

# MANUAL DE INICIACIÓN AL HUERTO URBANO





# 01

LA UBICACIÓN  
DEL HUERTO

# 02

LA TIERRA

# 03

LOS ABONOS

# 04

EL ESPACIO  
DONDE PLANTAR

# 05

CALENDARIO  
DE SIEMBRA,  
TRASPLANTE  
Y RECOLECCIÓN

# 06

SEMBRAR  
SEMILLAS O  
COMPRAR PLANTEL

# 07

EL RIEGO

# 08

LA DISTRIBUCIÓN  
DE LAS PLANTAS  
EN EL HUERTO

# 09

CONSEJOS  
SOBRE HORTALIZAS  
HABITUALES

Cultivar hortalizas es posible en la ciudad. En cualquier terraza o balcón, por pequeño que sea podemos producir hortalizas para autoconsumo.

También, podemos destinar parte de nuestro jardín al huerto creando un espacio en el que combinar aromáticas, pequeños arbustos e incluso algún frutal.

El tipo de huerto que tengamos condicionará alguna de las prácticas que deberíamos realizar. Por ello, este manual, en algunos puntos, se divide en dos en función de si cultivamos en tierra o en macetas.

La información que aquí se ofrece es muy básica y orientada específicamente a las

personas que van a iniciarse en el cultivo de hortalizas por primera vez.

Para ampliar información existen multitud de libros, publicaciones, blogs y foros en Internet donde encontrar respuesta a las dudas que posiblemente surjan conforme se vaya avanzando en la práctica de la horticultura urbana.

En BAUHAUS, además encontraremos todos los productos necesarios para poder cultivar un huerto en casa, ya sea en macetas o en el jardín. Consulta los productos disponibles y consigue un asesoramiento personalizado de la mano de nuestros especialistas en tu centro BAUHAUS más próximo.

# 01

## LA UBICACIÓN DEL HUERTO

La mayoría de las plantas hortícolas necesitan sol directo para crecer y desarrollarse correctamente. Otras, agradecen un poco de sombra en las horas punta del día.

Crear un plano y marcar en él la exposición solar que tenemos durante el día nos ayudará a distribuir mejor nuestro huerto y a situar las plantas en el espacio que mejor se ajusta a sus necesidades.

En esta tabla encontraréis información sobre qué hortalizas toleran mejor una sombra total o parcial. Esto no significa que no necesiten nada de sol, sino que pueden crecer bien en zonas del huerto que reciban pocas horas de radiación solar.

PLENO SOL	SOMBRA PARCIAL	SOMBRA
Ajo	Escarola	Acelga
Alcachofa	Guisante	Apio
Brócoli	Haba	Col
Calabacín	Patata	Coliflor
Cebolla	Puerro	Espinaca
Fresa	Berenjena	Lechuga
Judía		Puerro
Pepino		Rábano
Tomate		
Perejil		



# 02

## LA TIERRA

Debemos intentar que la tierra donde vamos a cultivar nuestras hortalizas esté suelta, esponjosa y aireada, con una buena capacidad de retención de agua y que contenga todos los nutrientes que las hortalizas van a necesitar para desarrollarse correctamente.

### 2.1 La tierra en un huerto en macetas

Si tenemos que llenar macetas para cultivar hortalizas en ellas podemos elegir alguno de los distintos tipos de sustrato disponibles en BAUHAUS o elaborar uno mezclando distintos componentes. Por este motivo cuando hablamos de la tierra del huerto, nos referimos a ella utilizando la palabra sustrato. **¿Qué sustratos podemos utilizar?**

#### Un sustrato ya preparado

En BAUHAUS encontraremos distintos sustratos especiales para cultivar horticolas.

Si nos fijamos en su composición veremos que la mayoría están formulados a base de mezcla de turbas, fibra de coco y otras materias orgánicas además de abono. La elección de cualquiera de ellos es correcta para empezar, ya que el abono que contienen nos permite iniciar inmediatamente el cultivo y además cumplen con los parámetros indicados anteriormente (el sustrato es esponjoso, aireado y con una buena retención de agua).

#### Fibra de coco y humus de lombriz

En la mayoría de manuales de huerto urbano en contenedores se recomienda esta mezcla por su ligereza, con lo que conseguiremos macetas poco pesadas si vamos a colocar muchas en la terraza o el balcón.

La fibra de coco es muy esponjosa y tiene una gran capacidad de retención de agua. Mezclada con los nutrientes que aporta el humus de lombriz se convierte en el sustrato perfecto para un huerto en macetas.

Para elaborar esta mezcla, utilizaremos un 60% de fibra de coco con un 40% de humus de lombriz.

#### Sustrato reutilizado

Si en nuestro balcón tenemos macetas vacías en las que habíamos cultivado otras plantas, podemos reciclarlas y utilizarlas para cultivar hortalizas.

Lo ideal es volcar el sustrato y con las manos, descompactarlo, de manera que quede suelto y sin restos de plantas o raíces (las raíces pequeñas podemos dejarlas, irán descomponiéndose e integrándose en el sustrato). A continuación procederemos a realizar una mezcla de este sustrato en una proporción del 60% con un 40% de abono para utilizarlo para cultivar.





## 2.2 La tierra en un huerto en el jardín

En nuestro caso, ya tenemos una tierra con la que trabajar y sólo sería necesario añadirle abono para que las hortalizas encuentren todos los nutrientes que necesitan para crecer y desarrollarse. Pero probablemente en nuestro jardín podríamos encontrarnos con dos problemas que deberíamos intentar rectificar antes de iniciar el cultivo:

1. Posiblemente la tierra contenga poca materia orgánica (abono) para las necesidades de las hortalizas.
2. La tierra puede estar dura y compactada, por lo que debemos airearla y conseguir que sea más esponjosa.

En ambos casos podemos solucionar el problema añadiendo compost (abono orgánico) a razón de 10 litros por m<sup>2</sup>, mezclándolo con los primeros 20 cm de tierra.

Una vez mezclado, añadiremos una capa de 2 cm más de compost (unos 20 litros más por metro cuadrado). La aireación de la tierra la conseguiremos labrándola y mezclándola con el compost, quedará más suelta y esponjosa.

### ¿Si tenemos césped debemos eliminarlo?

#### Cubrir el césped con plástico negro

Si no vamos a cultivar de manera inmediata, podemos segar el césped para eliminar semillas y a continuación cubrir la zona donde situaremos el huerto con un plástico negro, dejando de regar durante unos meses. El césped morirá pero podría rebrotar si han quedado semillas en la tierra cuando retiremos el plástico.

#### Arrancarlo a mano

Si el espacio es pequeño, podemos ayudarnos de una azada de mano para desterrar la tierra hasta que veamos las raíces del césped. Así nos resultará más fácil eliminarla. (Recordad que podemos añadir el césped al compostador si lo tenemos).

#### Enterrarlo en profundidad boca abajo

Si tenemos intención de labrar profundamente la tierra antes de cultivar, podemos intentar eliminar el césped levantando con una pala la capa de tierra en la que está plantado. Cuando vayamos a rellenar los bancales (que estarán vacíos y con una cierta profundidad), pondremos las capas de césped en el fondo y boca abajo. El césped morirá pero a la vez aprovecharemos todos los nutrientes que nos aportará con su descomposición.



# 03

## LOS ABONOS

Como todas las plantas, las hortalizas necesitan una serie de nutrientes para crecer y desarrollarse correctamente, que les proporcionaremos mediante el abono. En la composición de cada uno de ellos encontraremos en qué proporción están disponibles los que las hortalizas necesitan en mayor o menor cantidad (macronutrientes y micronutrientes):

los macronutrientes son el nitrógeno, el fósforo, el potasio y el magnesio; los micronutrientes necesarios aunque en menor cantidad son

### Abonos aptos para un huerto urbano

**Compost:** es un producto natural que obtenemos después del proceso de compostaje de residuos orgánicos de origen vegetal o animal o de la mezcla de ambos.

**Humus de lombriz o vermicompost:** similar al compost con la diferencia de que el proceso de compostaje ha sido realizado por lombrices. Es un producto de gran calidad que mejora las propiedades del suelo.

**Estiércoles:** de caballo, de gallina, de oveja, de bovino... todos ellos aptos para el huerto urbano siempre y cuando estén bien compostados. De lo contrario, pueden llegar a quemar nuestras plantas como consecuencia de la elevada temperatura a la que se llega durante el proceso de descomposición (compostaje).

**Abonos orgánicos concentrados de distinta procedencia:** guano (excrementos de aves marinas), harina de pescado, sangre, cuerno y pezuña animal, etc.

**Abonos con formulaciones especiales:** responden a las necesidades específicas de algunas hortalizas, aromáticas y frutales para favorecer su floración y cuajado/engorde de frutos.

*En la sección de jardinería de BAUHAUS encontraremos además abonos de origen no ecológico que también podemos utilizar en el huerto urbano aunque en un huerto para autoconsumo deberíamos intentar priorizar el cultivo ecológico de hortalizas.*

## Abonos aptos para un huerto urbano

No todas las hortalizas necesitan la misma cantidad de abono, algunas son más exigentes que otras.

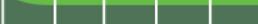
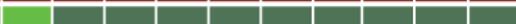
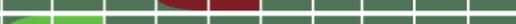
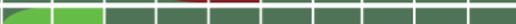
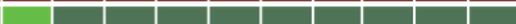
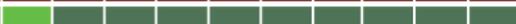
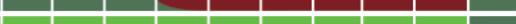
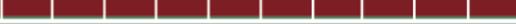
Conocer sus necesidades nos servirá para poder añadir algo más de abono durante el cultivo y también como guía para cultivarlas en distintas parcelas aplicando la rotación de cultivos (ver 08-La distribución de las plantas en el huerto)



Plantas muy exigentes en nutrientes	Plantas medianamente exigentes	Plantas de baja exigencia
Acelga	Ajo	Escarola
Alcachofa	Berenjena	Guisante
Apio	Cebolla	Judía
Calabacín	Espinaca	Lenteja
Calabaza	Lechuga	
Col	Melón	
Coliflor	Pimiento	
Espárrago	Rábano	
Fresa	Zanahoria	
Patata		
Pepino		
Puerro		
Tomate		

Marco de plantación (cm)	Profundidad de siembra (cm)	Calendario de siembra, trasplante y recolección	Duración del ciclo (en días)	Volumen contenedores (litros)	Enero	Febrero	Marzo	Abril	Mayo	Junio	Julio	Agosto	Septiembre	Octubre	Noviembre	Diciembre
25x40	2-3	<b>Acelga</b> Germina en 9 días Planta de temporada	90	25												
10x15	4	<b>Ajo</b> Germina en 10 días Planta de temporada	180	3												
25x25	0,2	<b>Apio</b> Germina en 20-25 días Planta bianual	120/75	10												
40x40	0,5-1	<b>Brócoli</b> Germina en 6 días Planta de temporada	120/90	15												
40x40		<b>Berenjena</b> Germina en 15 días Planta de temporada	135/90	30												
80x80	2-3	<b>Calabacín</b> Germina en 8 días Planta de temporada	75	30												
10x25	0,5	<b>Cebolla</b> Germina en 8 días Planta de temporada	180/120	3												
40x40	0,5-1	<b>Col de verano</b> Germina en 6 días Planta de temporada	120/90	25												
40x40	0,5-1	<b>Col invierno</b> Germina en 6 días Planta de temporada	120/90	25												
40x40	0,5-1	<b>Coliflor</b> Germina en 6 días Planta de temporada	150/90	15												
20x20	0,3	<b>Escarola</b> Germina en 10 días Planta de temporada	90/60	4												
10x20	1-3	<b>Espinaca</b> Germina en 7 días Planta de temporada	90/60	2												

● Siembra ● Transplante ● Recolección

Marco de plantación (cm)	Profundidad de siembra (cm)	Calendario de siembra, trasplante y recolección	Duración del ciclo (en días)	Volumen contenedores (litros)	Enero	Febrero	Marzo	Abril	Mayo	Junio	Julio	Agosto	Septiembre	Octubre	Noviembre	Diciembre										
30x30	-	<b>Fresa</b> Planta vivaz	-	5																						
20x40	3	<b>Guisante</b> Germina en 5-10 días Planta vivaz	120	5																						
30x40	4-6	<b>Haba</b> Germina en 15 días Planta de temporada	30/40	5																						
30x40	2-5	<b>Judía</b> Germina en 7 días Planta de temporada	90	15																						
25x30	0,5	<b>Lechuga</b> Germina en 7 días Planta de temporada	90/60	3																						
30x40		<b>Patata</b> Planta de temporada	120	10																						
40x100	1-2	<b>Pepino</b> Germina en 5-8 días Planta de temporada	60	20																						
30x40	0,5	<b>Pimiento</b> Germina en 15-20 días Planta de temporada	120/75	15																						
10x25	0,3	<b>Puerro</b> Germina en 12 días Planta de temporada	210/150	4																						
10x20	2	<b>Rábano</b> Germina en 5 días Planta de temporada	40	1																						
40x50	0,5-1	<b>Tomate</b> Germina en 5-10 días Planta de temporada	140/75	20																						
4x20	0,1	<b>Zanahoria</b> Germina en 14 días Planta bianual	75	2																						

---

# 04

---

# EL ESPACIO DONDE PLANTAR

---

## 4.1 Cultivar un huerto en macetas

Deberíamos condicionar la compra de contenedores en función de las hortalizas que queramos cultivar. Tomates, pimientos y berenjenas necesitan macetones o jardineras de tamaño mucho mayor que lechugas o cebollas.

Un error habitual de principiante es plantar muchas hortalizas juntas sin tener en cuenta que cada una de ellas necesita un espacio mínimo para crecer correctamente (consultad los volúmenes necesarios en el calendario de siembra).

Lo que sí podemos hacer es alternar diversas plantas en función de sus ciclos de crecimiento.

Por ejemplo, en una maceta donde plantaremos una tomatera (que tardará cerca de dos meses en empezar a producir tomates) podemos cultivar lechugas, que consumiremos con toda seguridad mucho antes de la primera recolección de tomates. Además sus raíces tienen distintos tamaños, por lo que no se *molestarán* la una a la otra.

## 4.2 Cultivar un huerto en el jardín

Es habitual planificar el huerto en distintas parcelas rectangulares, a las que llamaremos bancales.

Uno de los motivos por los que realizaremos esta distribución responde a las distintas necesidades de nutrientes de cada familia de hortalizas. Para ello se recomienda crear 4 bancales en los que iremos rotando los cultivos anualmente.

Cada variedad de hortaliza necesita un espacio mínimo para crecer correctamente.

A estas medidas se les llama **marco de plantación** y nos indicará el espacio que debemos dejar entre planta y planta.

Para planificar correctamente nuestras plantaciones tanto en el jardín como en macetas podemos guiarnos por el calendario de siembra, trasplante y recolección que encontrareis en las páginas 10 y 11 anteriores.

