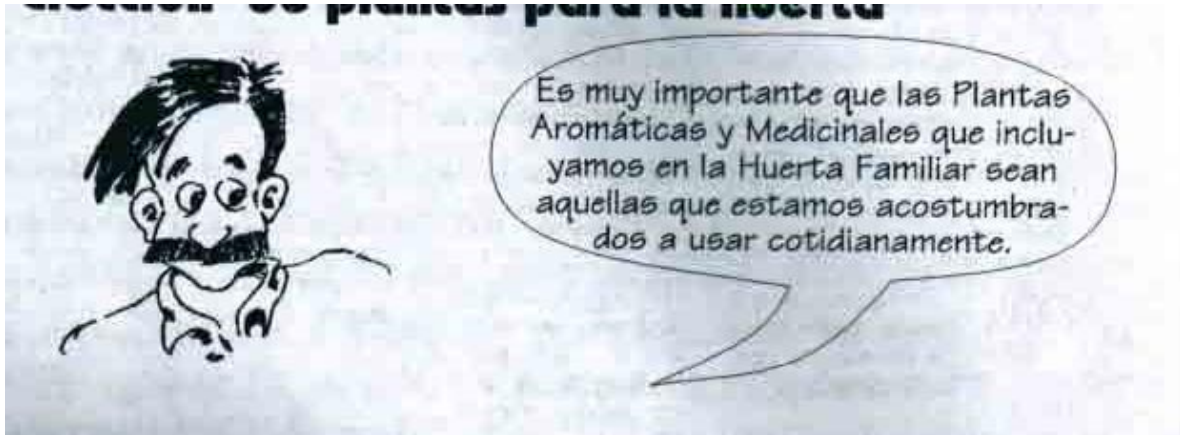


## FUNCION DE LAS AROMÁTICAS Y MEDICINALES EN LA HUERTA

### Plantas aromáticas y medicinales

#### NOTA 4: Preparando la huerta saludable.



#### ELECCION DE PLANTAS PARA LA HUERTA

Por eso en primer lugar hagamos un repaso de lo que usamos y de lo que tenemos:

¿Cuáles son las plantas que más empleamos?

¿Cuáles recolectamos en nuestro barrio?

¿Cuáles son las que ya tenemos en nuestra huerta o jardín?

¿Cuáles compramos?

¿Cuáles necesitamos ir incorporando?

#### CÓMO ARMAR LA HUERTA SALUDABLE

La huerta orgánica responde a las características de cada lugar, pero para que las aromáticas y medicinales cumplan la función que esperamos es necesario tener en cuenta:

##### Especies perennes y especies anuales.

Especies perennes como **romero**, **lavanda** y **melisa**, por su larga vida y su tamaño pueden formar parte del cerco vivo, el cual crea una barrera que a la vez resulta útil y estética.

Las anuales como el **coriandro**, **mostaza**, **manzana** y **eneldo**, pueden encontrar su lugar en el cerco y entre las hortalizas.

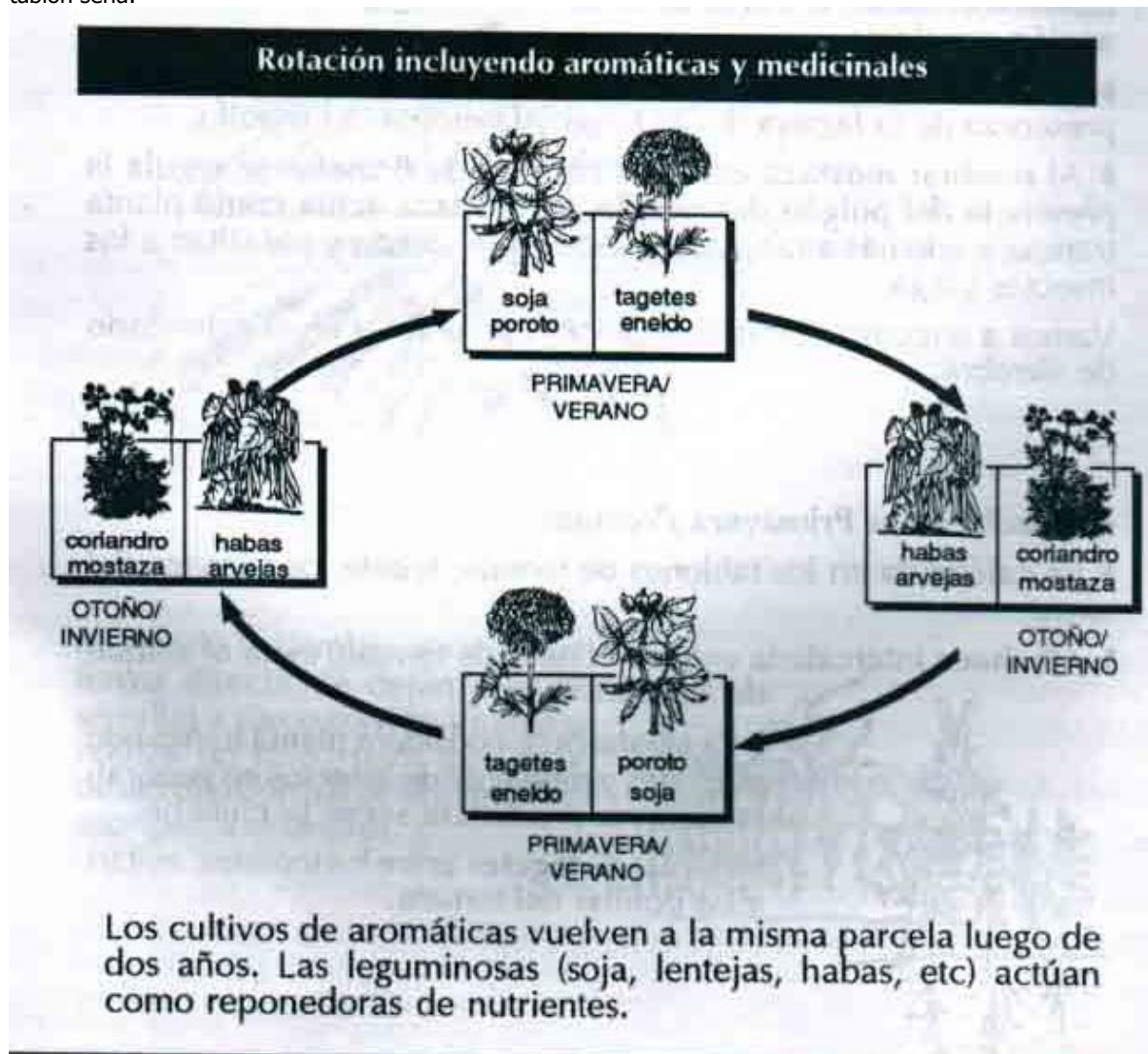
##### Tamaño de las plantas.

Algunas perennes pequeñas como el **tomillo** pueden intercalarse en los tablones u ocupar la cabecera de los mismos.

##### Rotaciones

La rotación de plantas es una práctica que tiene como finalidad mantener una adecuada fertilidad del suelo y evitar la aparición de plagas y enfermedades.

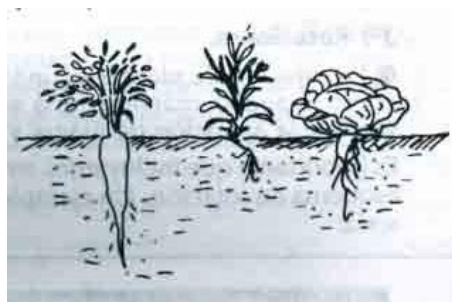
Es importante que incluyamos aromáticos y medicinales en el esquema de rotación. Un ejemplo de rotación para un tablón sería:



**Asociaciones.**

□ Asociaciones Otoño/Invierno:

Tendremos que tener en cuenta cuáles se complementan con los cultivos de la estación y qué ventajas aportan estas asociaciones.



#### Ejemplos:

Cuando asociamos **eneldo** con repollo y zanahorias, disminuye la cantidad de gusanos que atacan al repollo.

La **menta** cerca de las coles (brócoli, coliflor, repollo, etc) aleja las plagas que atacan a estas plantas.

Intercalar **salvia común** entre repollos y zanahorias aleja a los dípteros (moscas) a través de una acción repelente.

Plantas de **tomillo** en el tablón de los repollos, impiden la presencia de la lagarta de las hojas y la mosca del repollo.

Al sembrar **mostaza** entre los repollitos de bruselas se regula la presencia del pulgón del repollo. La mostaza actúa como planta trampa y además atrae a los insectos que comen y parasitan a los insectos plaga.

Asociaciones Primavera/Verano:

La **caléndula** en los tabloncitos de tomate, repele los gusanos del tomate.

La **albahaca** intercalada entre las líneas de tomate, evita el ataque de insectos.

La **albahaca** se considera planta trampa de pulgones y repelente de insectos en general; con mayor incidencia sobre la chinche.

Plantas de **tagetes** entre los tomates, evitan a las polillas del tomate.

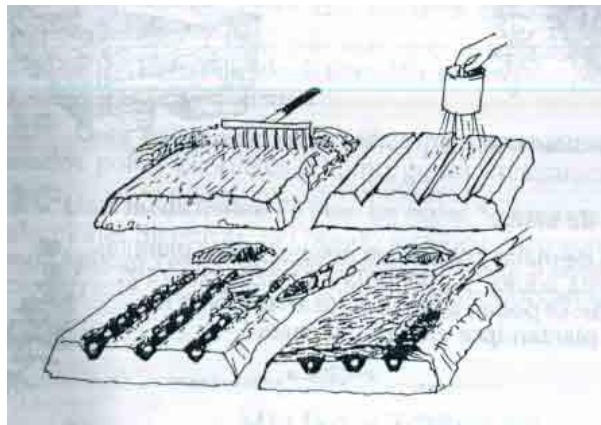
#### CULTIVO

Las técnicas para la preparación de la tierra, abono y almácigos son las mismas que se recomiendan para la "huerta orgánica".

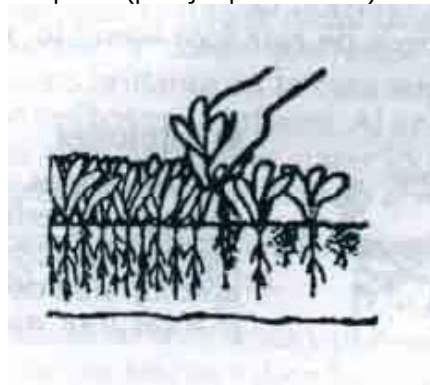
La multiplicación se puede realizar, según la especie, por:

Semilla

Si la semilla es muy pequeña (por ejemplo, tomillo) es conveniente sembrar primero en almácigo; distribuir la semilla en forma rala o en líneas y cubirlas con una fina capa de tierra desmenuzada.

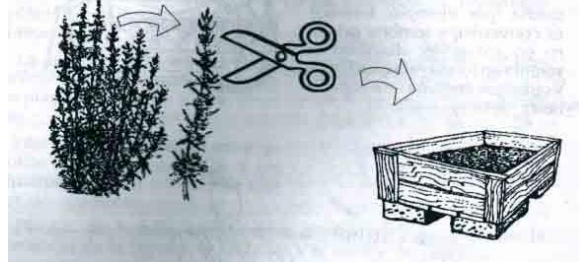


Cuando la siembra se realiza en forma directa, se dejan caer las semillas a surco corrido y luego se realiza un raleo para facilitar el desarrollo normal de la planta (por ejemplo coriandro).



Estacas

Las estacas son gajos de 15 a 20 cm que se cortan de las ramas del último año de las plantas adultas, se sacan las hojas de la base y se cortan las puntas.  
Se disponen en un estaquero separadas 15 a 20 cm en todo sentido hasta que enraícen y se puedan transplantar (por ejemplo, romero).



División de matas

La división de matas consiste en obtener varias plantitas de una planta adulta, partiéndola en trozos con raíz, tallos y hojas: se podan tanto la parte aérea como las raíces y se plantan (por ejemplo, orégano).

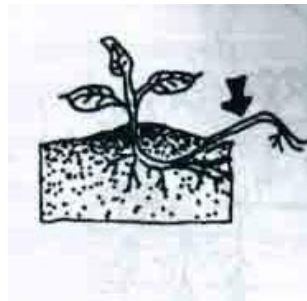
División de raíces

La división de raíces consiste en plantar trozos de raíz (por ejemplo, estragón).



Estolones

Los estolones son tallos que crecen debajo y sobre la superficie del suelo. Se separan de una planta vigorosa, se plantan a una profundidad aproximada de 5 a 10 cm y desarrollan nuevas plantas (por ejemplo, menta).



Listado de especies perennes

Nombre vulgar	Nombre científico
Romero	Rosmarinus officinalis L.
Salvia común	Salvia officinalis L.
Lavanda	Lavandula officinalis Chaix ex Villars
Melisa o toronjil	Melissa officinalis L.
Estragón	Artemisia dracunculul L.
Orégano	Origanum vulgare L.
Tomillo	Thymus vulgaris L.
Lemongras o Pasto limón	Cymbopogon citratus stapf.
Piretro	Chrysanthemum cinerariaefolium
Menta inglesa o Mitcham	Menta piperita L.
Mil hojas o milrenrama	Achillea millefolium L.
Angélica	Angélica archangelica L.
Ruda	Ruta graveolens L.
Poleo	Lippia turbinata Griseb.
Salvia morada	Lippia alba (Mill.) N. E. Brown
Tanaceto o Palma imperial	Tanacetum vulgare L.
Taco de reina o Capuchina	Tropaeolum majus L.
Ajenjo	Artemisia absinthium L.
Copete, Chinchilla, Suico	Tagetes sp.

Listado de especies anuales

Nombre vulgar	Nombre científico
Coriandro o cilantro o curatú	Coriandrum sativum L.
Mostaza blanca	Sinapis alba L.
Manzanilla- Manzanilla común Manzanilla de Aragón- Manzanilla húngara- Manzanilla alemana	Matricaria recutita L.
Anís	Pimpinella anisum L.
Comino	Cuminum cyminum L.
Albahaca	Ocimum bacilicum L.
Aneto o Eneldo	Anethum graveolens L.
Carvi o Alcaravea	Carum carvi L.
Ajedrea	Satureia hortensis L.
Caléndula o chinita	Calendula officinalis L.
Borraja	Borago officinalis L.
Hinojo dulce	Foeniculum vulgare Miller var. dulce
Gordolobo o Yerba del paño	Verbascum thapsus L.

Fuente: "La huerta saludable", materiales de capacitación, cartilla 8. ProHuerta.

Para mayor información dirigirse a la Chacra Experimental Integrada Barrow (MAAyP-INTA), CC 50; TE 02983-431081/431083. Ing. Agr. Paula Pérez Maté- Referente Programa ProHuerta.