

GUÍAS DE CULTIVO



ECOLÓXICO



#22

**CULTIVO
DA ACELGA**

TÉCNICAS, ASOCIACIONES
E CONTROL DE PRAGAS



Introducción

A **acelga** (*Beta vulgaris var. cicla*) é unha hortaliza de folia verde moi apreciada tanto pola súa versatilidade na cociña como polos seus beneficios nutricionais. O cultivo ecolóxico da acelga en Galicia presenta oportunidades significativas para a produción de alimentos sustentables. Neste artigo, examinaremos os aspectos técnicos do cultivo ecolóxico da acelga en Galicia, incluíndo métodos para combater pragas e enfermidades de forma ecolóxica, marcos de plantación, asociacións beneficiosas con outras hortalizas, e as épocas recomendadas para a sementera e a plantación.

Características do cultivo da acelga

Condições climáticas

A acelga é unha planta resistente que se adapta ben ás condicións temperadas e frescas de Galicia.

- **Temperatura:** A acelga crece mellor a temperaturas entre 15 e 20°C. Pode tolerar temperaturas máis baixas, e incluso soportar xeadas leves, o que permite a súa produción durante gran parte do ano.
- **Humidade:** Require unha humidade constante para un desenvolvemento óptimo. A falta de auga pode levar a follas duras e de mala calidade, mentres que o exceso pode provocar problemas de podrencia.
- **Luz:** A acelga prefire unha exposición solar completa ou parcial. Un mínimo de 4-6 horas de luz solar directa ao día é ideal para promover un bo crecemento.

Requerimentos do solo

- **Tipo de solo:** A acelga necesita un solo ben drenado, rico en materia orgánica e con boa capacidade de retención de humidade. Solos pesados ou con mal drenaxe poden causar problemas de raíces e afectar a calidade das follas.
- **pH:** O pH óptimo do solo está entre 6,0 e 7,0. Solos moi ácidos ou alcalinos poden afectar a dispoñibilidade de nutrientes e o desenvolvemento das plantas.
- **Fertilidade:** Incorporar materia orgánica, como compost ou esterco ben descomposto, mellora a fertilidade do solo e proporciona os nutrientes necesarios para un crecemento vigoroso.

Épocas de plantación

A elección da época de plantación é crucial para garantir unha colleita exitosa de acelga.

Sementeira de primavera

- **Época:** A sementeira debe realizarse desde marzo até maio, cando as temperaturas do solo son adecuadas e non hai risco de xeadas severas.
- **Colleita:** Os cultivos iniciados na primavera poden ser colleitados entre 8 e 12 semanas despois da sementeira, dependendo das condicións e da variedade.

Sementeira de outono

- **Época:** As sementes tamén se poden plantar en agosto e setembro para obter unha colleita en outono e principios de inverno.
- **Colleita:** Neste caso, a colleita ten lugar entre novembro e marzo, dependendo das condicións e da variedade. As temperaturas máis frescas melloran a calidade das follas.

Métodos de sementeira

- **Sementeira directa:** As sementes deben ser plantadas a unha profundidade de 1-2 cm. A distancia recomendada entre sementes é de 20-30 cm, e entre fileiras, de 40-50 cm.
- **Sementeira en bandeixas:** As sementes tamén poden ser iniciadas en bandeixas e transplantadas ao campo cando as plántulas teñan 4-6 semanas de idade.



Marcos de plantación

O espazamento e o marco de plantación son fundamentais para un cultivo de acelga eficiente e produtivo.

- **Espazamento entre plantas:** Mantén unha distancia de 20-30 cm entre plantas para permitir un desenvolvemento adecuado das follas e facilitar a ventilación.
- **Espazamento entre fileiras:** Mantén 40-50 cm entre fileiras para facilitar o acceso para mantemento e colleita.

Asociacións beneficiosas

A asociación de cultivos pode mellorar a saúde das plantas e aumentar a produtividade, ao tempo que controla pragas e enfermidades.

- **Cebola** (*Allium cepa*): As cebolas actúan como repelentes naturais contra certas pragas que afectan á acelga, como os pulgóns e os ácaros.
- **Zanahoria** (*Daucus carota*): As zanahorias e a acelga poden beneficiarse mutuamente, xa que as zanahorias melloran a estrutura do solo e a acelga axuda a controlar pragas que afectan ás zanahorias.
- **Brócoli** (*Brassica oleracea*): O brócoli pode axudar a repelir certas pragas que afectan á acelga, e tamén mellora a saúde do solo ao aumentar a diversidade de cultivos.

Evitar: Non plantar acelga preto de cultivos da familia das brassicáceas, como o repollo ou a coliflor, xa que poden compartir patóxenos e atraer pragas similares.

Control de pragas e enfermidades

O control ecolóxico de pragas e enfermidades é esencial para manter a saúde das plantas e minimizar o impacto ambiental.

Pragas comúns e control ecolóxico

Pulgón (*Aphididae*)

- **Síntomas:** Colonias que se alimentan das follas e brotes, causando deformacións e debilitamento das plantas.

- **Control:** Introducción de depredadores naturais como xoaniñas e crisopas. Aplicación de xabón potásico ou aceite de neem tamén pode reducir a poboación de pulgóns.

Mosca da col (*Delia radicum*)

- **Síntomas:** Danos nas raíces, que poden causar a súa pudrición e unha redución do crecemento.
- **Control:** Uso de trampas específicas para adultos e aplicación de extractos naturais como o aceite de neem. Rotación de cultivos tamén é eficaz para reducir a incidencia.

Ácaros (*Tetranychidae*)

- **Síntomas:** Manchas amarelas ou bronceadas nas follas, que poden reducir a calidade das follas.
- **Control:** Aplicación de aceites vegetais e introdución de depredadores naturais como ácaros predadores. Mantemento de boas prácticas de hixiene e rego adecuado tamén son importantes.

Enfermidades comúns e control ecolóxico

Mildiu (*Peronospora parasitica*)

- **Síntomas:** Manchas amarelas nas follas e mofo branco nas partes inferiores.
- **Control:** Mellora da ventilación entre plantas e aplicación de tratamentos con cobre ou decoccións de cola de cabalo para a prevención. Eliminación de restos infectados tamén é crucial.

Podremia (*Botrytis cinerea*)

- **Síntomas:** Pudrición das follas e brotes, que pode reducir a calidade e a cantidade de follas.
- **Control:** Uso de mulch para reducir a humidade ao redor das plantas e aplicación de fungos beneficiosos como *Trichoderma* para combater patóxenos no solo.

Fusariosis (*Fusarium spp.*)

- **Síntomas:** Pudrición das raíces e deterioración das plantas.



- **Control:** Mantemento de boas prácticas de hixiene e rotación de cultivos. Aplicación de compost e mellora da estrutura do solo tamén son efectivas.

Prácticas de mantemento ecolóxico

- **Rotación de cultivos:** A rotación de cultivos é fundamental para evitar a acumulación de patóxenos e pragas específicas. Cambiar a ubicación da acelga cada ano axuda a manter a saúde do solo e reducir o risco de enfermidades.
- **Acolchado:** O acolchado con materiais orgánicos, como palla ou compost, axuda a conservar a humidade do solo, controlar malas herbas e mellorar a estrutura do solo.
- **Rego:** O rego regular é esencial para manter unha humidade constante, especialmente durante períodos secos. O rego por goteo é recomendable para minimizar a humidade sobre as follas e reducir o risco de enfermidades.
- **Control de malas herbas:** A eliminación manual de malas herbas e o uso de acolchado para minimizar a competencia por nutrientes e espazo.
- **Fertilización:** Aplicar compost ou esterco ben descomposto antes da plantación e durante o ciclo de crecemento para garantir un subministro adecuado de nutrientes.
- **Eliminación de restos de cultivos:** Recoller e eliminar restos vexetais despois da colleita para reducir a presenza de patóxenos no campo.

Conclusión

O cultivo ecolóxico da acelga en Galicia representa unha opción sostible que favorece a saúde do solo, a biodiversidade e a calidade dos alimentos. Aplicar prácticas adecuadas para o control de pragas e enfermidades, utilizar marcos de plantación correctos e fomentar asociacións beneficiosas con outras hortalizas contribúe a unha **producción máis eficiente e respectuosa co medio ambiente**. Estes métodos non só melloran a produtividade e a calidade das colleitas, senón que tamén apoian a transición cara a unha agricultura máis sustentable e resiliente en Galicia.

HORTOS URBANOS

DA DEPUTACIÓN DE LUGO

