

ACTUALIDAD / EDUCACIÓN / MEDIO AMBIENTE / SALUD

Niños ¡Al Huerto!

El Ciudadano · 13 de abril de 2010





El huerto es un lugar muy propicio para el desarrollo del niño. Allí puede observar, en primera persona, los ciclos de la naturaleza, sentir la fuerza de la vida, explorar en busca de insectos... ¡y ensuciarse a gusto!

La primera vez que a mi hija le gustaron los rabanitos fue el día que cosechó los que ella misma había sembrado, regado y cuidado con mucho cariño. Estas bolitas rojas que normalmente le resultaban muy picantes y poco apetitosas, de repente, con un poco de aceite de oliva y sal, le parecieron una gran delicia.

Aparte de ser una buena forma de conseguir que los niños coman más verduras, el huerto es un lugar muy propicio para el desarrollo del niño. Allí puede observar, en primera persona, los ciclos de la naturaleza, sentir la fuerza de la vida, explorar en busca de insectos... ¡y ensuciarse a gusto! Sin embargo, en nuestro mundo, en el

que más del 50 % de la población reside en ciudades, no siempre resulta posible darle al niño esta posibilidad en casa.

Lo ideal sería que cada colegio pudiera disponer de un espacio para crear un huerto escolar, y es una tendencia que se está dando cada vez más, porque el huerto es una herramienta educativa muy versátil.

Fritjof Capra, científico muy reconocido por su trabajo vanguardista en el mundo de la física, se dedica a promover la ecología en la educación primaria y secundaria. Según él, «Cultivar un huerto reconecta a los niños con los fundamentos de los alimentos -de hecho, los fundamentos de la vida- mientras integra y alienta virtualmente cada actividad que tiene lugar en la escuela».

En el libro *Ecological Literacy: Educating Our Children for a Sustainable World* (Ecoalfabetización: educar a nuestros niños para un mundo sustentable) presenta estos fundamentos de la vida que él considera necesario integrar en un currículo que enseñe a nuestros niños que:

- * un ecosistema no genera basura, los desechos de una especie son el alimento de otra especie;
- * la materia se recicla continuamente a través de la red de la vida;
- * la energía que mueve estos ciclos ecológicos proviene del Sol;
- * la diversidad asegura la resistencia;
- * la vida, desde su origen hace más de tres mil millones de años, no se ha diseminado en el planeta gracias a la competencia, sino a través de la cooperación, la asociación y la formación de redes.

Fritjof Capra señala que «enseñar estos conocimientos ecológicos, que también constituyen sabiduría ancestral, será la función más importante de la educación en

el próximo siglo».

Con un poco de voluntad y de creatividad podemos encontrar una fórmula que se adapte a nuestro espacio. Un sistema que se está empleando cada vez más en las ciudades es el de los balcones comestibles, donde se cultivan plantas comestibles en macetas, y a la vez sirve para decorar la terraza.

Es interesante ir experimentando con varios tipos de plantas para ver cuáles se adaptan mejor a nuestro espacio, pero sin duda se pueden cultivar hierbas aromáticas, tales como albahaca, tomillo, perejil, romero, salvia, etc., y una gran variedad de hortalizas, desde la tomatera hasta la lechuga, pasando por el ajo, la zanahoria, los porotos, la berenjena y el rábano.

Incluso hay árboles que crecen muy bien en macetas y que producen alimentos, como el limonero, el naranjo, el ciruelo, el membrillo y el caqui, por citar algunos más frecuentes en nuestro clima.

Una de las mayores ventajas de hacer un huerto con los niños, ya sea en el campo, en la escuela o en la terraza, es que combina el aspecto práctico de mantenerlos entretenidos con algo que no es la televisión, y a la vez beneficia a toda la familia con lo que se cosecha para comer y al embellecer el espacio.

Para los padres que «sortean» la gran ola de la vida a un ritmo muy acelerado (léase: el 99% de los padres), no hace falta que se ejerza aun más presión: lo importante es encontrar el momento y buscar una fórmula fácil y agradable en la que, tanto los padres como los niños, puedan realmente disfrutar de la aventura del huerto.

Si te pones una meta demasiado optimista y poco realista, por ejemplo, pasar de no haber tenido jamás ni un cactus a tomar la decisión repentina de ser 100% autosuficiente, es posible que dentro de un año (o una semana) no quieras ver una

zanahoria ni de lejos... Es recomendable probar gradualmente o, como se dice, poco a poco.

EL RABANITO, UN BUEN PUNTO DE PARTIDA

Los niños pueden impacientarse al no ver resultados cuando invierten tiempo en su huerto, así que el rabanito puede ser una elección favorable, porque sólo tarda entre 5 y 10 días para brotar y unas 3 a 6 semanas desde que se siembra hasta que se cosecha.

Se recomienda trabajar con semillas no tratadas (nada resulta más parecido a un caramelito que una semilla envuelta de una capa de fungicida color rosa).

Material

- * Maceteros (si no dispones de terreno)
- * Tierra
- * Compost
- * Semillas de rabanito (hay variedades adaptadas a cada estación; léase el envase)
- * Una palita (incluso puede servir la que se utiliza para hacer los castillos de arena en verano).

Proceso

- * Primero, se prepara la tierra. Tiene que estar bien suelta para que las raíces no encuentren obstáculos al crecer y para permitir una buena aireación en la que los microorganismos puedan proliferar.
- * Se riega la tierra hasta que esté bien húmeda, pero no inundada.
- * Se esparcen las semillas al voleo (¡qué divertido!)
- * Se cubre con una capa de un centímetro de compost. Esta capa de compost servirá para nutrir la tierra a la vez que para aportar a las plantas los elementos que necesitan, y permitirá que se conserven mejor la temperatura y la humedad de

la tierra.

* Se riega regularmente.

* A los 15 ó 20 días, se ralean las plantas, dejando un espacio de más o menos cinco centímetros entre cada planta para permitir que las raíces alcancen su volumen óptimo.

Se cosecha cuando se observa que las raíces ya están en su punto.

Por **Melanie LeBlanc**

Artículo aparecido originalmente en [Revista Namasté](#).

Fuente: www.mundonuevo.cl

Fuente: [El Ciudadano](#)