

¿Granjero de terraza? Cilantro, perejil y lechuga son ideales para partir

Con este huerto casero puede cultivar su ensalada en la cocina

Servicio a domicilio incluye un kit hidropónico, nutrientes y bioestimulantes naturales.

APRIL NÚÑEZ

Los huertos caseros asoman como una solución práctica para la vida: cultivar ensaladas y condimentos es una buena forma de ahorrar dinero, comer sano, ayudar al medioambiente y, por qué no, distraerse viendo crecer las plantas.

Es el caso de Nicole Becker, tecnóloga médica que hace seis meses decidió complementar su dieta con hortalizas que ella misma pudiera cosechar en su departamento. En búsqueda de alternativas conoció a Wefarm, emprendimiento que entrega el servicio de arriendo de huertos inteligentes que pueden ser instalados en cualquier rincón del hogar.

"Es muy práctico y fácil de usar; te permite tener tus propias verduras a libre disposición y mucho más limpias y sanas. En tres días puedes tener una lechuga, por ejemplo", afirma.

¿Cómo funciona el servicio? El usuario se inscribe en una membresía mensual y recibe un kit inicial que contiene un huerto hidropónico con luces led que aceleran el crecimiento de las plantas, un reservorio de agua, canastillos para las plantas, una bomba de recirculación de agua y un enchufe de 220V. El servicio también incluye una regadera, nutrientes específicos, un bioestimulante de raíces en forma de gotario y tijeras, además de la reposición periódica de las plantas.

"Creemos que todos deberían tener acceso a alimentos frescos y saludables. Queremos empoderar a las personas para que cultiven sus propios alimentos de manera fácil y conveniente, sin importar el espacio o la experiencia previa en jardinería", define Erik Samsing, CEO de Wefarm.

Tienen tres tipos de planes: S, M y L, donde los usuarios pueden elegir vegetales que se adapten a sus necesidades alimenticias. El primero, por ejemplo, cuesta \$19.990. Incluye un mix de hierbas aromáticas como ci-



Este huerto Wefarm trae adelante, desde la izquierda, albahaca morada, romero, manzanilla y hierbabuena; en segunda fila, albahaca genovesa, menta y eneldo.

Plaguicidas naturales

Comer lo que una planta ofrece ventajas que van más allá de ahorrar en la compra de alimentos, destaca Claudia Gacitúa, nutricionista del centro de salud Mindy. El cultivo doméstico también garantiza su pureza y calidad. "Al consumir alimentos de huertos caseros o urbanos obtenemos alimentos libres de pesticidas, plaguicidas y fertilizantes químicos, conservando el alimento más cercano a lo natural", valora. El uso de pesticidas y fertilizantes es indispensable para los cultivos a gran escala, aclara María Jesús Zepeda, nutricionista de Examedi. En cambio, en los cultivos a escala doméstica es posible controlar bichos y fertilizar de manera natural.

"Se pueden agregar flores que mantienen el control de las plagas en los bancales de cultivo de hortalizas o hacer fertilizantes a base de cáscara de plátano, cáscara de huevo y borra de café. Hay que ser cuidadosos con la rotación de los cultivos para no desmineralizar el suelo de cultivo", recomienda.

lantro, perejil, albahaca y romero, entre otras; o bien un mix de infusiones, como menta, hierbabuena, manzanilla, salvia, stevia, melisa y poleo; o un mix de diferentes tipos de lechugas.

Más info en [Wefarm.cl](https://wefarm.cl) (<https://acortar.link/JLJWvc>).

Hágalo usted mismo

Para que un huerto en casa funcione lo principal es situarlo en un lugar

con luz directa, como una terraza o ventana, orienta Marjorie Domínguez, directora de carrera de la Escuela de Agronomía de la Universidad de Las Américas.

"Las plantas y hortalizas necesitan luz solar para obtener su energía a través del proceso de fotosíntesis. Además, es vital mantener el riego según la época", recalca.

Los errores más comunes del granjero de terraza, advierte, son la

siembra demasiado profunda, que impide la germinación, y el trasplante de plántulas sin presionar adecuadamente la tierra, dejando espacios de aire. También es común tener dificultades para ajustar el riego, ya sea automático o manual, lo que puede resultar en exceso de agua en poco tiempo, especialmente en contenedores que se secan más rápido.

¿Más consejos? Elegir plantas adecuadas según el clima (ese dato aparece en el envase de las semillas), el espacio disponible y sus gustos personales en cuanto a ensaladas y condimentos, enfatiza Ricardo Astorga, ingeniero agrónomo del Centro de Formación de Recursos Naturales.

"Se recomienda elegir suelos fértiles que tengan buen drenaje, preferir diversidad de plantas y que sean de periodos cortos de producción, como cilantro, perejil y lechuga, entre otras hortalizas que puede mezclar con otras aromáticas", sugiere.

También recomienda usar agua filtrada para evitar daños por cloro y cambiar el sustrato cada tanto para eliminar residuos. En cuanto a los sustratos, aconseja aquellos con buen drenaje y livianos al tacto, preferiblemente mezclados con perlita para mejorar la retención de agua.