tensión, es bueno



para el dolor menstrual y otro tipo de hemorra-gias e inflamacio-nes como las vari-ces. En uso tópico combate el acné y la grasa en la piel. Ayuda a nuestra memoria y es buen aliado astringente, y para las buenas digestiones.

USOS CULINARIOS:

Podemos macerar en vino (mejor blanco) tres cuchara-ditas de las florecillas de milenrama. Lo dejaremos reposar al menos una semana y retiramos, colando el líquido. Así tendremos un vino aromatizado bueno para la circulación.

PASIFLORA (*Passiflora caerulea*):

Relajante trepadora

La pasiflora compone una familia de más de 300 plantas distintas, casi todas originarias de la parte tropical del continente americano. Su curioso nombre se lo dieron los primeros misioneros católicos que pisaron tierras americanas, puesto que la forma que tiene su flor, muy vistosa y colorida, recuerda a la corona de espigas que, se dice, portó Jesús de Nazaret durante su pasión, acompañándole en su crucifixión y muerte. También es llamada pasionaria o flor de la pasión.



FICHA TÉCNICA:

Planta arbustiva y trepadora que forma complejas redes para encaramarse a diferentes elementos que tenga a su alcance. Es vivaz y tiene tallos leñosos y hojas verdes, opuestas y divididas en lóbulos. Las pre-ciosas y aromáticas flores son muy colo-ridas, solitarias, de unos 5 centí-metros de diáme-tro. Se caracteri-zan por estar rode-adas de coloridas brácteas como la cita-da corona de espi-nas, si bien la flor en sí es de lo más sencillo, con 5 pétalos blan-cos y cinco sépalos amarillos verdosos.



CULTIVO Y CUIDADOS:

La pasiflora crece muy rápidamente si le aportamos una buena ubicación donde le llegue el sol, cerca de un muro para que trepe, y le aportamos una buena dosis de agua con cierta frecuencia, especialmente en tempora-da de crecimiento. Serán más espaciados los riegos del invierno. No necesita muchos abonados, y prefiere los suelos húmedos y fértiles.

PROPIEDADES MEDICINALES:

La pasiflora incarnata se recolecta desde mayo cuando las flores han emergido, y se toman tanto flores como las hojas para hacer infusiones. Tiene grandes y reconocidas propiedades relajantes, tranquilizantes e incluso somníferas. Nos ayuda a controlar la ansiedad y tiene efectos antiespasmódicos. Sobre todo se suelen hacer infusiones con sus hojas. No deben tomarla las embarazadas.



USOS CULINARIOS:

algunas pasifloras dan frutos comestibles, como la *Passiflora edulis*.

LAVANDA *Lavandula angustifolia*):

El perfume terapéutico

Una de las plantas más fácilmente reconocibles cuando vamos de paseo por el campo es la lavanda, también llamada espliego. Con sus florecillas moradas y su agradable y particular aroma, la lavanda puebla paseos y caminos por doquier, especialmente en zonas de clima



mediterráneo. precisamente a partir de este aroma inconfundible y tan apreciado se han hecho muchos productos de cuidado e higiene personal, como fragancias, aceites de masajes, o ambientadores. Ahora tu mismo puedes beneficiarte de sus propiedades plantando lavanda en tu terraza o jardín.

FICHA TÉCNICA:

Estamos ante una planta perenne de la familia de las lamiáceas, con robustos tallos repletos de hojas en su parte inferior, y de flores en la superior. El tallo es leñoso, las hojas suelen estar cubiertas de una pelusilla, pero su forma varía en función de la especie. Florece en verano, con flores pequeñas pero muy olorosas, agrupadas en espigas de hasta 15 centímetros de largo, mien-

tras que la planta puede llegar al metro de altura formando un subarbusto. La lavanda procede de toda la región mediterránea, y como tal ha sido empleada en diferentes asentamientos en esta zona desde tiempos remotos.

CULTIVO Y CUIDADOS:

La lavanda es una buena planta para macetas y para jardín teniendo ambas opciones para poder escoger. Le buscaremos una ubicación soleada y en caso de que vaya a estar en jardín, al crecer libremente le dedicaremos un buen espacio y un suelo profundo que drene bien. En el caso de la maceta o jardinera, debe tener unos 40 centímetros de ancho y tener suficientes agujeros de drenaje en su base, a la que añadiremos grava en el fondo. Por tanto, lo básico para que la lavanda crezca bien es una buena dosis de sol directo, suelos secos con riegos moderados, y podas una vez al año para aportarle la forma deseada. Cuando la planta haya terminado su floración, además de cosechar sus flores debemos podar severamente a 20 centímetros, pues crecerá a partir de verano y estos recortes ayudan a presentar un aspecto óptimo en invierno. Además hay que des-puntar las flores el primer año para promover el crecimiento arbustivo y que empiece a tener cierta envergadura. Cuidado con los fertilizantes, pues si nos pasamos con ellos corremos el peligro de disminuir el aroma de sus flores. Una curiosidad de la lavanda es que no tiene problemas de plagas por insectos, aunque sueñe atraer a los abejorros. De hecho se emplea como repelente de algunos insectos colocando lavanda en el balcón. Se puede reproducir por esquejes desprovistos de flores.



PROPIEDADES MEDICINALES:

Tiene un sinfín de usos para mejorar la salud, como por ejemplo añadir sus flores y hojas a un baño caliente para usarla como relajante. De esta manera fue empleada en la antigua Roma, así como para ayudar en el parto, agarrando la embarazada una ramita de lavanda.

•Saquitos de lavanda:

tenemos dos opciones para fabricar este aliado terapéutico. La primera, con un saquito pequeño de tela que tenga un cierre al que añadiremos hojas y sobre todo flores de lavanda.



La segunda opción es añadir a las flores de lavanda algún material granulado duro como pueden ser determinadas semillas como las de cereza, oliva, el arroz, etc. en un cojín de tela que deberá estar sellado o cosido para que no se escape nada de su interior. Este cojín tiene muchas propiedades al poder ser usado en caliente (dos minutos al microondas) o en frío (metido un rato en el congelador), teniendo efectos calmantes, para aliviar el cansancio, los dolores musculares, las migrañas.

En aromaterapia, su aceite esencial de agradable aroma se usa como relajante y para inducir el sueño, disminuir los nervios. Y es que la lavanda es un calmante natural para el sistema nervioso, funcionando como analgésico, antibiótico, antiséptico, cicatrizante y para curar las migrañas. También tiene efectos hipotensores y diuréticos, tratando el reuma, los dolores lumbares y la torticolis.



Su **infusión**, una vez enfriada, se utiliza de forma tópica para lavar eccemas y como tratamiento para la psoriasis, picaduras y hematomas. También se

vende como hierba seca para realizar esas infusiones. Nos sirven para calmar los nervios, combatir el insomnio, la ansiedad, los mareos en los viajes y la hipertensión. También ayuda para enfermedades respiratorias leves.

En estética se utiliza para la perfumería, para crear inciensos, jabones, cremas, etc. Como planta mágica ha sido empleada para embalsamar desde tiempos antiguos. Dicen que guardar ramitas de lavanda en casa, además de generar olores sugerentes combatirá las malas energías atrayendo lo bueno, lo positivo.



USOS CULINARIOS:

La lavanda es un pariente lejano del romero, la salvia o el tomillo, por lo que al igual que estos puede combinarse, fresca o seca, en la cocina pero sin abusar de la dosis porque es bastante aromática. Se puede incorporar al la masa del pan o como condimento en

ensaladas, combinando bien con el tomate y el aceite de oliva. También en asados de aves es una buena aliada. Cuando usemos una planta aromática en la cocina tenemos que estar muy seguros de que no contiene pesticidas ni otras sustancias peligrosas para la salud.

MADRESELVA
(*Lonicera caprifolium*):

Fragancia y bienestar



Las loniceras engloban un género de plantas de las caprifoliáceas que suelen ser arbustos con características flores de finas formas atrompetadas, las cuales suelen ser muy fragantes. Esta que nos ocupa, la caprifolium es la que da nombre al género, es decir, cuando hablamos de madreselva, generalmente nos referimos a esta en concreto. Su nombre, lonicera, proviene del apellido de Adam Lonitzer, un botánico alemán. Como curiosidad, se trata de una de las mejores plantas para renovar el ambiente y mitigar la polución según estudios llevados a cabo en Holanda. Debido a su fácil cuidado se va a instalar en algunas ciudades.

FICHA TÉCNICA:

La *Lonicera caprifolium* procede de Europa y crece en forma de arbusto, pudiendo alcanzar los 5 metros de altura. Es trepadora por lo que se suele colocar en pérgolas o enrejados para que llene nuestros paseos de color y de aroma, con sus profusas floraciones. Las hojas son brillantes y ovaladas, color verde intenso. Las flores son fragantes trompetillas de colores amarillos, rojizos y blanquecinas. El aroma es más intenso por la noche.



CULTIVO Y CUIDADOS:

Es una planta resistente al frío y al calor, de buen crecimiento y pocos cuidados por lo que es un gran aliado



para el jardinero inexperto, o para cualquiera que aprecie sus características. Gusta de riegos algo regulares pero nunca encharcaremos su espacio, para lo cual necesitaremos una tierra bien suelta con buen sistema de drenado. Preferentemente la colocaremos en algún elemento por el cual pueda trepar, porque si no la lonicera lo buscará ella sola.

Por otra parte, no necesita ambientes soleados, de hecho se encuentra mejor a la sombra, siempre y cuando le alcance algo de luz indirecta. Es una planta sombría y nocturna, ya que al caer la noche desprende más aroma en sus flores. Reproduciremos por esquejes en verano y podaremos en invierno.

PROPIEDADES MEDICINALES:



Es buena para las inflamaciones internas, problemas respiratorios, infecciones, hepatitis, fiebres y cefaleas. Es un compuesto habitual en la fitoterapia y en la medicina tradicional china. No recomendamos usar la que tengamos plantada en casa, puesto que se venden en jarabes, aceites y otros compuestos que

son mejores opciones. Consulte en el herbolario. Además su fragancia es muy apreciada y con ella se hacen productos de estética, tales como jabones.

Otras Loniceras que tienen usos medicinales, aunque estos pueden variar respecto a los de la caprifolium:

- Lonicera japonica
- Lonicera xylosteum
- Lonicera periclymenum



USOS MÁGICOS:

Dentro de los que creen en el poder ritual de las plantas, esta sirve para atraer la sexualidad y el dinero. Está asociada a la masculinidad y a los signos de tierra. En aromaterapia puede servir para limpiar la negatividad, y ayuda a combatir la soledad y los estados de distracción mental o emocional.

MEJORANA (*Origanum majorana*):

La mejorana es un pariente cercano del orégano y de hecho su sabor y aroma es bastante similar. Proviene, por tanto, de las zonas de influencia del mar Mediterráneo, especialmente de las zonas del este y en norte de África. Estamos ante una planta quiñás menos extendida y menos empleada en gastronomía que el orégano (*Origanum vulgare*), lo que no implica que no sea una excelente opción para diversos platos. Su nombre procede del vocablo latino maior, derivado en mayor, que quiere decir "mayor", y es una referencia a su simbolismo en las antiguas Grecia y Roma, y sus áreas conquistadas, donde era una gran planta símbolo de



felicidad, asimismo empleada en la medicina. En cuanto a *Origanum*, procede del griego, y querría decir algo así como "la belleza de la montaña", porque se ha visto creciendo en zonas agrestes. También se conoce la mejorana como mayorana, marjorama, o marjoram.

FICHA TÉCNICA

Planta mediterránea de la familia de las Lamiáceas muy apreciada por el aroma y el sabor que aporta, además de por sus propiedades. Se trata de una herbácea vivaz (anual o perenne dependiendo del clima) de tallos leñosos y un crecimiento más bien horizontal, que no alcanza grandes alturas de no ser por sus tallos florales, erectos, que oscilan el metro. Sus hojas son ovaladas y pequeñas, opuestas y de colores claros. Las flores emergen en verano, son muy pequeñas, y se reúnen en grupos de color blanco o rosado.



CULTIVO Y CUIDADOS

Es una planta que puede hallarse en zonas escarpadas creciendo en estado salvaje, por lo que prefiere suelos sueltos, secos y calizos. Además de esto, no requiere muchas dosis de agua, pero sí una ubicación al pleno sol. Para regar, optaremos por el clásico tanteo del sustrato, en busca de una sequedad aguda como signo de que necesita un poco de agua, pero por lo demás no nos preocuparemos en regar la mejorana frecuentemente. Por otra parte, la mejorana no soporta bien el frío, así que la protegeremos en invierno, metiéndola dentro de casa o cubriendo con un plástico por la noche. Para sembrarla lo haremos en primavera con una separación mínima de 20 centímetros si la sembramos directamente en el jardín, sin semilleros. Brota mucho mejor en suelos calientes o templados, por lo que si en primavera hace todavía frío en nuestra zona, ubicaremos las semillas en semilleros protegidos.

PROPIEDADES MEDICINALES

A pesar de que las brácteas blancas que tienen las flores son las partes que se recolectan a nivel industrial por tener mayor cantidad de aceites esenciales, se pueden encontrar mezclas en los herbolarios con mejorana directamente preparada para hacer infusiones, que generalmente son a partir de las hojas secas. Para recolectar las hojas secas cortaremos tallos enteros a tres dedos por encima del nivel del suelo, dejándolos secar colgados o depositados en un lugar templado y bien ventilado. La mejorana en infusión se emplea para dolores de estómago y otras afecciones del aparato digestivo, como úlceras. Es expectorante y buena para los catarros, combinada con miel y limón. Combate el mal aliento, y es cicatrizante en sus usos tópicos, así como actúa también como antiséptico. Se le atribuyen también usos relajantes, para abrir el apetito, y como antibiótico natural.



PLANTAS de

Narciso (*Narcissus spp.*)

Género de plantas bulbosas de la familia de las amarilidáceas, que incluye unas 40 especies distintas. Procede de países lindantes con el mar Mediterráneo. Es muy apreciada por sus flores, que surgen a los 4 meses tras haber sido plantados. Buena opción tanto para interior como para exterior.

Flores: las flores del narciso surgen en primavera, suelen ser de colore claros, especialmente el blanco o el crema, también combinados con amarillos. Puede aparecer en grupos o solitarias.

Ambiente: temperatura alrededor de los 15°C. En lugares calurosos no debe darle el sol durante muchas horas diarias.

Riego: requiere humedad constante, pero con un suelo bien drenado. No echar mucha agua en cada riego.

Cuidados / recomendaciones: planta los bulbos en otoño. Apta para usar sus flores cortadas a modo de decoración, pero sin mezclar con otras plantas.



Adelfa (*Nerium oleander*)

También llamado laurel rosa, pertenece a las apocináceas y es también originaria de regiones del Mediterráneo. En estado salvaje puede verse junto a riachuelos, siempre cerca de masas de agua. Se trata de un arbusto perennifolio de crecimiento rápido que puede alcanzar los 6 metros de altura. En exterior se puede emplear para crear setos, y de forma aislada, puede ocupar una maceta grande.

Flores: sus flores son de tamaño mediano de diversos colores (rosas, rojas, amarillas...) y pueden brotar desde la primavera hasta el otoño.

Ambiente: esta planta prospera bien en lugares muy luminosos, con sol directo. Soporta el frío.

Riego: estándar (cuando el sustrato esté seco), la adelfa puede resistir la sequía.

Cuidados / recomendaciones: precaución con sus hojas, pues tienen compuestos tóxicos. Es una planta muy resistente, y no requiere que pulvericemos sus hojas con agua, lo que suele ser una práctica habitual en interior.



Pachystachys (*Pachystachys lutea*)

Planta con vistosas flores, de la familia de las acan-
táceas. Este ejemplar tiene su origen en



Sudamérica, es herbá-
ceo perenne y no alcan-
za grandes alturas. Es
de fácil cultivo.

Flores: son de color
blanco rodeadas de
brácteas amarillas,
cuya forma es algo
espigada. Floración
veraniega.

Ambiente: húmedo,
pulverizar sus hojas
pero no sus flores. Luz
solar directa.

Riego: frecuente en
verano, más espaciado
en invierno (cada dos
semanas).

Cuidados / recomendaciones: en primavera
podemos hacer esquejes y podar esta planta.

Geranio (*Pelargonium zonale*)

Aunque todo el mundo lo conoce por este nombre,
también son llamados malvones. Planta que tiene su
origen en el continente africano, concretamente en
zonas de Sudáfrica.

Es una planta peren-
ne de la familia de
las geraniáceas, una
de las más extendi-
das en jardinería de
interior y de terraza.
Es de fáciles cuida-
dos y sus flores son
vistosas.

Flores: en ramille-
tes, de muchos colo-
res diferentes, tales
como rosa, rojo,
naranja... Pueden
emerger en primavera y en verano, hecho por el cual
es muy apreciada.

Ambiente: pleno sol, o semisombra en lugares muy
calurosos.

Riego: estándar, aunque soporta sequías. En verano,
casi diario.

Cuidados / recomendaciones: cuidado con la mari-
posa del geranio. Esquejes en primavera.



e INTERIOR

Bignonia roja (*Bignonia radicans*)

Pentas (*Pentas lanceolata*)



Planta perenne procedente de África, de la familia de las rubiáceas. Con el clima adecuado puede florecer casi todo el año. Sin embargo, en climas adversos se vuelve anual. Su forma es la de pequeño arbusto y tiene unos colores muy vivos que contrastan entre sí, entre hojas y flores.

Flores: de pequeño tamaño pero abundante floración. Forma de estrella, y colores variados (rosa, naranja...) Su época habitual de floración es a partir de la primavera.

Ambiente: sol o semisombra. Que le llegue algo de luz directa al día. No tolera bien el frío intenso.

Riego: más copioso en primavera-verano. El resto del año espaciado. Rociar habitualmente las hojas con agua.

Cuidados / recomendaciones: cuanto más sol, mejor floración.

Planta de muy bonita floración de las bignoniáceas, cuyo origen tenemos que buscarlo en Estados Unidos. Crece en forma de arbusto trepador, así que en maceta puede tener cierto porte colgante. Es de hoja caduca y se caracteriza por un crecimiento rápido. Buena planta para macetas.

Flores: forma de trompeta, de color rojizo, rosado y anaranjado. Floración a partir del verano.

Ambiente: pleno sol preferiblemente, también soporta semisombra. Resistente al frío.

Riego: frecuente, no dejar secarse el sustrato. Gusta de suelos húmedos.

Cuidados / recomendaciones: abonar una vez a la semana durante la primavera. Podas a final del invierno.



Plumbago (*Plumbago auriculata*)

Aunque no guarda mucha relación con el jazmín, por el parecido de sus flores se le llama jazmín azul o celestina. Perteneciente a la familia de las plumbagináceas, y se trata de un arbusto, también trepador, de hoja perenne.

Flores: florece todo el año excepto en estaciones frías. Sus hojas son pequeñas, con cinco pétalos, de color azul celeste. Existe una variedad de hoja blanca.

Ambiente: pleno sol para mejor floración. No resiste heladas.

Riego: abundante en verano.

Cuidados / recomendaciones: en maceta abonar dos veces al mes mediante los riegos. Poda anual.



Plumeria (*Plumeria alba*)

Planta de la familia de las apocináceas que puede alcanzar los 5 metros de altura. Sus vistosas flores tienen también deliciosas fragancias. Crece en forma gran arbusto o pequeño árbol en función de la poda que le proporcionemos. En maceta es muy importante que

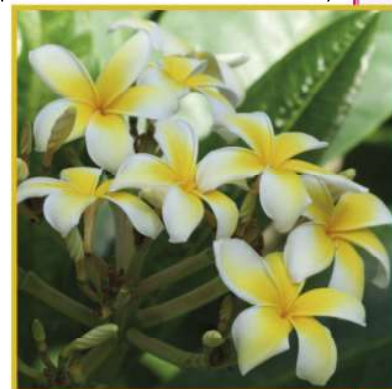
tenga sustratos bien drenados para no encharcar, y el propio recipiente, mejor que sea de terracota.

Flores: desde el verano al otoño. Son pequeñas, color blanco con el centro amarillo.

Ambiente: pleno sol, en balcones orientados al sur/este.

Riego: frecuentes en primavera-verano.

Cuidados / recomendaciones: floración pobre por falta de luz directa. Delicada para interiores sombríos. Podas al final de invierno.



PLANTAS de

Crocus o Croco (*Crocus spp.*)



Género originario de áreas de influencia mediterránea, como Grecia o Balcanes. Tal vez el más conocido sea el *Crocus sativus*, del que se extrae la especie del azafrán. Es una planta bulbosa que no alcanza grandes alturas, ideal para macetas.

Flores: con forma de cáliz, blancas, moradas, rosadas... colores variados y mezclados. Puede florecer a partir del invierno.

Ambiente: sol y semisombra
Riego: moderado.

Cuidados / recomendaciones: se trata de una planta de fáciles cultivos. Se planta en otoño. En interior se deben garantizar más de dos horas de sol diarias para una buena floración. Tras la floración se cortan las hojas.

Palma del sagú (*Cycas revoluta*)

Se trata de una palmera de la familia de las cicadáceas que tiene su origen en diversas zonas de Asia, tales como Vietnam o Japón. Se trata de un auténtico fósil botánico, pues está en nuestro planeta desde hace miles de años. A pesar de sus semejanza con una palmera, se trata de un ejemplar diferente, enano, que rara vez supera el metro de altura. Queda muy bien en hileras en macetones. Sus flores son insignificantes.

Hojas: persistente, sus hojas son pinnadas color verde oscuro y muy resistentes.

Ambiente: semisombra. No soporta las heladas.

Riego: moderado, dejando que el sustrato se seque.

Cuidados / recomendaciones: paciencia, pues tiene un crecimiento lento, por lo que tal vez es buena idea compara ejemplares adultos. Aportar suelos ricos.



Flor del tabaco (*Cuphea Ignea*)

muy curiosa esta planta por la forma que tienen sus flores, que se asemejan a cigarrillos encendidos de los que emerge una parte de ceniza. Es de la familia de las litráceas y procede de México. Sus hojas son perennes y crece en forma de pequeño arbusto.

Flores: emergen en primavera y se pueden prolongar hasta el otoño. Color anaranjado con puntas blanquecinas. Forma de pitillo.

Ambiente: semisombra. Que no reciba mucho sol directo.

Riego: frecuente en verano.

Cuidados / recomendaciones: cuidado con las orugas. Agradece un suelo fértil y rico en nutrientes.



Ciclamen (*Cyclamen persicum*)

Planta de las primuláceas originaria de Persia, aunque también se ha visto en zonas montañosas de Europa. Es una de las plantas de invierno preferidas por los amantes de la jardinería. No alcanza grandes alturas, llevando a la vez al medio metro.

Flores: en invierno, hecho por el cual es muy apreciada. Su forma es muy característica. La coloración puede variar.

Ambiente: evitar luz directa. Semisombra. Orientación norte.

Riego: sustrato húmedo siempre, sin encharcar. Muy importante que drene bien.

Cuidados / recomendaciones: la planta empieza a descansar durante el verano, por lo que presentará un aspecto poco vistoso. Cuando se suavizan las temperaturas y llega el frío, revive.



e EXTERIOR

Brezo de Vizcaya (*Daboecia cantábrica*)

Planta de la familia de las ericáceas que crece en forma de pequeño arbusto leñoso que puede llegar al medio metro de altura. Crece en las costas bañadas por el mar Cantábrico. Su nombre "Daboecia" procede de un santo irlandés llamado Saint Daboec. En Asturias se llama Gorbieza, y en País Vasco Ainarra.



Flores: en desde marzo, su forma es grande y globosa, en grupos de racimos. Color rosa.

Ambiente: pleno sol o semisombra. No soporta el calor intenso.

Riego: espaciados, que el sustrato se seque.

Cuidados / recomendaciones: prefiere suelos pobres en nitrógeno, y ácidos.

Daphne o torvisco (*Daphne gnidium*)

Esta planta procede de las tímeleáceas, y crece en forma de arbusto perennifolio que puede alcanzar cierta envergadura. Su origen hay que buscarlo en zonas de influencia mediterránea, especialmente archipiélagos y en la Península Ibérica.

Flores: panículas de color blanco, amarillo o rosado. Florece en verano y hasta el inicio del invierno.

Ambiente: sol o semisombra

Riego: soporta bien la sequedad.

Cuidados / recomendaciones: multiplicación preferiblemente por estacas y acodos. Mal trasplante.



Dalia (*Dahlia spp.*)

Planta bulbosa de las compuestas cuyo origen está en México.

Es herbácea y perenne, y se caracteriza por tener unas raíces tuberosas que almacenan agua. No suele alcanzar grandes alturas. Algunas variedades necesitan un tutor al principio para crecer correctamente, no siendo necesario en las más pequeñas.

Flores: característica forma de pompón.

Florece en verano-otoño.

Ambiente: pleno sol.

Preferiblemente que no haya calor intenso, porque esto dificulta la floración.

Riego: moderado durante sus primeras etapas. Estándar el resto de su vida.

Cuidados / recomendaciones: aumentar el riego cuando aparecen los primeros capullos. Abonar en invierno.



Flor de seda o verdoga (*Portulaca grandiflora*)

Esta planta originaria de zonas de Sudamérica como Argentina o Brasil es de la familia de las portulacáceas y se tiene una vida anual. Es rastrera y rara vez alcanza los 20 centímetros de altura, pero nos obsequia con bonitas y variadas flores. Sus hojas son carnosas.

Flores: apreciadas para la decoración rastrera, toman muchos colores y muy vivos. Florece en verano o finales de primavera.

Ambiente: pleno sol para una mejor floración.

Riego: más habitual en verano.

Cuidados / recomendaciones: aportar a esta planta un suelo muy bien drenado. Acepta bien el cultivo mediante semillas.





10 TRUCOS PARA TÚ HUERTO

1.-¿Por qué proteger las plantaciones?:

Cuando tenemos un huerto, por pequeño que sea, nuestro objetivo principal será – como es natural – obtener frutos que podamos emplear en la alimentación, llegando a la mesa el mejor productor posible. Para ello vamos a necesitar cuidar mucho de nuestras plantaciones aportándolas todo lo que necesitan para desarrollarse. Una de las labores imprescindibles tiene que ver con la protección ante ataques de otros seres vivos que también quieren disfrutar de nuestras hortalizas, frutales, etc., como algunos insectos o pájaros.

Las plantas más jóvenes son las más vulnerables, y se debe evitar el contacto con aves y las babosas. Para los insectos existen unas mallas bastante tupidas pero que, por otra parte, permiten el paso a los tan necesarios rayos de sol. Funcionan de la misma manera que una mosquitera que podamos poner en verano en la ventana o alrededor de la cama para que no nos acibillen los mosquitos.

Asimismo tanto las plantaciones tiernas como las que van siendo más adultas deben estar resguardadas del frío. Nunca debemos confiarnos en periodos de transición, pues aunque veamos que el sol empieza a calentar, la meteorología suele ser bastante cambiante y puede

sorprendernos incluso una helada tardía, echando a perder nuestros cultivos, a los que ya habíamos retirado las protecciones. Tal vez sea un poco exagerado, pero tenemos un popular refrán al respecto que dice “hasta el cuarenta de mayo no te quites el sayo”.



2.-Algunos tipos de protecciones:

Como dejamos caer en el consejo anterior, las redcillas finas que se venden en diferentes tiendas de jardinería están especialmente diseñadas para que no se cuelen los insectos que podrían aprovecharse de nuestro huerto. No olvides utilizar estacas y colocar sobre ellas la red para que no tenga contacto con tus plantas y permita un correcto crecimiento de las mismas. Tampoco pasemos por alto que la malla debe estar sujeta por todos sus laterales para que los insectos no la atraviesen. Por ejemplo, si tiene las hortalizas en cajones, no tenga reparo en colocar alguna grapa por los bordes, siempre y cuando haya colocado antes las estacas sobre las cuales descansará nuestra tela. Con este mismo sistema se puede colocar una lona de plástico transparente, tam-



bién muy utilizada y siempre bien sujeta al cajón o a la maceta.

También hay unos recipientes de cristal transparente, por ejemplo en forma de campana, que protegen de insectos, babosas y del frío, pero tienen una contrapartida: hay que tener cuidado con los rayos del sol, que pueden intensificarse por efecto del vidrio, y habrá que destapar la planta durante un rato cada día para que pueda ventilar y renovar el aire que la rodea. Similar a esto sería un recipiente de plástico transparente, con la ventaja de que le podríamos practicar finos agujeros para que se produzca la transpiración, pero sin que puedan penetrar los insectos.

Algunos pájaros que pueden dañar las cosechas en ciudad son: las urracas y los gorriones, especialmente estos últimos en cultivos de frutos rojos. Si acuden mosquiteros o herrerillos es muy probable que tengamos alguna plaga, pues se alimentan de estos pequeños insectos.

3.-Asustando a los pájaros:

Lo más casero, finalmente, sin prácticamente invertir un céntimo, sería intentar espantar con medios hechos por nosotros a las curiosas aves que se acercan a nuestros cultivos. Se trata de colocar un elemento llamativo que genere la desconfianza de estos amigos alados y así no se aproximen a nuestras plantas. Algunos ejemplos que además nos sir-



ven para reutilizar materiales son: CD's atados con un cordel exponiendo el lado más brillante hacia fuera; la bobina de una cinta VHS alrededor de una maceta, de tal manera que genere un brillo y un movimiento con el aire; o simplemente colgar unas tiras de papel de aluminio o una bolsa de plástico que se mueva con el viento. Los más creativos pueden confeccionar un espantapájaros con ropa ya usada y algunas maderas. Usa materiales que puedan brillar y mecerse con el viento, y cambia de vez en cuando el método, pues los pájaros se acaban acostumbrando a nuestros elementos disuasorios y estos pierden su función. Si se desea hacer una inversión porque las aves están arruinando nuestras cosechas, existen otros métodos que emplean determinadas pulsos u ondas de sonido cada cierto tiempo, o unas bolsitas que se cuelgan de las ramas de los árboles que contienen un material químico repelente para estos animales.

4.-¡Enemigos en el estiércol! :

Cuando compramos, fabriquemos, o nos regalen estiércol casero, compost, o pongamos hojas a descomponer, tenemos que vigilar que no nos salgan larvas de escarabajos. Estas larvas, también llamadas "gallinitas ciegas", son peligrosas para nuestro huerto, pues algunas especies se nutren de las raíces, y ya en etapa adulta de las hojas. Normalmente no se ocultan a una gran profundidad, sino más bien de forma superficial, y simplemente arando encontraremos a simple vista estas larvas blancas. Si ya se ha procedido a plantar y nuestros ejemplares empiezan a perder horas y amarillear, entonces es posible que algo esté atacando las raíces. A muchas aves les encanta comer estas larvas, a las cuales se le pueden poner trampas en forma de recipientes con cerveza, al igual que con las babosas. Otro truco para ahuyentarlas es plantar ajos o regar con una infusión de ajo, pero no basta con aplicarlo una sola vez, debemos ser constantes por un espacio de unas dos semanas.



5.-Remedio contra las plagas :

como "más vale prevenir que curar", y una vez instaladas, es difícil quitarnos de encima las citadas plagas sin que dejen su huella. Vamos a emplear el ajo para espantar estos indeseados invitados, ya que esta planta les repele. Algo tan sencillo como plantar ajos cerca de los cultivos que queremos proteger, podría ser una buena medida. Pero yendo un poco más lejos vamos a hacer un preparado que nos sirva para una doble función: regar y proteger. Necesitamos hervir un litro de agua en una cacerola, y a este líquido le añadiremos 5 dientes de ajo de buen tamaño, los cuales machacaremos antes de echarlos, para que así liberen durante la cocción todas sus propiedades repelentes.



Dejaremos enfriar el preparado antes de poder incorporarlo al pulverizador diluido en una solución mitad agua, mitad infusión, que nos vale incluso contra las babosas y caracoles. Hay dos problemas derivados del preparado de ajo: uno de ellos es que el olor puede resultar molesto para nosotros mismos, así que puede lograr repeler no solo los insectos sino también las visitas más escrupulosas.



Sin embargo, no afecta al sabor de aquellos cultivos comestibles.

El otro inconveniente es que puede espantar también las abejas, así que cuidado con las flores que requieran polinización.

Otro insecticida casero se podría preparar con una infusión de ortigas. Además de con agua caliente, hay quien prefiere hacerlo en agua fría porque considera que al hervir se pueden perder propiedades. Esta fórmula es más lenta, pues tenemos que dejar la ortiga en agua fría durante 3 días completos removiendo diariamente. En el caso de los ajos, serán 5 días para su preparación en frío. La decisión es tuya, pudiendo incluso combinar ambos ingredientes en un súper insecticida. Riegue con estas soluciones ante el menor indicio de plagas, o cuando prevea temporada invasora.

Además de plantar ajos, prueba con tomillo, lavanda y manzanilla, pues también repelen algunos de las más comunes plagas. La albahaca y el ajo, además repelen otros insectos como los mosquitos.

6.-Para empezar, aromáticas:

si estamos algo indecisos y somos primerizos en estos asuntos, la mejor opción es comenzar un huerto urbano con la plantación de las tan agradecidas hierbas aromáticas. Se trata de plantas con fáciles cuidados y cuyos resultados se empezarán a notar pronto. Recolectando sus hojas, podemos emplearlas en diferentes platos de cocina, o bien – en algunos casos – para hacer saludables infusiones, y todo ello con la satisfacción personal de que el producto ha salido de nuestra maceta. Hay quien empieza plantando sus vegetales favoritos sin tener los conocimientos adecuados, o bien se trata de plantas con mayores dificultades.

Debido a esto muchas personas desisten en tener su propio huerto, y no se trata de si hicieron bien o mal las labores de mantenimiento, sino que se atrevieron con un nivel muy alto iempezaron la casa por el tejado! Por eso, en el huerto, recomendamos ir de menos a más en



cuanto a dificultad de cuidados y en cuanto a cantidad de plantas distintas. Estas son las aromáticas ideales para empezar.

- **Perejil:** ¿quién no lo ha tenido fresco alguna vez en casa? Ya sea porque nos lo regalaron en el mercado o porque nos hicimos con él, se trata de una de las plantas más empleadas en la gastronomía. Una maceta de perejil, planta de fácil cultivo, nos garantizará una fuente ilimitada de hojas durante un corto periodo de tiempo. Tras la floración se pueden recoger semillas para cuando la planta esté vieja y comience a perder el color volviéndose algo leñosa, poder plantar de nuevo y así hacer un ciclo sin fin.

- **Menta:** recomendamos, en este caso, comenzar con un plantón y desarrollarlo en lugar de emplear semillas. La menta es una planta que podremos usar incluso en repostería o para acompañar multitud de infusiones. Estamos ante una aromática que crece y crece, casi de manera invasiva, así que tendremos que controlar con la poda su crecimiento, pudiendo usar las hojas recortadas para nuestro consumo. A veces da la sensación de que la planta está en decadencia, o incluso muerta, pero si la cuidamos, generalmente la menta suele rebrotar.



- **Romero:** sobre todo en zonas de influencia mediterránea, estamos ante una planta que no es difícil de encontrar en estado salvaje en el campo. Está muy acostumbrada a la sequía y al pleno sol, por lo que es un aliado resistente. De las mismas propiedades tenemos el tomillo, también recomendable para comenzar con un huerto en casa.



7.-Y para continuar... :

Bien, si pasamos al siguiente nivel y queremos que el huerto adquiera cierta entidad, es posible que no nos sintamos completos únicamente con aromáticas. Actualmente muchos famosos mundialmente conocidos, como por ejemplo Jennifer Aniston o Alejandro Sanz, han hecho sus pinitos en el mundo del cultivo en casa, y el huerto urbano o el huerto en casa está cada vez más en boga por sus cualidades. Por eso, tanto para los que llevan poco tiempo cultivando como para los veteranos, he aquí una lista de vegetales que van como anillo al dedo en un huerto que comienza.

- **Tomate:** típico en aquellas personas que comienzan a tener un huerto, incluir en este alguna tomatera.



Si no se dispone de mucho espacio, lo mejor es escoger una variedad mini o incluso cherry, porque si tomamos una normal, es probable que nos dé frutos pequeños. Aportar bastante luz natural y riegos no muy copiosos.

- **Zanahorias:** planta muy agradecida y de fáciles cuidados. Se pueden plantar prácticamente todo el año, y crecen sin problemas en tiestos profundos.

- **Pimiento:** a esta planta le va bien una ubicación soleada. Crece a lo alto creando pequeñas matas



que van aumentando su altura hasta que nos va proporcionando pimientos, cuyo color y tamaño dependen de la variedad y de su cultivo. El más frecuente, tal vez, es el pimiento verde alargado.



Guisantes: gran fuente de vitaminas, minerales y fibra. Esta planta necesita también un sistema de tutor, generalmente en forma de tipi. Se trata de un cultivo bastante sencillo que se adapta a multitud de suelos.

Son solo algunas de las hortalizas con las que comenzar, en otros números te propondremos más.



8.-El "abono verde":

El "abono verde": básicamente se trata de cultivar plantas con el objetivo de recolectarlas en un breve periodo y enterrarlas mezcladas con tierra para que le aporten a esta una serie de propiedades propias de un humus joven. Con este componente podemos mejorar en gran medida el sustrato y el aporte de materia orgánica – y a su vez de nutrientes – que reciben nuestras plantas del huerto, pudiendo de paso aprovechar algunos cultivos. Con él aceleraremos el crecimiento de nuestras hortalizas en suelos ligeros. Lo que se buscan en las plantas que generan abono verde es que tengan un rápido crecimiento, que sean frondosas y algo suculentas, y que



podan crecer en todo tipo de suelo, especialmente en los pobres. Generalmente se suele hacer este tipo de abono a partir de vegetales de las familias de las leguminosas y de las crucíferas. Las leguminosas absorben gran cantidad de nitrógeno del aire y tienen la facultad de fijar este elemento en la tierra. Algunas de las más empleadas son: trébol blanco, habas y altramuces. Las crucíferas son buenas por su rápido crecimiento, y las que más se usan son la mostaza amarilla y blanca, la colza o el rábano.

9.-El "sí" y el "no" del compostaje:

A la hora de hacer un compost hay ciertos elementos que están permitidos y otros que no tanto.

Cada ser humano puede producir más de 60 kg de materia orgánica fruto de los restos de su alimentación (cáscaras, huesos, pieles...)

a los que habría que sumar los restos de la poda y mantenimiento de sus plantas, jardín, etc., muchos de los cuales son reutilizables. Es nuestra responsabilidad aprovechar estos desechos si somos amantes de la jardinería, para realizar un buen compost y alimentar nuestras plantas. Cuando separemos los desechos, esto es lo que tiene cabida y lo que no, dentro de la compostadora:

- **Sí:** restos de frutas y verduras, flores cortadas, plantas con raíces, pan duro, cáscaras de huevo, posos de café y de té, restos de hierba del prado, papel reciclado, trozos de madera sin barniz, hojas caídas.

- **No:** pieles de frutas que han sido tratadas con ceras, cenizas de estufas o chimeneas, restos de carne, pescado o embutido. Bajo ningún concepto materiales que tengan químicos, pegamentos, medicinas, sintéticos, plásticos, revistas, periódicos, aceites o aparatos electrónicos. No se recomienda por su lentitud a la hora de descomponerse las hojas de magnolio y las agujas de coníferas.



10.-Semilleros para todos:

Algunos prefieren hacerlo directamente en el huerto o maceta, pero existen muchas personas deciden sembrar sus semillas en pequeños receptáculos y esperar hasta tener un plantón con hojas verdaderas, para posteriormente plantarlo en la ubicación donde estará fija hasta aportarnos sus deliciosos frutos. Los semilleros nos ayudan especialmente cuando las condiciones climáticas son algo adversas, para empezar a plantar desde el invierno con vistas a la primavera, por ejemplo. Lo más habitual en estos casos es contar con varios recipientes, y no con uno solo, puesto que no todas las semillas van a germinar, motivo por el cual se venden ya unos semilleros en hileras fabricados a partir de material biodegradable. También habrá que mantener el sustrato húmedo en todo momento – si bien no encharcado – y protegido del exceso de sol y de las bajas temperaturas. Por este último motivo – el frío – algunos semilleros vienen con un sistema protector tipo invernadero. La temperatura no debe bajar de los 15°C en general. Cuando empiecen a emerger las primeras hojas y veamos cuáles son los ejemplares más vigorosos, descartaremos el resto o los que ni siquiera hayan llegado a prosperar.



LA ILUMINACIÓN EN TU JARDÍN O TERRAZA

Los que dispongan de un lugar exterior en el que tener plantas con sus preciadas y fragantes flores, entenderán mejor que nadie la importancia de tener una buena iluminación. Y es que es de noche, especialmente cuando llega el buen tiempo, cuando disfrutamos de una forma especial con el frescor y los aromas de nuestros ejemplares. Las largas veladas, las barbacoas, los chapuzones nocturnos en la piscina o las fiestas más alocadas tienen lugar frecuentemente en un jardín, patio o terraza, y para ello es imprescindible que haya luz, una iluminación que además hace más interesante y acogedor esta parte de la casa. Cuando por el día el calor sofocante nos impida estar mucho tiempo fuera de casa, al



llegar la noche, un jardín bien cuidado e iluminado hará las delicias de propios y extraños. Vamos a dar algunos consejos a la hora de buscar una iluminación ideal. El primer paso siempre es el mismo, en todos los trabajos del jardín: antes de actuar pensar, dibujar, trazar, presupuestar... y finalmente ir a la tienda.

Las luces que colocamos en el jardín o en la terraza pueden cumplir varios propósitos:

A) Iluminar el entorno: luces difusas y generalmente altas, como si de farolas se tratase. En un jardín grande y espeso necesitamos de varios de estos puntos de luz para no dejar zonas importantes en penumbra y tener contacto visual con cada rincón. En jardines pequeños y terrazas es posible que sea suficiente con uno o dos de estos puntos, que son los más intensos y potentes.

B) Resaltar: es un tipo de iluminación más direccional, más dura y concreta, que lo que busca es alumbrar un objeto para destacarlo. Suele partir de un punto bajo o incluso del suelo, y puede enfocarse a objetos del mobiliario, como una estatua o fuente, o bien a nuestras más preciadas plantas para darles un protagonismo especial. Dentro de esta categoría estarían aquellas luces que se van a emplear para lugares en los que necesitamos especial visibilidad, como una barra de bar, una barba-coa, un punto de lectura o la piscina. Muchas veces bastará con un flexo.

C) Señalizar sendas y obstáculos: también se usan luces de suelo al borde del camino principal para delimitar, o bien para avisar de que hay un escollo como pueden ser unas rocas, un estanque, o las vallas que delimitan nuestra parcela. Importante marcar con luces los escalones para evitar más de un susto.

Las luces pueden ser de diferentes intensidades, temperaturas de color, y gamas de colores. Así tendremos luces duras o blandas, tendremos luces cálidas (amarillas) o frías (blancas). Por otra parte tenemos filtros de colores que hoy en día se pueden ir alternando con un mando a distancia, para potenciar los verdes, azules, o rojos. Pueden ser luces parpadeantes o fijas, y estas pueden a su vez disminuir su intensidad creando un efecto de relajación. Las luces pueden estar colocadas en distintas posiciones respecto al objeto que quieren alumbrar.

- Luz baja enfocando hacia arriba de manera oblicua resalta las sombras. Acentúa el objeto
- Luz baja enfocando hacia delante iluminar bien pero no resalta tanto las sombras. Siempre suelen tener alguna angulación por mínima que sea.
- Luz alta enfocando hacia abajo ilumina más uniformemente los objetos. Luz alta sin direccionalidad es la luz de contexto, la que ilumina en general el lugar. Existe la posibilidad de que esta luz sea blanca, imitando la que nos ofrece la Luna. Aquí estarían incluidos los apliques de pared, muy útiles para terrazas y jardines pequeños, y en general para rodear la casa.

TIPOS DE ILUMINACIÓN

Apliques: se instala en una pared de la casa aprovechando las tomas de corriente de la misma. Se pueden regular y controlar mediante interruptores. Los tenemos de diseño más moderno con acabados metalizados o con toques clásicos imitando las farolas de hierro. Sus formas varían desde cilíndricas hasta cuadradas o redondas en forma de bola.

Tanto en este formato de pared, como en otros que mencionaremos a continuación, existe la opción de apostar por las luces Led, cuya tecnología de diodos emisores las hace más eficientes y nos ayudará a ahorrar en la factura de la luz. Además de esto si nuestro jardín recibe una buena dosis de sol aprovecharemos para instalar puntos de luz que se alimenten de energía solar para cargar sus baterías a través de paneles de células fotovoltaicas. De esta manera, de día recolectamos energía, y de noche tendremos luz en el jardín de manera gratuita.

Luces ambientales o decorativas: se trata de puntos de luz móviles que suelen llevar la tecnología Led incorporada, y que adquieren formas muy distintas como

de esfera, cubo o semejante a una lámpara de pie o de mesilla. Suelen ser de un plástico blanco translúcido y en su interior pueden albergar luz de cualquier color. Es más algo decorativo o para crear ambientes, pues no suelen ser suficientemente intensas como para, por ejemplo, leer un libro.

Focos de luz: se trata de puntos muy concretos y de baja intensidad que sirven para indicar lugares o peligros en el jardín. Se suelen colocar pegados a una superficie. Dentro de esta categoría entrarían los pequeños puntos de luz que se usan para resaltar objetos concretos. También entran aquí las luces para dentro de las piscinas. Para orientarnos por el jardín actualmente tenemos tiras enteras de pequeñas lucecitas led que pueden marcar entarimados, caminos, barandillas, etc.

Postes y farolas: luces altas que iluminan todo el jardín, aunque son las que más electricidad gastan por su potencia. Puedes encontrarlas de mayor y menor altura, así como con uno, dos, tres y hasta cuatro puntos de luz. Las hay de estilo clásico imitando el hierro forjado, o más modernas similares al aluminio. Es mejor al principio instalar menos de las que tuviéramos pensadas para no tener demasiada luz (y gastos) en nuestro jardín. Este es quizás el elemento más difícil de instalar, y es mejor contar con la ayuda de un electricista.

CONSEJOS Y ALGUNOS ASPECTOS A TENER EN CUENTA

- Haz de la armonía tu bandera no colocando más luces de lo necesario ni tampoco mezclando muchas tonalidades. Se trata de un jardín, no de una discoteca... ¿o tal vez sí? La segunda regla es que lleves a cabo tu propia idea de jardín... hay tantas como personas.

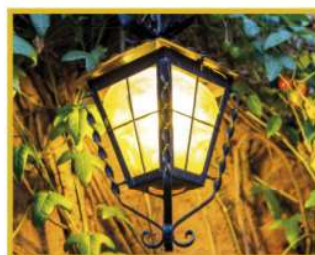
- Compra siempre luces homologadas y preparadas para estar en el jardín. Otro tipo de elementos pueden ser peligrosos al mojarse, pisarse, etc. Un exceso de calor en la fuente de luz o un mal cortocircuito pueden causar estragos en las plantas, y sobre todo en seres humanos y animales. Asimismo apueste por la seguridad señalizando con balizas los puntos peligrosos.

- Vamos de menos a más en la adquisición de luces. Tal vez no todo el jardín tenga que estar iluminado.

- Solicitamos ayuda a un especialista electricista en caso de dudas o de necesitar instalación. Estas luces van conectadas por debajo del suelo, del césped o de cualquier otro tipo de terreno y no cualquier usuario es capaz de instalarlas.

- Apostaremos por los led de bajo consumo, que hoy en día ya se han impuesto totalmente en el mercado.

Además intentaremos tener paneles fotovoltaicos para ahorrar energía y apostar por las fuentes renovables. Al fin y al cabo nuestro jardín es un espacio natural que queremos preservar de la contaminación.





A FONDO: EL HIBISCO

Llamamos hibisco al género *hibiscus*, perteneciente a su vez a la familia de las malváceas. La cifra de variantes no alcanza las 200 especies, rondando las 150, por lo que no estamos hablando de una gran gama, al menos en comparación con otras como las orquídeas, que superan las 1.000. El hibisco pertenece esencialmente a los climas tropicales cálidos y húmedos. Respecto a su origen, hay que buscarlo en algunas zonas de Asia, especialmente en China, de donde toma uno de sus nombres, *Hibiscus rosa-sinensis*. Es en estas zonas, también subtropicales, en las que la planta se desarrolla mejor de manera natural.

CUIDADOS GENERALES

Ambiente: esta planta tropical nos exige unas temperaturas suaves incluso en invierno, no bajando de los 15°C, por lo que si la tenemos ubicada en un macetón en el jardín, optaremos por meterla dentro de casa las noches invernales. Especialmente en invierno trataremos de exponerla al sol directo exceptuando las horas centrales de día, en las que pega más fuerte y puede causar daños en la planta. Por tanto estamos ante una planta de semi-sombra.

Riego: hay que aportar al hibisco un suelo que drene a la perfección, pues no tolera el encharcamiento. Respecto a la frecuencia de los riegos habrá que diferenciar en etapa de floración, especialmente en verano, cuando requerirá riegos más constantes. Por otra parte, en invierno serán mucho más espaciados ya que apenas necesita agua en la estación fría. Los hibiscos de interior necesitan periódicamente pulverizaciones en las hojas, no así en las flores.

Abonado: aportar fertilizante un poco antes de la época de floración y durante la misma cada dos semanas. El resto del año no es necesario.

Poda: para una mejor floración podaremos en primavera estimulando la planta de cara al verano. Las podas se realizan tanto para darle la forma deseada – por ejemplo

de arbolito – como para sanear quitando ramas muertas, hojas dañadas, o partes ya viejas. De esta planta también se han hecho bonsáis.

- **Poda de floración:** se hace a finales del invierno o en primavera. Una poda severa de las partes más antiguas o deterioradas de la planta provocará una floración más efusiva.

- **Poda de limpieza:** se hace en invierno. Quitamos ramas muertas, tocones, rebrotes que surgen desde la raíz o al pie del arbusto, ramas mal orientadas, flores y frutos marchitos, y aprovechamos para darle la forma deseada.

Plagas: esta planta se puede ver atacada por varios indeseables invitados, alguno de los cuales lleva incluso el nombre del hibisco. He aquí algunos ejemplos.

- **Chionodes hibiscella:** es una polilla originaria de Estados Unidos cuyas larvas atacan el hibisco.

- **Hypercompe hambletoni:** polilla originaria de Brasil cuyas larvas atacan el hibisco.

- **Mosca blanca, pulgón, cochinilla y araña roja:** estas plagas suelen ser comunes a muchas de las plantas que tenemos en el jardín. Todas las descritas se pueden combatir con su correspondiente repelente químico, siempre y cuando no vayamos a consumir el hibisco y solo lo queramos para decorar.

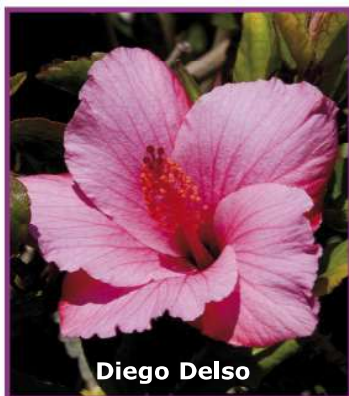
ALGUNOS HIBISCOS

A continuación vamos a exponer, a modo de ficha, algunos de los hibiscos más populares que podemos encontrar.

Hibiscus rosa-sinensis:

también llamado rosa de China, por su lugar de origen, se trata de un arbusto perennifolio de hojas ovaladas y alternas color verde oscuro. Sus flores son de tonos rojizos. Requiere un clima templado o cálido, algo de luz directa cada día y protección ante las corrientes fuertes de aire. Si la tenemos en interior le buscaremos una ubicación bien iluminada y trataremos de no mover la maceta hasta acabada la floración. Requiere de vaporizaciones casi diarias, especialmente en verano.

Para multiplicar este hibisco se puede hacer por semillas, división de mata o acodo. Las estacas se tomarán a finales de primavera o en verano. Echan raíces al mes y medio. Necesita mucha humedad.



Hibiscus arnottianus: arbolito o arbusto que alcanza los 4 metros de altura y procede de Hawái, y que puede ser muy similar, aparentemente, al anterior (rosa-sinensis). Se caracteriza por una gran floración de color blanco y a diferencia de la sinensis acepta la exposición a pleno sol. Es asimismo menos resistente al frío. Este hibisco necesita buenos abonados y agua abundante en primavera-verano, siempre y cuando tenga un correcto sistema de drenado. Una planta muy propensa a realizar esquejes con las partes tiernas, especialmente buenos si se emplean ayudas en forma de enraizadores.

Hibiscus syriacus: también llamada rosa de Siria, es una variedad caducifolia del sudeste asiático. Es más baja que las anteriores, llegando a los 3 metros, y su forma es la de arbolito de largo tronco, o bien de arbusto. Sus flores pueden variar en gran medida la coloración, habiendo un amplio espectro a nuestra disposición. Este es uno de los hibiscos que mejor resiste el frío, al ser de hoja caduca, por lo que queda muy bien instalado en el suelo del jardín no necesitando macetón. Ideal para formar setos en zonas costeras por su buena resistencia a la salinidad ambiental.

Hibiscus mutabilis: este hibisco procedente de China recibe el nombre de rosa de mayo en referencia a su etapa de floración, y es también caducifolio, aunque la caída de sus hojas dependerá del clima, y del frío al que sea expuesto. Crece de forma un tanto aleatoria y abierta por lo que es uno de los hibiscos que más poda necesitan para que se vean bonitos o elegantes, motivo por el cual no se ve mucho en decoración de jardín. El color de sus flores es blanco, y se puede dar una segunda floración en otoño.

Hibiscus sabdariffa: muy peculiar, este es el hibisco llamado flor de Jamaica, empleado para la alimentación y para hacer infusiones. Hablaremos de sus propiedades más adelante. Tiene su origen en las zonas tropicales de África, y se emplea mucho en Egipto y en Sudán. Es una planta anual que no alcanza grandes alturas dentro de los hibiscos. Tiene características flores rojas de forma cónica, y hojas alargadas y palmeadas. Es el hibisco que más luz directa necesita.



LOS HIBISCOS EN ESPAÑA

En España se pueden encontrar cultivos de hibiscos, especialmente en los dos archipiélagos, el canario y el balear, donde el clima les es más favorable, así como en el sur de la Península Ibérica. Estos son algunos de los más empleados: Hibiscus moscheutos, Hibiscus sabdariffa, Hibiscus tiliaceus, Hibiscus calyphyllus, Hibiscus arnottianus, Hibiscus rosa-sinensis, Hibiscus syriacus, Hibiscus mutabilis, Hibiscus indicus.



MÁS QUE UNA PLANTA MEDICINAL

El hibisco tiene múltiples usos de los que tal vez el más conocido es gracias a sus propiedades, por ejemplo, en



forma de infusión, muy consumida en determinados países donde se puede cultivar correctamente la flor de Jamaica gracias a climas propensos. Un estudio clínico ha demostrado que esta planta tiene cierto potencial a la hora de combatir la hipertensión, y además tiene efectos diuréticos, antiparasitarios y algo laxantes. Se le atribuyen otras propiedades, como mejorar la digestión, es depurativo, regula el colesterol, efectos afrodisíacos, y tiene altos niveles de vitamina C, por lo que es bueno para el resfriado. También se elaboran confituras y bebidas cuyo principal ingrediente es el hibiscus sabdariffa.

VISITAMOS EL HUERTO URBANO

“ESPINAKAS”

En esta revista queremos empezar a apostar por iniciativas ciudadanas para hacer un vergel en medio de la jungla de asfalto que supone una gran ciudad como Madrid. Nos acercamos al madrileño distrito de Palomeras en busca de hortalizas y te lo contamos con un reportaje fotográfico. Con esta serie queremos que tú también te animes a cambiar el mundo que te rodea y formes parte de una de estas cooperativas o puedas incluso comenzar una si no existe en tu zona. Basta con un pequeño terreno comunitario del que dispongas y tengas el permiso para explotar.



En este caso llegamos a un solar que hace unos años se encontraba abandonado. Está entre la avenida de Pablo Neruda y la calle de Villalobos, y sus fundadores tuvieron mucho trabajo por delante antes de poder empezar a disfrutar de algunas hortalizas y frutas. Cuando comenzaron – coincidiendo con el movimiento social 15M (2011) – tenían que convertir un terreno abandonado, lleno de escombros, basura y demás desperdicios, en un huerto. Allí – nos cuenta un veterano vecino – antes hubo una guardería que nunca llegó a funcionar, y después un centro social, hasta que finalmente fue derribado, dejando el solar olvidado. El trabajo y el esfuerzo fueron titánicos, pero entre varios vecinos consiguieron darle forma, y poco a poco ir plantando algunas especies, no solo comestibles sino también decorati-

vas como el jazmín, la jara, algún pino y un pequeño acebo que está emergiendo. Ya no están los cerca de veinte entusiastas que empezaron el proyecto, y ahora son un número variable que

no llega a los diez, por lo que piden que la gente se anime a participar. La huerta urbana agroecológica Espinakas es un espacio abierto para todo aquel que quiera cultivar, echar una mano y pasar un buen rato. Así nos lo transmitieron sus entusiastas cuidadores, que con sus familias acuden cada semana para recolectar, quitar malas hierbas, revisar los sistemas de riego, y todas esas labores tan necesarias para que al final podamos degustar los frutos de la tierra. Nos cuentan lo duro que es mantener un huerto, y viendo esto a pequeña escala nos imaginamos los problemas que acarrea ser agricultor, aprendiendo a valorar que cuando vamos al mercado y compramos, por ejemplo, unas berenjenas, detrás hay un trabajo enorme en el que no recapacitamos, el cual incluso en ocasiones no es apenas perceptible en el precio, que se pierde entre los intermediarios.



Recorriendo los senderos agrestes, nos explican que allí no se utiliza ningún tipo de pesticida por el bien de los cultivos, por lo que tienen que andar siempre desbrozando y quitando malas hierbas, y en seguida vuelven a emerger, motivo por el cual el aspecto general es algo más salvaje que un huerto dedicado a la agricultura de explotación. Pero esto no impide en absoluto que existan preciosos y extensos bancales, algunos con cultivos y otros preparados para la primavera/verano, momento en el que se instalarán plantones. También han dejado crecer aquí y allá algunos frutales como la higuera o el albaricoquero. Tenemos asimismo el rincón de las aromáticas, con salvia, tomillo, romero y perejil... entre otros. Y en cuanto a las hortalizas, aunque han tenido tomates, pimientos, patatas y demás imprescindibles, nosotros pudimos ver en nuestra visita cardos, acelgas comunes y rojas, alcachofas, ajos, cebollas en flor, repollos, brócoli, lechugas y unas matas de habas que, damos fe, conceden unos deliciosos frutos. Hay mucho espacio aún por plantar, pero poco a poco están consiguiendo buenos frutos, por lo que merecerá la pena seguirles la pista. Ellos nos acogieron como en casa, y nos enseñaron todos los recovecos, contándonos que en este lugar los niños son bienvenidos como una especie de museo/escuela al aire libre donde pueden aprender

de dónde viene las verduras que encuentran en el plato a la hora de comer, o donde puedan ver ejemplares propios de las zonas montañosas de Madrid. También organizan comidas, talleres y otro tipo de actividades relacionadas con el huerto.

Ya finalizando la visita nos fijábamos en que hay algunos remiendos en las vallas y nuestros anfitriones nos contaban que es una pena el vandalismo que está sufriendo este espacio comunitario que en realidad es de todos y para todos. De vez en cuando se encuentran con una brecha en la valla que protege el huerto, y con la ausencia de algún vegetal que ha sido sustraído. Solo basta con pedirlo, y ellos lo darán, es así de sencillo. No hay necesidad de entrar a hurtadillas. Lo que sí se necesita es gente que quiera ayudar, niños que quieran corretear, y ganas de plantar. Los frutos merecerán la pena, y todos obtendrán una buena recompensa: un aprendizaje, y un rato divertido entre amigos, ya que así es como nos sentimos nosotros cuando visitamos Espinakas. Cada domingo a las 12:00 del mediodía puedes encontrar allí algunos de los responsables, que estarán encantados de introducirte en el mundo del huerto urbano. Puedes contactar con ellos en el correo electrónico huertaespinakaspvk15m@gmail.com

ALGUNOS CULTIVOS



Niño recogiendo habas



Acelgas rojas



Cebollas en flor



Cardos y acelgas



Fresas



Remolacha

TU HUERTO EN TERRAZA Y JARDÍN

Presentamos una nueva entrega de nuestra guía para el huerto. No importa el espacio que dispongas, si es una pequeña terraza, un balcón, un una parcela del jardín, puesto que existen vegetales aptos para cada uno de estos lugares. Por lo tanto empezar un huerto en casa ya no es una tarea imposible, existiendo actualmente muchas alternativas que nos facilitan el trabajo. Lo que a buen seguro necesitaremos es una ubicación donde llegue bastante sol, factor muy necesario en el crecimiento de los vegetales. A las hortalizas habrá que sumarle pequeños frutales y aromáticas para tener varias opciones gastronómicas. No hay nada como probar de los frutos de nuestra propia cosecha, de los frutos de nuestro esfuerzo. Así que ¡a plantar!



ENFERMEDADES EN NUESTRAS PLANTAS

Por diferentes motivos que expondremos a continuación nuestras plantas del huerto pueden sufrir en gran medida, no llegando a aportar frutos y quedándose pequeñas y débiles. Es por ello que queremos hacer un pequeño dossier de los principales inconvenientes que pueden atravesar nuestros cultivos. Existen dos grupos de problemas, uno de ellos debido a factores físicos, como el clima, y el otro creado por seres vivos tales como hongos, bacterias, o plagas. Ambos son igual de importantes, y deben ser detectados con prontitud para poder actuar a tiempo.

Problema: escaso crecimiento, hojas endebles y amarillentas, flores escasas o sin floración.

Causa y solución: la planta no está en su suelo adecuado. Necesita aumentar o disminuir la acidez. Se aumenta con turba y se disminuye con cal (suelos calizos). Infórmese sobre las necesidades concretas de ese ejemplar.

Problema: hojas enrolladas sobre sí mismas, se secan y se caen.

Causa y solución: puede ser debido a un exceso de sol, lo que quiere decir que si las tenemos en macetas debemos cambiarlas de sitio a un lugar donde también le alcance algo de sombra. Las partes quemadas las podaremos. Si no podemos porque están en un terreno, les procuraremos alto de sombra con un improvisado parasol.

Problema: hojas pequeñas, endebles, escaso follaje y de colores tenues. Además los tallos crecen más largos de lo normal.

Causa y solución: al contrario que en el caso anterior, lo que sucede ahora es que necesita más luz así que buscaremos un nuevo y soleado emplazamiento a nuestras plantas. En el huerto de parcela, si es posible se moverán los cajones, y si no, habrá que pensar en el trasplante.

Problema: las hojas empiezan a amarillear o aparecen manchas,

Causa y solución: la planta sufre de un exceso de calor. Retírela de las fuentes de calefacción, o que le llegue menos sol directo en las horas centrales.

Problema: las hojas tienen manchas rojizas y se empiezan a arrugar. También puede aparecer amarilleamiento.

Causa y solución: en este caso lo más probable es que esté sufriendo por el frío. Optaremos por protegerla con alguna cobertura durante la noche y le aportaremos a un acolchado para que no perjudique a las raíces.



O URBANO



CONSTRUIR UN CAJÓN PARA EL HUERTO

Para crear nuestro huerto urbano, en ocasiones nos quedaremos cortos tratando de aprovechar las macetas que tenemos por casa o buscándolas en alguna tienda. Hay plantas que necesitan más espacio, por lo que lo más recomendable es tener al menos un cajón en el que ubicar varias plantas.



Una gran opción es reciclar viejos palés de madera. En primer lugar tendremos que desclavar las tablas alargadas, haciendo con ellas los laterales del cajón, que medirá un máximo de 1,2 metros de lado. Podemos serrar para recortar, haciendo un cajón pequeño de 50 centímetros de lado. El cajón no tiene necesariamente que ser cuadrado, puede ser rectangular con dos lados más largos. También tomaremos del palé listones más gruesos y alargados, que irán en las cuatro esquinas interiores del cajón para darle solidez, clavando aquí las tablas planas de los laterales. Además con este sistema sirven también como patas, para que el cajón esté más alzado y podamos trabajar sin tener que agacharnos.

Finalmente colocaremos un conjunto de tablas en el fondo del propio cajón para que ejerzan de base para el sustrato. Cubriremos el interior del cajón con una malla de jardinería, y en su interior ya podemos alojar el sustrato para hortalizas.



El cultivo protegido: a veces tenemos que controlar las condiciones climatológicas de nuestras plantas al ser estas sensibles al frío y al viento. Para ello optaremos por invernaderos y túneles. En general, cuando situamos estas estructuras – grandes o pequeñas – por encima de nuestros cultivos, lo que vamos a propiciar es que

crezcan y maduren más rápidamente. Esto, por supuesto, se torna en imprescindible en zonas de inviernos fríos.

NUESTRA SELECCIÓN: LAS FICHAS DEL HORTELANO URBANO

La aromática: Salvia (*Salvia officinalis*)

Descripción: puede llegar a casi un metro de altura, con sus fuertes tallos. Las flores son color violeta y se presentan en espigas. Sus hojas tienen cierto tacto rugoso. Florece en primavera/verano, y no suele vivir muchos años, por lo que tendremos que recoger sus semillas tras la floración para tener nuevas plantas.

Algunas variedades:

- 'Variegata'
- 'Crispa'.
- 'Alba'.

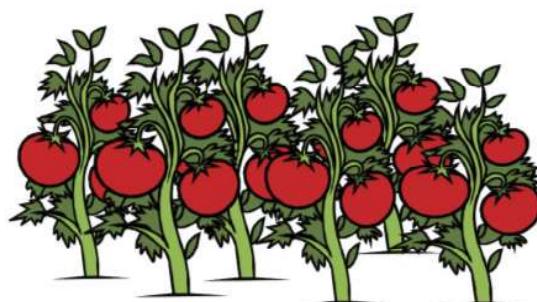


Luz: pleno luz pero soporta la semisombra.

Agua: riego estándar, esparciendo agua un par de veces a la semana. Tolerancia a la sequedad.

Cuándo plantar: en primavera.

Otros consejos: resiste bien en cualquier suelo. Las hojas del primer año no sirven para ser recolectadas, después emergerán hojas más tiernas y más aromáticas.



Fresa (*Fragaria vesca*)

Descripción: planta perenne de las rosáceas de poca envergadura y altura muy limitada, adquiriendo un



porte rastrero. Tiene unas características hojas dentadas bastante redondeadas que crecen a ras de suelo. Su floración presenta ejemplares similares a las margaritas, y puede prolongarse mucho.

Algunas variedades:

- 'Mara de los bosques'
- 'Gariguette'

Luz: ubicar las fresas al

pleno sol, preferiblemente de la mañana, evitando las horas centrales del día.

Agua: riegos copiosos pero sin encharcar.

Cuándo plantar: finales del invierno o principios del verano.

Otros consejos: se asientan bien en casi cualquier maceta, y prosperan con gran facilidad. Necesita temperaturas por encima de los 10°C para dar buenos frutos. Gusta de suelos ricos en nutrientes.

Frambuesa (*Rubus idaeus*)

Descripción: se trata de un pequeño arbusto que apenas supera el medio metro de altura, cuyo origen hay que buscarlo en

Europa. Pertenece a la familia de las rosáceas, y se caracteriza por tener hojas ovaladas y alargadas, y flores de poca importancia, blancas, verdosas o rosadas.

Por su crecimiento necesita un sistema

de tutores. Lo importante es el fruto, que está formado por esas bolitas llamadas drupas. Su sabor mezcla lo dulce y lo ácido.

Algunas variedades:

- No remontantes (no reflorecientes)
- Remontantes (vuelven a florecer)
- 'Bella de Fontenay'
- 'Maravilla Roja'
- 'Superlativa'

Luz: pleno sol.

Agua: riegos regulares, que no le falte agua.

Cuándo plantar: al final del invierno, cuando ya no haya heladas.

Otros consejos: gusta de terrenos aireados y algo ácidos. Use abonos con predominancia de nitrógeno. Resiste las bajas temperaturas. Requiere podas para aclarar y eliminar los ramos que han fructificado. Al igual que en el fresa, desarrolla potentes estolones que pueden crear nuevas plantas a cierta distancia del ejemplar principal.



Ajo (*Allium sativum*)

Descripción: planta perenne de las amarilidáceas cuyo bulbo se emplea mucho en la alimentación. Es perenne y tiene alargadas hojas verdosas y florecillas blanquecinas. Normalmente cada bulbo suele subdividirse en diferentes cabezas, siendo de 6 a 12 "dientes" lo más habitual.

Algunas variedades:

- Ajo rosa
- Ajo violeta
- Ajo blanco común
- 'Messidrome'

Luz: pleno sol.

Agua: no gusta de sustratos encharcados, aunque sí algo húmedos, así que hay que regar de forma espaciada sin que el sustrato esté totalmente seco.

Cuándo plantar: primavera y otoño.

Otros consejos: necesita una maceta profunda. Se recolecta cuando las hojas se estén marchitando. Se cuelgan dejándolos secar al sol durante unos días.



Cebolla (*Allium cepa*)

Descripción: se trata de una planta herbácea de las amarilidáceas muy extendida y muy consumida en la gastronomía de casi todo el planeta.

Tiene pequeñas raicillas poco profundas y alargadas hojas verdes. De ellas emerge un tallo con un ramillete de inflorescencias en forma de pompón. Al igual que en el ajo, en sus primeras etapas se forma un bulbo blanco cuyo

tamaño puede variar en función del momento de la cosecha, y de la variedad.

Algunas variedades:

- Blanca temprana (primavera)
- De invierno o tardías
- Para cebolletas: 'Blanca de Lisboa' y 'White knight'

Luz: pleno sol.

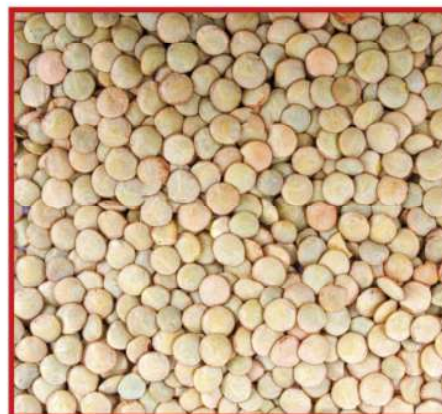
Agua: riegos regulares sin encharcar. No requiere mucha agua.

Cuándo sembrar: preferentemente, en otoño.

Otros consejos: necesita suelos ricos en nutrientes. Esta planta resiste bien las temperaturas bajas. Ubicarlas en recipientes profundos, mejor en cajones de huerto urbano.

Lentejas (*Lens culinaris*)

Descripción: las lentejas son unas legumbres anuales cuya altura no llega al metro, formada por verdes tallos angulares y pequeñas hojas ovales compuestas y alternas. Sus flores pueden ser blancas o en tonos rosados, violáceos, etc., surgiendo en grupos de cuatro. Los frutos emergen en pequeñas vainas que contienen lo que familiarmente llamamos lentejas, la parte que se deja secar y se come en deliciosos guisos, ensaladas, cremas y demás platos.



Algunas variedades:

- 'Beluga'
- 'Pardina'
- 'De Puy'
- 'Verdina'
- Variedades sin pellejo.

Luz: semisombra o pleno sol mientras no le lleguen los rayos más duros a las horas centrales del día.

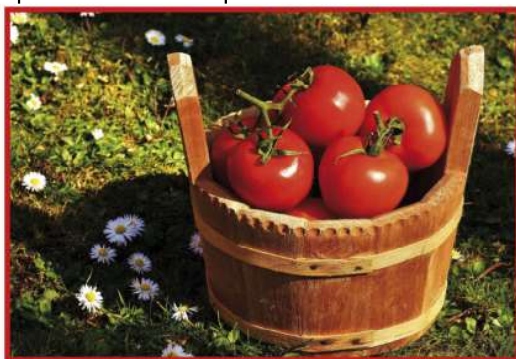
Agua: riegos más frecuentes cuando están en semilleros. Cuando estén asentadas definitivamente, serán más espaciados. Resiste mejor la sequedad que el encharcamiento.

Cuándo plantar: entre otoño e invierno, depende del clima. Si es más frío, a finales de invierno.

Otros consejos: es una planta que no gusta de variaciones extremas de temperatura: ni mucho frío ni mucho calor. Deben tener un sustrato bien aireado, que drene bien y no encharque.

Tomate (*Lycopersicon esculentum*)

Descripción: planta preoceánica del sur del continente americano, traída a Europa y parte del mundo en la época de las conquistas. Es una mata anual, aunque



puede durar algo más, con tallos casi leñosos, angulosos y cubiertos de una fina capa como de vello. Sus flores son poco relevantes,

suelen ser amarillas y olorosas, con aroma similar al tomate. Es una de las hortalizas con más variedades y formas, desde la aplanada, a la redonda, pasando por algunas alargadas. Asimismo hay diferentes coloraciones, verdes, marrones, rojas...

Algunas variedades:

- 'Beef'
- 'Moneymaker'
- 'Pera'
- 'Cherry'
- 'Kumato'
- 'De racimo'

Luz: pleno sol, cuanto más mejor.

Agua: frecuentes pero con poca dosis de agua.

Cuándo plantar: finales del invierno / primavera

Otros consejos: esta planta necesita generalmente un sistema de tutor para ayudarla a crecer correctamente. Prefiere climas templados, no tolerando bien el frío. Suelos ricos y bien drenados. Macetas de 50x50 cm.

Guisantes (*Pisum sativum*)

También llamados chícharos, estos ejemplares de la familia de las fabáceas proceden de zonas mediterráneas, pero hoy en día se pueden encontrar en todo el mundo. Son sus pequeñas semillas, dentro de las vainas protectoras, las que se aprecian para la gastronomía, ya sea en crudo si son tiernos, o hervidos combinando como guarnición o plato principal. Es una hierba anual que crece en forma de mata y también puede trepar. Sus flores crecen agrupadas aunque no son especialmente vistosas. Las vainas, que protegen las semillas comestibles,



pueden ser a su vez aptas para el consumo en algunos casos. Pueden ser planas o redondas, rectas o curvas, en función de la variedad.

Descripción:

Algunas variedades:

- Enanos (negret, aureola...)
- De vaina plana.
- Tempranos, estándar y tardíos.
- Tiernos (se comen crudos).

Luz: acepta el pleno sol.

Agua: riego estándar, más copioso en épocas secas o de floración.

Cuándo plantar: finales del invierno / inicios de primavera. Otros consejos: reíste temperaturas bajas, hasta de 0°C. Necesita una estructura de tutor en forma de cañas. No requiere demasiado abonado ni fertilización.

Apio (*Apium graveolens*)

Descripción: planta de la familia de las apiáceas, caracterizada por un crecimiento bienal pudiendo llegar al medio metro de altura. Sus tallos son muy apreciados para elaborar sopas, guisos y salsas, siendo estos huecos y carnosos, con unas estrías longitudinales. A partir del segundo año tendrá una floración con ejemplares blancos o morados. Hay que tener cuidado en esta planta con la competencia que pueden suponer las malas hierbas, al igual que con los anteriores (guisantes). El apio nabo se puede sembrar desde febrero.



Algunas variedades:

- Verdes (necesitan blanqueo)
- Amarillos (no necesitan blanqueo)
- Dulce (es la más extendida)

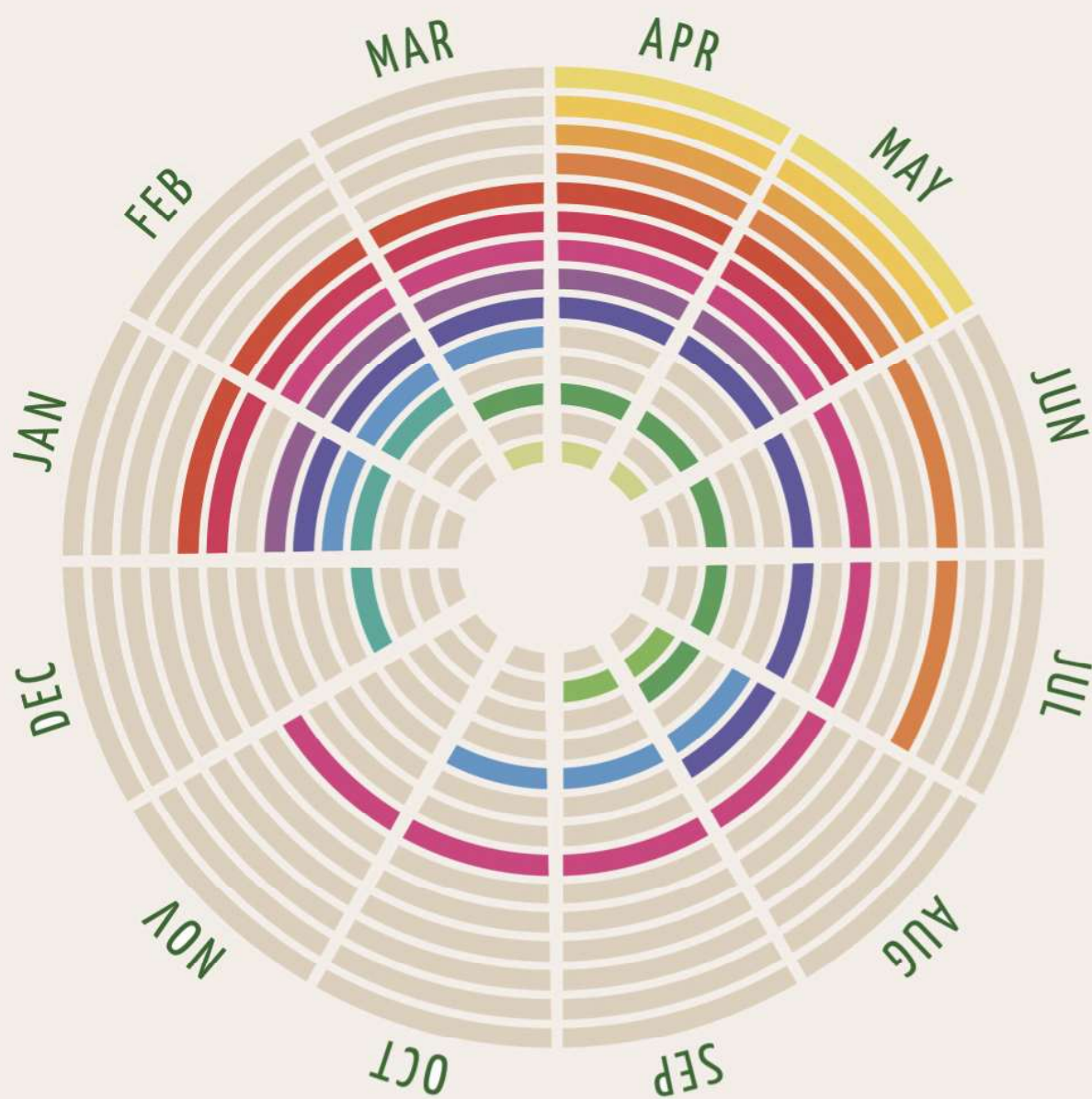
Luz: pleno sol o semisombra.

Agua: los riegos serán frecuentes, manteniendo siempre el sustrato húmedo, pero también serán comidos para no encharcar.

Cuándo plantar: la siembra, en primavera, y el trasplante en verano.

Otros consejos: no resiste bien el frío intenso, así que habrá que protegerla. Si necesita blanqueado, cubriremos los tallos con un material protector como puede ser un papel de estraza, para que no le alcance el sol. También se puede realizar un aporcado.

Calendario del huerto



PATATA



CALABACÍN



PEPINO



JUDÍAS



TOMATE



PIMIENTO



RÁBANO



BERENJENA



ZANAHORIA



CEBOLLA



AJO



REPOLLO



LECHUGA



MAÍZ

TERRAZA Y JARDÍN

huerto urbano

GUÍA DE
PLANTAS

Publicación bimestral - Número 7 - P.V.P. 3,50€

TRUCOS DE
OTOÑO

Aprende a reciclar,
conservar y cuidar
tus plantas

EL ALHELÍ

Sinónimo de belleza

EL ARCE

Un árbol en todo su esplendor

COMIENZA EL OTOÑO

Trabajos que tu terraza o jardín necesitan

GUÍA DE
SETAS

Parte 1: El Cultivo



INVESTIGACIÓN CON EL GRUPO **ENIGMA**

MUND MISTERIOSO



Publicación
bimestral
Número 8
P.V.P. 3,50 €

LAS PUERTAS DEL INFIERNO
Entradas al inframundo

ERICH VON DÄNIKEN
El mensajero de "LOS DIOSÉS"

ESPAÑA EN SEPIA
Las estrellas prodigiosas
de TORTOSA

EXPERIENCIAS CERCANAS A
la MUERTE

HOTEL PANORAMA PARK
o el Hotel de las ALMAS



DE NUEVO EN TU QUIOSCO