

## **Gobernación del Valle del Cauca**

**Secretaría de Agricultura y Pesca del Departamento.** Convenio Marco OIM- Gobernación del Valle del Cauca. Proyecto OVA-0028. Fortalecimiento de la Seguridad Alimentaria para Población en situación de Desplazamiento, Retorno y Vulnerabilidad. **Programa de Atención a Desplazados y Grupos Vulnerables, implementado por la Organización Internacional para las Migraciones OIM y la Fundación Panamericana para el Desarrollo FUPAD.**

Primera Edición. Santiago de Cali, Valle del Cauca. Noviembre 27 de 2007.

© GOBERNACIÓN DEL VALLE DEL CAUCA,  
FUNDACIÓN HOGARES JUVENILES CAMPESINOS DE COLOMBIA  
(Reservados todos los derechos)  
ISBN: CODE NUMBER

Esta publicación fue posible gracias al aporte del Gobierno de los Estados Unidos a través de la Agencia de los Estados Unidos para el desarrollo Internacional (USAID) en el marco del programa de Atención a desplazados y Grupos Vulnerables, ejecutado por la Fundación Panamericana para el Desarrollo (FUPAD) y la Organización Internacional para las Migraciones (OIM). Las opiniones expresadas en esta publicación no necesariamente coinciden con los puntos de vista de la Agencia de los Estados Unidos para el Desarrollo (USAID), ni de la Organización Internacional para las Migraciones OIM.

© Todos los derechos reservados. Esta publicación no puede ser reproducida ni en su todo ni en sus partes, ni registrada en o transmitida por un sistema de recuperación de información, en ninguna forma ni por ningún medio sea mecánico, foto químico, electrónico, magnético, electro óptico, por fotocopia o cualquier otro, sin el permiso previo por escrito de la GOBERNACIÓN DEL VALLE DEL CAUCA - HOGARES JUVENILES CAMPESINOS DE COLOMBIA FHJC.

### **DEPARTAMENTO DEL VALLE DEL CAUCA SECRETARIA DE AGRICULTURA Y PESCA**

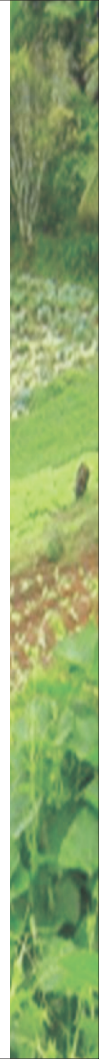
Lograr el desarrollo sostenible del sector agropecuario y agroindustrial del Valle del Cauca de conformidad con las políticas nacionales y departamentales, dentro de los principios básicos de participación comunitaria y equidad, buscando dinamizar la vocación productiva de la región, incrementar la productividad del campo, fomentar alianzas y acuerdos sectoriales que garanticen la competitividad del departamento mediante el desarrollo de encadenamientos productivos.

### **FUNDACIÓN HOGARES JUVENILES CAMPESINOS**

Ser el eje en el mejoramiento de la calidad de vida de la comunidad rural a través de la dirección / orientación de los Hogares Juveniles Campesinos en su labor de formación Integral cristiana de los niños (as) y jóvenes. Esto se logra mediante el crecimiento personal, la formación empresarial, la producción rural limpia y con tecnología apropiada.

### **ORGANIZACIÓN INTERNACIONAL PARA LAS MIGRACIONES - OIM**

Consagrada al principio de que la migración en forma ordenada y en condiciones humanas beneficia a los migrantes y la sociedad. La OIM trabaja con sus asociados de la Comunidad internacional para: Ayudar a encarar los crecientes desafíos que planea la gestión de la migración a nivel operativo, fomentar la comprensión de las cuestiones migratorias, alentar al desarrollo social y económico a través de la migración, velar por el respeto de la dignidad humana y el bienestar de los migrantes.



## **AGRADECIMIENTOS A**

**Angelino Garzón**

Gobernador del Valle del Cauca

**Sandra Patricia Guzmán Rivera**

Secretaria Agricultura y Pesca

### **FUNDACIÓN HOGARES JUVENILES CAMPESINOS DE COLOMBIA FHJC**

Las Alcaldías Municipales, Instituciones  
Educativas, Personerías, Umatas y Lideres de las comunidades en situaciones de  
desplazamiento, retorno y vulnerabilidad de los Municipios Jamundi, Palmira, Pradera, Florida,  
San Pedro, Bugalagrande, Sevilla, Dagua, Calima Darién, Buga.

Las Organizaciones de base, Lideres y Beneficiarios  
en situaciones de desplazamiento y vulnerabilidad  
de las comunas 1, 2, 18 y 20 de Santiago de Cali

La Oficina de Acción Social Unidad Territorial Valle del Cauca

Equipo Directivo, Profesional, Técnico y Promotores sociales de la  
Fundación Hogares Juveniles Campesinos de Colombia.

Santiago de Cali - 2007



## CONTENIDO

<b>Presentación</b> .....	4
<b>Capítulo I</b>	
¿Qué es la seguridad alimentaria? .....	5
¿Por qué se debe planificar la producción? .....	6
¿Cómo debe ser el diseño de la huerta? .....	6
¿Cómo son las camas, eras o sitios de siembra? .....	7
<b>Capítulo II</b>	
La producción de abonos orgánicos .....	8
En la ciudad: compostaje de los residuos caseros .....	8
En el campo: construcción de pilas de compost .....	8
<b>Capítulo III</b>	
El proceso de siembra de la huerta .....	9
¿Cómo son los semilleros? .....	10
<b>Capítulo IV</b>	
El cuidado de la huerta .....	11
Controlando las plagas y enfermedades .....	12
Procedimiento general para preparar y usar los biopreparados.....	13
<b>Capítulo V</b>	
Aprovechando la producción de la huerta .....	16
<b>Capítulo VI</b>	
Los animales en la huerta.....	17
Los pollitos y las gallinas ponedoras .....	18
El cuidado de la cerda de cría.....	18
<b>Recetario</b> .....	19
<b>Glosario</b> .....	21
<b>Bibliografía</b> .....	22



## PRESENTACIÓN

La cartilla “La seguridad alimentaria inicia en mi huerta”, es una fuente de información para interesados en el tema de seguridad alimentaria y agricultura urbana y es el medio a través del cual, los beneficiarios del proyecto “Fortalecimiento de la Seguridad Alimentaria para población en situación de Desplazamiento, Retorno y Vulnerabilidad”, recuerdan y ven reflejado el proceso de aprendizaje en sus huertas y su capacidad de vencer temores frente a limitaciones propias tanto de espacios físicos como desde la práctica. En los capítulos, se explora la propuesta de seguridad alimentaria que se evidencia desde el proyecto y se introduce en los temas considerados esenciales para el desarrollo y mantenimiento de las huertas, desde la descripción de la forma como se realiza una planificación predial, la producción del compost, la siembra adecuada de las semillas, el control permanente de plagas y enfermedades utilizando biopreparados. Plantea además el aprovechamiento de la producción de la huerta, el cuidado de las aves y cerdos y finalmente, encuentra algunas de las recetas para diversificar y aumentar el consumo de la cosecha de la huerta.

Es el resultado del esfuerzo de los donantes, los beneficiarios y el equipo operador que durante 9 meses, desarrollaron actividades para impulsar el proceso de auto producción limpia, dirigido principalmente a la seguridad alimentaria de 720 beneficiarios: mujeres, hombres, jóvenes, niños y niñas ubicados en la zona urbana de Cali comunas 1, 2, 18 y 20 y en la zona rural de los municipios Jamundi, Palmira, Pradera, Florida, San Pedro, Bugalagrande, Sevilla, Dagua, Calima Darién, y Buga. Personas que han enfrentado el abandono definitivo de sus parcelas, la disminución en la producción y abastecimiento de alimentos, deserción escolar, la desintegración del grupo familiar y readaptación, pero que conservan una alta vocación hacia la producción agropecuaria que han fortalecido su proceso de restablecimiento socio económico.





La comunidad trabaja en las huertas en la vereda San Antonio, Jamundi (Valle)

## CAPITULO I

### ¿QUÉ ES LA SEGURIDAD ALIMENTARIA?

La seguridad alimentaria, es entendida como el «acceso material, oportuno y económico a alimentos suficientes para todos los miembros del hogar, sin correr riesgos indebidos de perder dicho acceso».

Es evidente que los desplazados nacionales se encuentran sumidos en un grave estado de inseguridad alimentaria, al disminuir el consumo promedio de 2.739 kilocalorías al día para los colombianos en situaciones normales a tan solo 1.752 kilocalorías de ingesta diaria de la población desplazada. Dicha cifra, es menor al promedio estándar recomendado por el Programa Mundial de Alimentos para habitantes en situación de emergencia de ingresos familiares.

Entre tanto, las familias desplazadas en zonas rurales logran mantener un mejor nivel de alimentación que las familias en los sectores urbano y semi-urbano, así como también alimentarse mejor en términos kilo calóricos. Esto se debe fundamentalmente a la relación entre su ingreso y gasto diario. Los desplazados en zonas semi-urbanas no tienen el mismo poder adquisitivo para alimentos y por lo tanto, su consumo es menor en comparación de la población establecida en zonas rurales. La situación más crítica se presenta en los desplazados asentados en áreas urbanas, en razón de que deben cubrir otras necesidades básicas, (agua, combustible y transporte), disminuyendo ostensiblemente sus posibilidades de adquirir alimentos.



## ¿POR QUÉ SE DEBE PLANIFICAR LA PRODUCCIÓN?

Es importante porque se pretende tener siempre hortalizas para el consumo de la familia, en la cantidad necesaria de acuerdo al número de personas y además porque se podrán utilizar mejor los espacios en la huerta. De esta forma no se malgastará la semilla y se podrá tener diversidad de hortalizas para la alimentación.

## ¿CÓMO DEBE SER EL DISEÑO DE LA HUERTA?

ANTES



DESPUES



Huerta de la Familia González de la Vereda San Antonio

La huerta se diseña de acuerdo al espacio que tenga la familia.

Debe ubicarse de norte a sur para aprovechar mejor la luz solar.

Debe estar limpio de basuras, latas, vidrios, sin sombrío, debe contar con agua cerca y no contaminada.

**La huerta es un espacio de unión y solidaridad para la familia y la comunidad, aquí se intercambian saberes y se recuperan tradiciones. Todos debemos participar en su construcción.**



## ¿CÓMO SON LAS CAMAS, ERAS O SITIOS DE SIEMBRA?

Las hortalizas se pueden sembrar en cualquier espacio, inclusive en un recipiente o en bolsas, como lo podemos observar en los siguientes modelos:

Su área debe ser: 3 m. de largo x 1 m. de ancho y 20 cm. de altura. Se recomienda dejar 50 cm. entre cada cama o era para transitar. Pique bien el suelo, límpielo y agregue 10 kilos de abono por metro cuadrado y revuelva bien.

**RECIPIENTES O CONTENEDORES:** Deben estar en buen estado, colocados en sitios con buena luz solar.

**LOS TUBULARES:** Utilice plástico negro grueso. Su medida es de 1 m. de largo x 40 cms de ancho. Se pueden colgar o acostar.

El sustrato es: 3 partes de cisco de arroz ó estopa de coco y una parte de compost. El sustrato se prepara mezclando una parte de tierrapor una de abono. Se debe regar a diario. Recuerde sembrar plantas livianas (acelga, lechuga, cilantro, entre otras).



Huerta de la Familia Guarín  
San Isidro Bugalagrande



Huerta de la Familia Osorio



La huerta de Daniel Trochez



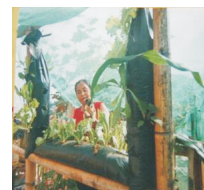
Huerta Familia Calderón



Huerta Familia Naskain



Huerta Familia Marín



Huerta Familia Escobar



## CAPITULO II

### LA PRODUCCIÓN DE ABONOS ORGÁNICOS

En la ciudad: compostaje de los residuos caseros

Utilice sólo desechos de la cocina (cáscaras, sobras de comida), píquelos bien y aplique una cucharada de EM Sólido en cada capa. Cuando se llene coloque el contenido del tarro en la lombricera. Recoja el líquido y fumigue las plantas (20 cms. x litro de agua). Agite bien.



Pila de Compostaje Comuna 20



Blanca Elvia Villalobos Comuna 20

### EN EL CAMPO: CONSTRUCCIÓN DE PILAS DE COMPOST

- 1.El sitio escogido debe estar plano y seco.
2. Haga capas de 10 cms con los desechos de la finca
3. Agregue 2 cms de ceniza y 5 cm de tierra .
4. Riegue con agua y melaza.
5. Siga haciendo capas hasta formar un cono.
6. Revuelva cada semana y tape bien.
7. Controle la humedad. Recuerde que si la pila está muy fría es porque está muy húmedo, si está tibia agregue un poco de agua y si está caliente va bien. En 10 semanas tendrá su abono.
8. Aplique 10 kilos de abono por metro cuadrado cada 4 meses. Si la tierra no es de buena calidad aplique más.





## EN LA CIUDAD Y EN EL CAMPO: LAS LOMBRICERAS SIRVEN PARA PRODUCIR ABONO



Construcción del Lombricario



Siembra de lombriz



Lombricario establecido

Las lombrices se deben alimentar con boñiga, pulpa de café y vástago de plátano. Todo debe ir bien picado y húmedo. Recuerde que las lombrices no pueden morder, sólo chupan. No debe usarse vidrios, cáscaras gruesas, palos, piedras o cartón porque esto las contamina. Deben mantenerse con sombra y controlar la humedad. Cada 3 meses habrá abono para utilizar. Recoja el líquido ó lixiviado y utilícelo para fumigar las plantas de la huerta (dosis 1 litro x 20 litros de agua). Las lombrices sirven para alimentar las gallinas, peces y pollos.

## CAPITULO III EL PROCESO DE SIEMBRA EN LA HUERTA

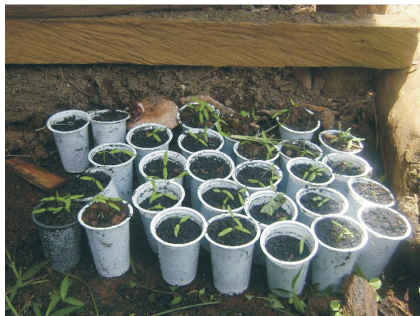
Para planificar la siembra se debe determinar cuál es el consumo de la familia por cada hortaliza (kilos/mes), la producción por planta de la hortaliza y el área de la huerta. Unas especies se siembran directamente en las eras (cilantro, acelga, zanahoria, espinaca, habichuela, pepino y remolacha), otras se deben sembrar en semillero (tomate, pimentón, cebolla, lechuga, perejil y repollo). Las aromáticas como ruda, albahaca, caléndula y manzanilla se pueden sembrar en semillero o se puede sembrar un tallito directamente en la huerta. Recuerde sembrar siempre asociado, o sea mezclando en la era las hortalizas para aprovechar mejor los espacios y que se protejan unas a otras (ALELOPATIA).



Sandra Marroquín Comuna 18



## ¿Y CÓMO SON LOS SEMILLEROS?



Semillero de la Familia Gonzalez,  
San Antonio Jamundi.

Existen variedad de recipientes que se pueden utilizar como cajones, tarros, ollas viejas, panales de huevo, bolsas plásticas, vasos desechables, llantas, tacos de guadua y botellas plásticas que son fáciles de transportar. El recipiente que se use, debe ubicarse en un sitio protegido con buena luz y cerca de la huerta.

La preparación del sustrato para el semillero es: 2 partes de tierra, 1 parte de compost y 1 parte de arena o cascarilla de arena, se mezclan bien y se nivela. **Recuerde:** para sembrar haga surcos no muy profundos ( $\frac{1}{2}$  cm.) y coloque una semilla cada 10 cm., tape con poca tierra y riegue a diario sin encharcarlo. A las 3 semanas se debe trasplantar, no olvide mojar el semillero antes del trasplante. Trasplante tempranito y con el suelo bien mojadito.

**OJO:** Siembre el semillero 3 semanas antes de hacer las eras, para que siembre junto a las plantas de siembra directa.

ASOCIE ASI



CILANTRO ZANAHORIA ACELGA LECHUGA

O TAMBIÉN Así



ZANAHORIA REMOLACHA REPOLLO CILANTRO

**RECUERDE:** Las plantas que necesitan tutorado como habichuela, pepino, tomate y espinaca, se deben sembrar por los bordes de la huerta para aprovechar la malla y evitar que atrasen a las más pequeñas.

Huerta de la Familia Velásquez  
Comuna 20



Tutoraje o envaraje con  
estacas, o palos

Huerta de la Familia Restrepo  
Comuna 2



Tutoraje con cuerdas



## CAPITULO IV

### EL CUIDADO DE LA HUERTA



Delia Martínez Comuna 2

Debemos mantener limpia la huerta. Se deben quitar las hojas o partes dañadas para evitar enfermedades. Algunas plantas como el repollo, la acelga, el maíz y el fríjol requieren que les amontonen tierra a los lados para que produzcan mejor .

***EL AGUA ES UN ELEMENTO VITAL PARA LAS PLANTAS SIN LA CUAL NO SOBREVIVEN, POR ESO SE DEBEN REGAR TEMPRANITO TODOS LOS DÍAS.***

El agua se debe aplicar en forma de lluvia, para esto usamos las regaderas que podemos construir con tarros viejos, o mediante la instalación de aspersores o mangueras perforadas llamadas cintas. Antes de la siembra incorporamos al suelo el compost y cuando las plantas han crecido, les aplicamos el abono líquido que sale de la lombricera o del tarro del compostaje. Adicionalmente debemos aplicar los biopreparados compuestos de plantas y estiércol.

### SE FUMIGAN LAS HOJAS DE LAS PLANTAS

Las dosis de los abonos líquidos son:

**EL ABONO DE LOMBRIZ O LIXIVIADO: 100 CC POR LITRO DE AGUA  
EL LIQUIDO DEL TARRO DE COMPOSTAJE: 20 CC POR LITRO DE AGUA**



## CONTROLANDO LAS PLAGAS Y LAS ENFERMEDADES

Para evitar el daño en las plantas por plagas y enfermedades, se deben realizar actividades que permitan protegerlas desde el momento de la siembra: reparar y abonar bien el suelo - sembrar asociado o sea mezcladas eligiendo las mejores acompañantes para cada planta - regar a diario y controlar la humedad - sembrar aromáticas en la huerta - sembrar flores de color amarillo y rojo alrededor de la huerta - quitar las hojas, tallos y frutos dañados o enfermos y sacarlos de la huerta.



Familia Balcazar  
Comuna 20



Revisión de plagas  
en huerta Comuna 18

Se debe identificar en la huerta cuál es la plaga o la enfermedad en las plantas, revisandolas a diario. Si se puede, se hace control manual.

Las plagas son insectos de diversos tamaños que dañan diferentes partes de la planta y en diferentes etapas de su desarrollo. Los insectos o plagas se dividen en varios grupos dependiendo de la forma del daño y son:

**Trozadores:** que cortan partes de la planta ya sea hojas, raíces, tallos y flores como: el grillo, la hormiga, los cucarrones, las avispas.

**Barrenadores:** Perforan la raíz o el tallo formando túneles. Ej. Chiza, picudo, gusano tierrero

**Chupadores:** Viven en el cogollo de la planta y se alimentan de la savia como los ácaros, trips, piojos, la mosca blanca, los áfidos y pulgones.

Para el control de plagas y enfermedades además de las prácticas preventivas señaladas anteriormente se hacen preparados de plantas como:

**PURINES:** Se utilizan plantas que se pican y se dejan fermentar en agua para fumigar.

**HIDROLATOS:** Son purines pero se cocinan las plantas y después se aplican.

**CALDOS MICROBIOLÓGICOS:** Son la mezcla de plantas, estiércol de animal y algunos químicos que se pueden cocinar o simplemente mezclar y sirven para abonar o controlar plagas y enfermedades.

*Es muy importante identificar las plantas de la región y clasificarlas en insecticidas o fungicidas de acuerdo a su uso.*



## PROCEDIMIENTO GENERAL PARA PREPARAR Y USAR LOS BIOPREPARADOS

1. Usar como mínimo un kilo de la planta seleccionada, picarla bien fino.
2. Usar 10 o 15 litros de agua sin cloro o agua lluvia.
3. Agregue algo para que no lo lave la lluvia como jabón azul.
4. Si se prepara un purin déjelo mínimo tres (3) días fermentando
5. Si se prepara un hidrolato cocínelo mínimo 20 minutos.
6. Cuéelos siempre.
7. Disuelva un litro de biopreparado en diez de agua para fumigar las hojas y tallos.
8. Aplíquelo puro si lo usa directamente en el suelo.
9. No los guarde más de tres días

### ***Sirve para controlar los insectos chupadores*** **PURIN DE CEBOLLA LARGA**

Insecticida

Ingredientes:

1 kilo de cebolla larga picada

250 gr. Ajo

250 gr. de ají

5 litros de agua

Preparación:

Picar o licuar todo y mezclarlo con el agua

Fermentar por 3 días

Colar y aplicar

Dosis: 100 cc por litro de agua

### ***Sirve para controlar enfermedades*** **INFUSIÓN DE CALÉNDULA**

Para control de enfermedades

Ingredientes:

200 gr. de hojas y tallos de caléndula

Una libra de ceniza cernida

1 litro de agua hervida

Preparación: Agregar la caléndula al agua

hervida y dejarla reposar, colar y aplicar.

Dosis: 100 cc por litro de agua



## PREPARACIÓN DEL CALDO SULFOCALCICO

### Ingredientes:

2 cucharadas de azufre, 2 cucharadas de cal viva, 2 litros de agua

### Preparación:

Colocar el agua al fuego y cuando hierva adicionar la cal y el azufre, dejar hervir a fuego lento revolviendo constantemente con un palo hasta que la mezcla se torne color ladrillo. Dejar enfriar y colar. Diluir en 5 litros de agua y fumigar hojas y tallos para controlar enfermedades y chupadores.

**Recuerde:** No aplicar si las plantas están florecidas y no usarlo en pepino, sandía o zapallo.



Familia Pinzón Comuna 18

Beneficiarios Alto Menga  
Comuna 2



## PREPARACIÓN DEL CALDO BORDELÉS

### Ingredientes:

2 cucharadas de cal viva, 2 cucharadas de sulfato de cobre, 5 litros de agua

### Preparación:

Diluir la cal en 4 litros de agua en un tarro plástico, aparte en otro tarro plástico diluir el sulfato de cobre en un litro de agua.

Agregar lentamente el sulfato de cobre diluido a la cal diluida, revuelva bien.

Para probar la acidez meta en el líquido la punta del machete y si se oxida agregue una cucharada de Cal.

Diluir cada litro del caldo en 10 litros de agua y fumigar las plantas para controlar enfermedades o calentar las plantas para prevenirlas.



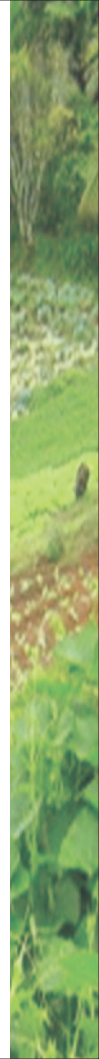
## PLANTAS MÁS COMUNES PARA LOS BIOPREPARADOS Y SU USO

### FUNGICIDAS

1. **ORTIGA:** mejora la calidad aromática de las plantas y las ayuda a resistir las pudriciones y controla pulgones.
2. **DIENTE DE LEÓN:** mejora la calidad aromática de las hierbas, mata nematodos pero no es buen acompañante de otras plantas, excepto de la alfalfa, pues deprime su crecimiento.
3. **CALÉNDULA:** repele mosca blanca, mosca del ganado, polilla del tomate, nematodos del suelo en cultivos en tomates y rosa, así como otras plagas en fríjol y hierbabuena.
4. **SÁBILA:** sirve como pegante en las mezclas
6. **CADILLO O PAPUNGA :** controla variedad de hongos.
7. **HOJA DE PAPAYA:** controla hongos (roya y mildew poroso).
8. **HOJAS Y TALLOS DE TOMATE:** mariposa blanca de la col, controla ácaros, pulgones, orugas, cucarachas moscas, nematodos y algunos tipos de bacterias.
9. **HIGUERILLA:** sirve para control de hongos en general.
10. **MANZANILLA:** evita la pudrición del cuello de la raíz, previene otros hongos como la antracnosis y el mildew polvoso.

### REPELENTES DE INSECTOS

1. **CITRONELA:** repelente de todos los tipos de insectos
2. **LIMONCILLO:** es muy útil como repelente de los nematodos ( gusanos de la raíz), pulgones y ácaros.
3. **RUDA:** es un cultivo trampa para moscas y polillas, controla escarabajos y hongos, u s a d o en macerados de hojas y tallos.
4. **ALBAHACA:** buena acompañante del tomate, pues promueve crecimiento. Es opuesta a la ruda; repele mosquito y mosca.



## INSECTICIDAS

1. **SÁBILA:** se utiliza como pegante para insecticidas vegetales y control de chupadores
2. **AJO:** controla el gusano del manzano, mariposa de la col pulgones y áfidos; mejora el redimiendo de las plantas alrededor, si bien es antagonista del frijol y la arveja.
3. **AJI:** es insecticida, antiviral y repelente de insectos, como las hormigas, pulgones, áfidos, oruga, además de virus (del mosaico, del pepino y del tabaco)
4. **SALVIA AMARGA:** insecticidas para control de chupadores
5. **FLOR DE MUERTO:** controla la mosca común y mosca de ganado
6. **HELECHO:** controla ácaros, pulgones, cochinillas y broca en distintos cultivos.
7. **CANAVALIA:** controla la hormiga
8. **AJENJO:** controla el zancudo, las babosas, moscas, polillas y gusano del repollo.

## CAPITULO V APROVECHANDO LA PRODUCCION DE LA HUERTA



Familia Montero  
en la  
Comuna 18



Cosecha de la  
Comuna 20

La cosecha de los productos de la huerta se hace cuando las plantas están listas para el consumo. Recuerde que cada especie de hortalizas tiene un ciclo de desarrollo distinto. Algunas plantas de hoja no se cosechan totalmente como: la lechuga, la espinaca, la acelga, el apio y el perejil, las cuales se van cosechando de acuerdo al consumo familiar y pueden durar varios meses porque rebrotan.

Otras plantas se van cosechando a medida que el fruto madura como el tomate, el pimentón, la habichuela y el pepino. Las aromáticas se cosechan cuando se necesitan, utilizando las hojas que retoñan nuevamente. Después de la cosecha se deben sacar los residuos de la huerta y utilizarlos para alimentar los animales, o si están muy descompuestos llevarlos a la compostera.





## CAPITULO VI LOS ANIMALES EN LA HUERTA

Componente Pecuario  
entregado a los  
Beneficiarios en el Proyecto



### Los Pollitos y las gallinas ponedoras

Para recibir los pollos o las gallinas debe tener desinfectada la jaula o el galpón con cal y específico. Utilizar como cama paja seca, aserrín de madera, bagazo de caña o cascarilla de arroz, cisco de café, tusa molida y paja de cereales. Al recibir los animales déles agua con azúcar. Se deben alimentar tres veces al día con concentrado, maíz molido, forrajes de la finca y sobras de la cocina. Como prevención para las enfermedades respiratorias tenga a la mano: matarratón, limoncillo, citronela, sábila, verbena blanca, ajo, limón, piña común, cebolla larga o cabezona y jabón azul. Para prevenir el infarto utilice prontoalivio, hierbamora, hierbabuena y nacedero.

Para abrirles el apetito déles vinagre de castilla. Para purgar los animales utilice: pimienta, ají diablito o pipilongo. Para refrescarlos utilice nacedero en ramas o en agua de tomar. Es importante recordar que las plantas medicinales son preventivas, pero si es necesario curar existen medicamentos para cada enfermedad por ej: Para enfermedades respiratorias: CIPROFLOXACINAS, ENROFLOXACINA. **Parásitos** : TARTRATO DE TILOSINA, KOLIQUIL **Diarreas**: CAOPECTROL, TRIMEDIAZINAS, SULFAMETRAZINA. **Broncodilatadores**: LINIMENTO VENECIANO, NOVABRONCOL



## EL CUIDADO DE LA CERDA DE CRÍA



Cerditas Vereda Coloradas - Sevilla

**Para el recibimiento no olvide:** Tener la cochera limpia, desinfectada, pintada con cal, el piso parejo y en cemento. Una parte de la cochera debe recibir los rayos del sol.

**LA ALIMENTACIÓN ES ASÍ:** Una libra de concentrado en la mañana todos los días, si tiene nacedero déle un kilo de hojas antes del concentrado para mejorar la digestión. El resto del día prepárele una ensalada de las plantas que tenga en la finca como BORE, RAMIO, GUAYABA, GUARAPO DE CAÑA O CAÑA PICADA, CADILLO O PAPUNGA, PLÁTANO PICADO, NACEDERO Y CIDRA PAPA. ¡ELLA SE COME 10 LIBRAS AL DÍA DE ESTA ENSALADA! Si le va a dar aguamasa recuerde que debe ¡HERVIRLA Y QUE SEA DEL MISMO DÍA! Se le debe dar agua fresca ¡Y NO DEJARLA CALENTAR!

**IMPORTANTE:** ¡LA CERDA ESTÁ LISTA PARA LA REPRODUCCIÓN CUANDO TIENE UN PESO DE 100 A 110 KILOS ! RECUERDE DEJARLE PASAR EL PRIMER CALOR.

PARA PURGARLA SE LE DEBE INYECTAR vía Intramuscular 5 centímetros cúbicos de Levamisol, 20 días antes del parto. Se debe aplicar la vacuna contra la peste porcina clásica una vez cada seis meses. Para los cerditos peste porcina a los 15 días de nacidos.

¿**ANTES DEL PARTO QUÉ SE HACE?** Se debe preparar la cerda disminuyendo 3 días antes el consumo de concentrado hasta llegar a cero el día del parto se debe dejar con un suministro de agua a voluntad, se debe lavar bien la cochera y bañar la cerda, alistar yodo, hilo, corta uñas, un balde, trapos viejos, cisco u hojas de plátano secas esto sirve para limpiar los cerditos al momento del parto.



Cerditas Vereda Loma Gorda  
Florida

## RECETARIOS

### Receta de torta de Bore

3 libras de Bore  
1 libra de harina de trigo  
1 libra de azúcar  
1 libra de mantequilla  
Polvo para hornear 1 cucharadita dulcera  
Esencia y gólicas de cualquier sabor

### Recolección del Bore

Se toma el tallo tarugo, se pela hasta que quede amarillo, luego se corta en trozos y se deja 24 horas en agua, se lava muy bien y se coloca a cocinar hasta que éste quede blando, después se debe de moler.

**Preparación de la torta:** La mantequilla y el azúcar se revuelven aproximadamente 30 minutos, hasta tener una mezcla fina sin grumos, luego se adiciona la harina y se sigue revolviendo, seguidamente se mezclan los huevos, el polvo para hornear y el Bore. Se mezclan bien y por último se agrega las gotas de esencia. Caliente el horno 15 minutos antes de hornear y tenga listo el molde debidamente engrasado con mantequilla, donde preparará la torta. La mezcla se vierte en el molde y coloca éste dentro del horno. Luego de 30 minutos se hace la prueba con el cuchillo varias veces, si éste sale limpio quiere decir que su torta está lista, sino debe hornear unos minutos más.

**Nota:** En caso de no tener horno se puede reemplazar por el fogón, como cuando está secándose el arroz, a fuego lento con una tapa entre el fogón y la olla, es necesario voltear la torta para que se cocine por ambos lados, esta acción se hará cuando la mezcla tome consistencia o se pongan firme, igual se introduce el cuchillo a la torta para saber si está lista. Esta receta sirve para la torta de mafafa, arracacha, cidra y guayaba. Para las guayabas se hierven hasta que estén bien blandas, no se muelen, se pasan por un colador y la pepas quedan arriba y la pulpa abajo, esta última es la que utilizamos para la torta.

**Avena de Yuca:** Se pela la yuca y se lava bien, se coloca a cocinar con clavos y canela hasta que quede bien blandita. La dejamos reposar y sólo se toman los trozos de yuca, no se puede incluir los clavos ni la canela para que la avena no tenga un color negro. Luego se machaca bien, se hierve con la leche y se hace como una avena normal.

**Cortesía:** Sra. Rut Nery Bermeo Coloradas–Sevilla



## GUIISO DE CIDRA

**Ingredientes:** una cidra, un tomate, una cebolla, cilantro picado, sal, un huevo, aceite.

Preparación:

Se cocina una cidra, se le quita la cáscara, se pica en cuadritos, se hace un guiso de tomate, cebolla, cilantro y sal al gusto. Se revuelve un huevo, se mezcla con la cidra y se sirve con una porción de arroz.

**Cortesía Sra. Amanda Lucia Guarín - San Isidro Bugalagrande**

## GUIISO DE ACELGA

**Ingredientes:** media libra de acelgas - 3 papas amarillas picada - un tomate rojo - una rama de cebolla larga - cilantro picado, sal

Preparación: Lavar y hervir las acelgas por 5 minutos, escurrir, partirlas en trocitos. Aparte preparar el guiso con el tomate picado, la cebolla y la sal. Cocinar aparte la papita amarilla. Agregar los trocitos de acelga a la papa blanda, el guiso y la sal al gusto.

**Cortesía Sra. Blanca Montoya**



## TORTILLA DE ZANAHORIA Y HABICHUELA

**Ingredientes:**

2 zanahorias peladas y partidas en cuadritos - ½ libra de habichuelas lavadas y cortadas en trocitos - guiso de cebolla, pimentón y ajo - 1 Tomate - 1 cebolla larga - pimentón al gusto - 2 dientes ajo - cilantro picado - 2 huevos, aceite, sal al gusto

Preparación:

cocinar en poca agua con sal, verduras, hasta ablandar. Agregar el guiso preparado con la cebolla, el tomate, el ajo, cilantro y pimentón. Colocar dos cucharadas de aceite en una cacerola, agregar la verdura y revolver los dos huevos. Servir con arroz o pan.

**Cortesía Sra. Blanca Montoya**

## FRIJOLES CON CIDRA

**Ingredientes:** frijoles - una cidra

Preparación: Se pela y se pica en cuadros la cidra y se le agrega a los frijoles para espesar.

**Cortesía: Sra. Blanca Oliva Osorio. Comuna 20**



## GLOSARIO

- **Alelopatía:** Relación benéfica entre las plantas, que estas pueden ser repelentes de plagas o acompañantes que proporcionan y reciben beneficios de las plantas del entorno.
- **Aporcar:** Labor que consiste en arrumar tierra a ambos lados de la planta.
- **Biopreparados:** Sustancias que se preparan para controlar las plagas y enfermedades, que pueden ser a base de plantas, frutos, sulfatos y jabón.
- **Compostaje:** Abono de gran calidad obtenido a partir de la descomposición de residuos orgánicos, que se utiliza para fertilizar y acondicionar los suelos, mejorando su calidad.
- **EM:** Material biológico utilizado para acelerar el proceso de descomposición de los desechos orgánicos.
- **Lixiviado:** Líquido que emana los residuos orgánicos al degradarse.
- **Lombricario:** Sitio donde se establecen las lombrices con el fin de producir abono.
- **Tubular:** Bolsa plástica negra y alargada, utilizada para sembrar en espacios reducidos.
- **Tutorado:** Sistema que permite el crecimiento de las plantas de manera vertical o recta.
- **Producción Limpia:** Es la que se obtiene sin la utilización de productos agro tóxicos que puedan perjudicar al medio ambiente o al ser humano.



## **BIBLIOGRAFÍA**

### **HOGARES JUVENILES CAMPESINOS**

Agricultura alternativa, principios, Bogotá DC 2004

### **MINISTERIO DE AGRICULTURA Y DESARROLLO RURAL**

Agricultura orgánica, 2005

### **RAMÍREZ CG.**

Agricultura orgánica, insecticidas y fungicidas biológicos, 6a. Edición, 2001

### **HOGARES JUVENILES CAMPESINOS**

Manual de Granja Integral Autosuficiente,  
Bogotá 2006

### **EDITORIAL PLANETA**

Las ensaladas de la abuela, 2a edición, 2003

## **SABERES CULTURALES DE LA COMUNIDAD PARTICIPANTE EN EL PROYECTO**

