

# CULTIVO DE HORTALIZAS DE HOJAS

## Serie “Cartillas” Cartilla 20



AGENCIA DE RECURSOS VERDES DEL JAPÓN (J-Green)

“ESTUDIO DE VALIDACIÓN DEL DESARROLLO RURAL PARTICIPATIVO  
BASADO EN LA CONSERVACIÓN DE SUELO”  
Proyecto J-Green

### Para más Información

#### Oficina del Proyecto J-Green

Ministerio de Agricultura y Ganadería, Dirección de Educación Agraria  
Ruta Mcal. Estigarribia Km. 10,5 - San Lorenzo, Paraguay  
Teléf: (595) 21 - 58 56 91 Int. 180; (595) 981 - 95 51 08  
Web: [www.jgrennparaguay.org.py](http://www.jgrennparaguay.org.py)  
Copy right: © J-GREEN 2005



Proyecto J-Green

Agencia de Recursos Verdes del Japón

Ministerio de Agricultura y Ganadería

Facultad de Ciencias Agrarias de la UNA

Gobernación del Departamento de Paraguari

*“Estudio de Validación del Desarrollo Rural Participativo basado en la  
Conservación del Suelo”*

## CARTILLA 20

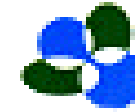
# CULTIVO DE HORTALIZAS DE HOJAS



San Lorenzo – Paraguay  
2005

## BIBLIOGRAFÍA

- ✓ Centro de Investigación de la Agricultura Tropical, Ministerio de Agricultura Forestal y Pesca, Hortalizas tropicales, Iwasa S., Kenshodo, Tokio 1990.
- ✓ Helvetas – Alter Vida, Plagas y enfermedades.



## PROYECTO J-GREEN

---

### CULTIVO DE HORTALIZAS DE HOJAS

#### GENERALIDADES

##### ¿Qué son las hortalizas de hojas?

Son hortalizas cuyas partes comestibles son las hojas, los brotes tiernos y brotes de flores. Las más conocidas son: Lechuga, escarola, repollo, coliflor, brócoli, perejil, apio, cilantro (curatú), espinaca, acelga, berro, albahaca, orégano, cebolla de verdeo, etc.

#### HORTALIZAS DE HOJAS

##### Condiciones importantes a considerar para producir las hortalizas de hojas

###### a) Agua

El factor más importante es el agua. Sin agua para riego no es posible cultivar las hortalizas de hojas. Debe ser limpia y en cantidad abundante.

###### b) Suelo

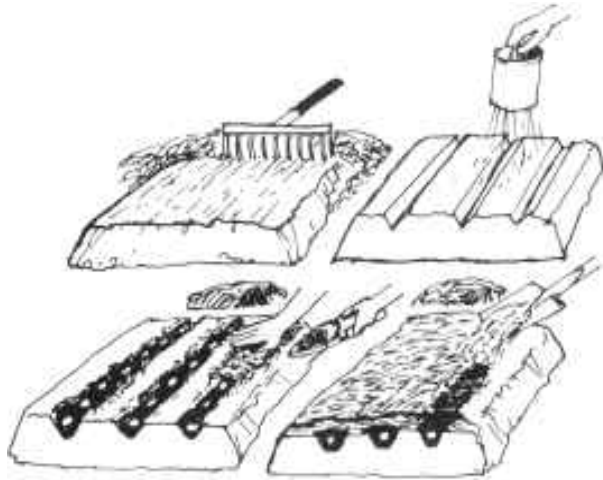
Debe estar bien blando y contener mucha materia orgánica. Es conveniente agregar el estiércol unos 3 a 5 kg/m<sup>2</sup>.

### c) Época

Las hortalizas pueden ser cultivadas durante todo el año, si se cuentan con instalaciones apropiadas. A campo abierto son más fáciles de cultivar desde otoño a primavera, época en la cual se obtienen productos de mejor calidad. En verano es necesario cubrir con media sombra (hojas de coco o malla negra) y elegir variedades apropiadas para la época.

#### Preparación del suelo

- Cercar bien la parcela para evitar el ingreso de animales domésticos.
- Remover la tierra con el arado o pala.
- Eliminar resto de malezas y nivelar usando el rastrillo.
- Se podrá cultivar a ras del suelo o en tablones. En pequeña escala, es más práctico confeccionar los tablones.

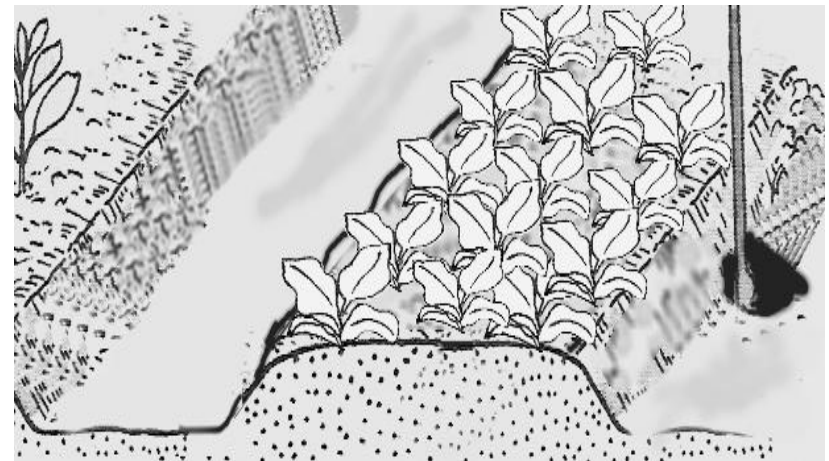


### Siembra

Algunas hortalizas de hojas como perejil y espinaca se siembran directamente en el lugar definitivo, en surcos corridos trazados cada 30 a 50cm. Otras como la lechuga, cebolla y el repollo se siembran primero en **almácigo** (en surcos trazados cada 10cm) y luego de un tiempo, se transplanta al lugar definitivo.

Para sembrar se deberán cuidar los siguientes puntos.

- Usar semillas nuevas, de buena calidad y germinación.
- No echar muchas semillas juntas.
- Tapar bien con tierra, pero no enterrar muy profundo (no más de 1cm).
- Cubrir la superficie con paja para evitar el golpe de las gotas de lluvia, la sequedad o el ataque de pájaros.
- Cuando comienza a germinar, retirar la cobertura.

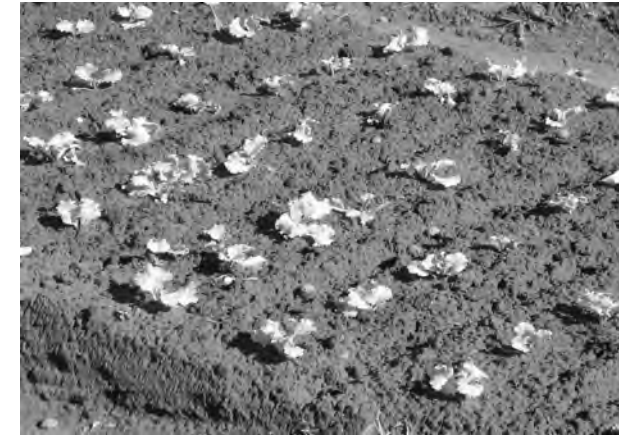
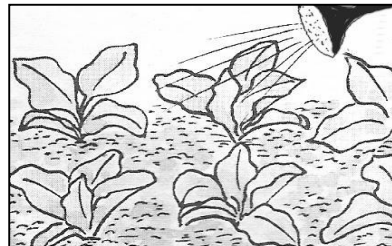
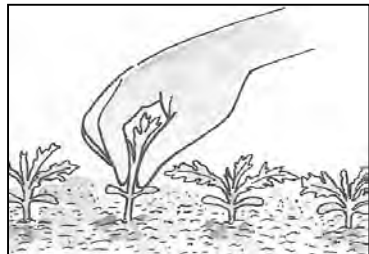


## Transplante

Se lleva al lugar definitivo cuando las plantas tienen 5 a 6 hojas verdaderas. Se realiza siguiendo los siguientes pasos.

- Regar ligeramente la parcela antes de transplantar.
- Sacar las mudas del almácigo con mucho cuidado para no dañar las raíces.
- Marcar los lugares para hoyos usando piolín o hilo.
- Hacer pequeños hoyos en la parcela con los dedos o con tenedor.
- Introducir las raíces hasta la altura del cuello y tapar.
- Regar abundantemente.
- Es conveniente realizar esta operación al atardecer.
- Las distancias de plantación en el lugar definitivo varía para cada hortaliza según la época, variedad pero es aproximadamente como se indican a continuación

Cultivo	Entre hileras	Entre plantas
Lechuga	20 a 30cm	20 a 30cm
Repollo, coliflor, brócoli	60 a 70cm	40 a 60cm
Cebolla de verdeo	30 a 40cm	10 a 15cm
Perejil	30 a 40cm	Surco corrido
Apio	40 a 50cm	30 a 40cm
Espinaca	30 a 40cm	Surco corrido



## Cuidados del cultivo

- Regar todos los días.
- Controlar las plagas.
- Arrancar las plantas enfermas.
- Eliminar las malezas carpiendo suavemente la superficie.

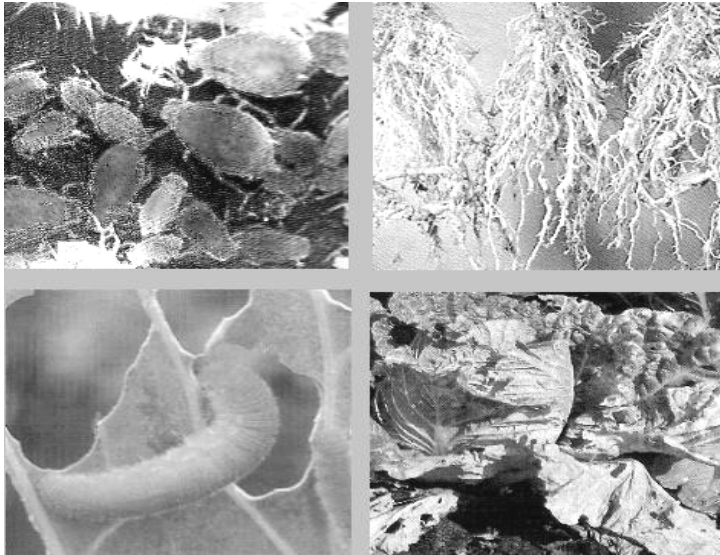
## Plagas y enfermedades

Las plagas más comunes son:

- a) Pulgones (Ky).
- b) Falso medidor (Yso ka'i).
- c) Gusano rosca (Yvytas).
- d) Hormigas cortadoras (Ysauy - Akeke).
- e) Minador (Yso'i).

Las enfermedades más comunes:

Principalmente son enfermedades causadas por hongos (conocidas con el nombre genérico de "Mbiru")



### Rotación y asociación de cultivos

- a) **Rotación:** Cambiar de cultivo después de una cosecha y no seguir cultivando la misma hortaliza en una parcela. Con esto es posible evitar muchas enfermedades,
- b) **Asociación de cultivos:** Combinar dos o más hortalizas en una misma parcela al mismo tiempo. Es conveniente combinar con plantas que no les gustan a las plagas (ajo, cebolla, ajo, orégano, etc.).

### Cosecha

Las hortalizas de hojas se cosechan normalmente entre los 2 a 3 meses de la siembra. Es mejor cosechar en horas tempranas de la mañana cuando está más fresco y contiene mucha humedad.

- La lechuga se arranca de raíz, se eliminan las hojas secas y se lava la raíz.
- El repollo y la coliflor se cosechan cortando la base de la cabeza y se eliminan las hojas externas.
- El perejil y el orégano se pueden cosechar cortando las hojas a unos 3 a 5cm del suelo para posibilitar el rebrote y seguir cosechando. Esto es posible también en la cebolla de verdeo
- La acelga se cosecha arrancando las hojas inferiores desarrolladas.

### Manejo después de la cosecha

- En el caso de las hortalizas que tienen hojas sueltas como el perejil, acelga, orégano, etc., es conveniente formar los mazos.
- Para una mejor conservación se recomienda no exponer al sol y rociar para mantener la humedad.
- No se deberá amontonar gran volumen para evitar el daño del producto.

# Proyecto J-Green

“Estudio de Validación del Desarrollo Rural Participativo basado en la Conservación del Suelo”

## J-Green Staff

Yasusada Oue (Director)

Nobuyoshi Sakamoto (Sub-Director)

Tomio Hanano (Asesor)

## Equipo Local

Elvio D. Morínigo (Coordinador)

Justo López Portillo (Coordinador)

Roberto López Irala (Técnico)

Charles W. Benítez F. (Técnico)

Para más información dirigirse a:

### **Agencia de Recursos Verdes del Japón (J-Green)**

Ruta Mcal. Estigarribia Km. 10.5, San Lorenzo  
(Dirección de Educación Agraria / MAG)  
Telf.: 595 21 585691 / 2 Int. 180  
Web: [www.jgreenparaguay.org.py](http://www.jgreenparaguay.org.py)

### **Gobernación de Paraguari**

Gral. Morínigo y Asunción  
Ciudad de Paraguari  
Telf.: 595 531 32979 / 32211

### **Japón**

### **Japan Green Resources Agency**

Musa Kawasaki Central Tower 12F, 1310, Omiya-cho  
Kawasaki, Kanagawa, 212-0014, JAPAN  
Phone: +81-44-543-2525 Fax: +81-44-533- 7692  
Web: [www.green.go.jp](http://www.green.go.jp)

### **Ministerio de Agricultura y Ganadería Sub Secretaría de Agricultura**

Pte. Franco 475 c/ 14 de Mayo, Asunción  
Telf.: 595 21 441340 / 442141  
Web: [www.mag.gov.py](http://www.mag.gov.py)

### **Facultad de Ciencias Agrarias Universidad Nacional de Asunción**

Campus Universitario, San Lorenzo  
Telf.: 595 21 585606/09/11  
Web: [www.fca.una.py](http://www.fca.una.py)

## LISTA DE CARTILLAS

### Nombre de cartillas

1. Abonos verdes
2. Producción de mudas de cítricos
3. Hormigas cortadoras
4. Producción de mudas de mango
5. Huerta familiar
6. Construcción de curvas de nivel
7. Producción de forraje
8. Uso seguro de plaguicidas
9. Cultivos hortícolas protegidos
10. Uso de kumanda yvyra'i
11. Obras físicas para el control de la erosión
12. Vivero forestal
13. Manejo del cocotero
14. Cría de conejos
15. Lombricultura
16. Construcción del estercolero
17. Piscicultura
18. Almacenamiento de granos
19. Alimentación y sanización de aves y cerdos
20. Cultivo de hortalizas de hojas

.....  
**Toda reproducción de partes del documento, o del documento completo se hará citando la fuente.**