



SNAP-Ed

wasnap-ed.org/live-well

Cultivando en Washington

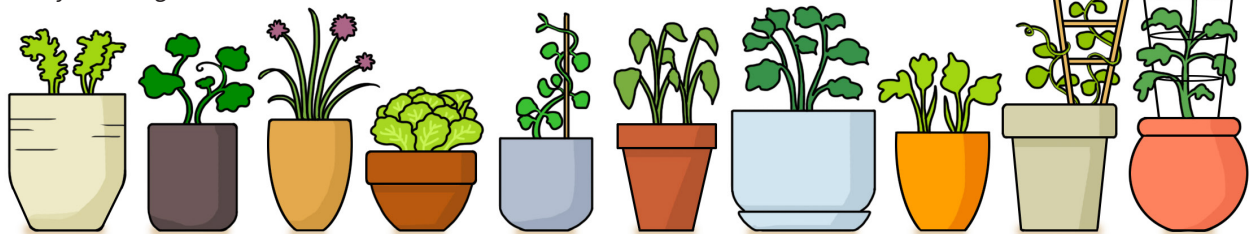
Cultivando Plantas en Contenedores



Casi todas las plantas necesitan contenedores de al menos 12 pulgadas de profundidad para que tengan suficiente tierra para desarrollar raíces profundas. Algunas necesitan aún más espacio. Por ejemplo, las zanahorias necesitan contenedores más profundos para dejar espacio para que crezcan. Las plantas con vides tipo enredadera, como la calabaza o la sandía, se pueden cultivar en un contenedor de 12 pulgadas de profundidad, pero sus enredaderas crecerán de 6 a 8 pies hacia los lados, ¡así que asegúrese de que haya espacio para ellas! Cultivar en un contenedor de cinco galones ayudará a mantener la humedad del suelo.

Aquí hay algunas plantas que crecen bien en contenedores, con algunos consejos de cultivo:

- ✿ **Zanahorias:** La profundidad de su contenedor debe ser el doble de la longitud de la variedad de zanahorias que está cultivando ya cuando están listas para comer.
- ✿ **Berenjena:** Cuando planifique qué variedad comprar, tenga en cuenta su clima. Muchos tipos de berenjenas son bastante sensibles a las temperaturas frías (inferiores a 50 grados F).
- ✿ **Hierbas:** Muchas variedades de hierbas crecen bien en contenedores. Estas incluyen albahaca, cebollín, eneldo, menta, salvia, tomillo y más. Cultive romero en un contenedor grande para permitir que crezca un arbusto más grande.
- ✿ **Verduras de hoja verde:** La espinaca y la lechuga de hoja se encuentran entre las muchas verduras de hoja verde que puede cortar para comer un día y luego cortar otra vez en unos días más. Mantenga estos cultivos de estación fría en sombra parcial.
- ✿ **Chícharos:** Ponga soportes altos en el contenedor. Riegue con frecuencia y manténgalos fertilizados.
- ✿ **Chiles:** Pruebe pimientos dulces, o pruebe chiles picantes que son perfectos para hacer salsa casera.
- ✿ **Papas:** Algunas papas necesitan una temporada de crecimiento de 120 días, así que busque variedades que maduren temprano.
- ✿ **Rábanos:** Los contenedores no tienen que ser muy grandes para esta verdura de primavera.
- ✿ **Calabaza de verano, calabacita y pepino:** Elija variedades de arbustos en lugar de las variedades de enredadera que se expanden. Una planta puede llenar una maceta de 24 pulgadas muy rápido, así que no agrupe sus semillas o plántulas. Un enrejado en la maceta sostendrá la planta y permitirá que el aire fluya a su alrededor.
- ✿ **Tomates:** Al igual que los chícharos, los tomates necesitan un sistema de apoyo. Use una varilla o una jaula de tomate para mantener sus plantas en posición vertical.



Consejos para la salud de sus plantas

Si vive en clima caliente, es posible que necesite sombrear sus plantas durante la tarde, para que no se sobrecalienten. Evite usar contenedores de metal o de color oscuro, ya que pueden calentarse mucho y cocinar las raíces de la planta. Un paño que haga sombra puede ser útil con macetas muy oscuras. Por otro lado, a muchas verduras no les gusta la tierra fría. Entonces, si vive en clima fresco, meta los contenedores adentro por la noche hasta que sepa que la temperatura será cálida de noche a noche.



Nuestros Patrocinadores



BLUE ZONES PROJECT®

El Programa de Alimentos Básicos puede ayudar a proporcionar una dieta saludable de acuerdo con las Pautas alimentarias para estadounidenses. Este material se desarrolló con fondos proporcionados por el Supplemental Nutrition Assistance Program - SNAP del USDA. SNAP brinda asistencia nutricional a personas de bajos ingresos. Puede ayudarlo a comprar alimentos nutritivos para una mejor dieta. Para obtener más información visite <http://foodhelp.wa.gov> o comuníquese con el Programa de Alimentos Básicos al 1-877-501-2233. SNAP-Ed tiene prohibido discriminar por motivos de raza, color, nacionalidad, sexo, edad, religión, creencias políticas o discapacidad. Esta institución es un empleador que ofrece igualdad de oportunidades.