

UN HUERTO EN CASA

Por: Equipo de la Revista Ingenio

Carolina no compra su almuerzo en el colegio. Cada día, se acerca al huerto que hizo en el jardín de su casa y toma hojas de orégano, algunos tomates, una cebolla y otros vegetales para prepararse una rica ensalada. Como ella valora el consumo de productos naturales y el hábito de alimentarse bien, siempre tiene energía suficiente para hacer lo que más le gusta: tomar fotografías de todo lo que ocurre a su alrededor. ¿Tú también te animarías a sembrar? Ingenio te invita a construir tu propio huerto en la casa, el barrio o el colegio. Aprendamos juntos cómo hacerlo.



Sembrar las semillas no tardará más de una hora; sin embargo, la germinación y el cuidado, según las características de las plantas que elijas, requieren más tiempo. En dos semanas, por ejemplo, podrás observar que crecen algunas hojas, y en un par de meses podrás obtener el fruto.

¿Qué necesitamos?

Con ayuda de tus papás, consigue los siguientes materiales:

- Semillas de los alimentos que desees sembrar
- Botella de plástico
- Tierra (sustrato) abonada
- Cáscaras de huevo y vegetales
- Agua
- Bisturí
- Clavo y martillo



Antes de empezar

1. Investiga sobre las características y los cuidados de los alimentos que deseas sembrar. Algunos requieren más humedad, iluminación o cantidad de nutrientes que otros; por eso es fundamental que conozcas muy bien cuáles son los requerimientos para que tengan un proceso de desarrollo adecuado. Por ejemplo, si siembras pepino, debes regarlo dos veces al día porque es una especie que necesita mucha agua.
2. Identifica el lugar más estratégico de tu casa o colegio para ubicar el huerto. Debes revisar las condiciones de luz, temperatura y ventilación para que las plantas reciban los beneficios del ambiente que permiten su crecimiento.

Comencemos

1. Lava con agua y jabón la botella de plástico que vas a utilizar. Ponla de manera horizontal y, con la ayuda de un adulto, corta con el bisturí la parte superior. Utiliza el clavo y el martillo para realizar algunos agujeros en la parte inferior de la botella y que, de esta manera, pueda salir el exceso de agua que reciben las plantas cuando se riegan.
2. Deposita una capa de tierra abonada en la botella de plástico. Dispersa las semillas por la tierra y, finalmente, agrega otra capa de tierra que cubra la totalidad del recipiente.
3. Riega las plantas con la cantidad adecuada de agua, según la investigación que hiciste al comienzo de esta actividad.

4. Cuida tu cultivo: riega las plantas, abona la tierra cada 15 días con cáscaras de huevo, frutas y vegetales (compostaje) u otros productos que le aporten nutrientes; además, quita las hierbas extrañas que puedan crecer alrededor.

Observa y aprende

Una vez nazcan tus semillas y consumas los primeros alimentos, descubrirás la importancia de la labor que realizan los campesinos de nuestro país. Con esta práctica estarás más cerca de comprender el sentido que tienen los alimentos para las sociedades. Vamos por partes... Es posible que, en diferentes ocasiones, escuches hablar de dos conceptos fundamentales para la toma de ciertas decisiones políticas. El primero es la **seguridad alimentaria**, es decir, que todos los habitantes de un territorio pueden obtener y consumir alimentos nutritivos —de calidad— en el momento en que los requieren, con el fin de llevar una vida activa y sana. El segundo, la **soberanía alimentaria**, que tiene que ver con la participación y el liderazgo que asumen las comunidades y los grupos sociales en la producción y distribución equitativa de los alimentos, por medio de los huertos caseros o comunitarios para el consumo de las familias.



Ingenio agradece a **Juan Camilo Oviedo Lopera**, coordinador de investigación de la Escuela de Ingenierías, y a **María Daniela Orozco Rendón**, técnica en servicios del Parque de los Deseos y la Casa de la Música, por su asesoría en la elaboración de esta actividad.

Para conocer sobre el trabajo que se lleva a cabo en el Club Historias de la Huerta de la Fundación EPM, visita: www.grupo-epm.com.

Fuentes:

Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura. Corporación Autónoma Regional del Centro de Antioquia (Corantioquia).