

GUÍAS DE CULTIVO



**ECOLÓXICO**



#23

**CULTIVO DA  
ALCACHOFA**

TÉCNICAS, ASOCIACIÓNS  
E CONTROL DE PRAGAS



# Introducción

A alcachofa (*Cynara scolymus*) é unha hortaliza perenne moi valorada tanto polo seu sabor como polas súas propiedades nutricionais e terapéuticas. O cultivo ecolóxico da alcachofa en Galicia representa unha oportunidade para diversificar as producións hortícolas e fomentar prácticas agrícolas sustentables. Neste artigo, examinaremos os aspectos técnicos do cultivo ecolóxico da alcachofa en Galicia, abordando 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 alcachofa

### Condições climáticas

A alcachofa é unha planta que se adapta ben a climas temperados e suaves, con veráns cálidos e invernos moderadamente fríos.

- **Temperatura:** A alcachofa require temperaturas que varían entre 15 e 25°C para un óptimo desenvolvemento. Pode tolerar xeadas leves, pero a exposición prolongada a temperaturas por debaixo dos -5°C pode danar as plantas.
- **Humidade:** A alcachofa necesita un nivel de humidade constante. O solo debe estar ben drenado para evitar o exceso de humidade que pode causar podrencia.
- **Luz:** A planta prefere unha exposición solar completa. Un mínimo de 6-8 horas de luz solar directa ao día é ideal para o seu desenvolvemento.

### Requerimentos do solo

- **Tipo de solo:** A alcachofa prospera en solos ben drenados e ricos en materia orgánica. Solos pesados ou mal drenados poden afectar o desenvolvemento das raíces e reducir a calidade das cabezas.
- **pH:** O pH óptimo do solo está entre 6,0 e 7,5. Solos moi ácidos ou alcalinos poden afectar a dispoñibilidade de nutrientes e o crecemento das plantas.
- **Fertilidade:** A incorporación de compost ou esterco ben descomposto mellora a fertilidade do solo e proporciona os nutrientes necesarios para un bo crecemento e produción.

# Épocas de plantación

A alcachofa pode ser cultivada en Galicia durante gran parte do ano, pero é importante seleccionar as épocas de plantación adecuadas para maximizar o rendemento.

## Plantación de primavera

- **Época:** A plantación debe realizarse en primavera, desde marzo até abril, cando as temperaturas do solo comezan a subir e o risco de xeadas é baixo.
- **Colleita:** As alcachofas plantadas na primavera comezan a producir cabezas no outono do mesmo ano ou na primavera do ano seguinte, dependendo das condicións climáticas e da variedade.

## Plantación de outono

- **Época:** Tamén se pode plantar en agosto e setembro, para obter unha colleita durante a primavera do ano seguinte.
- **Colleita:** As alcachofas plantadas no outono comezan a producir cabezas na primavera, coas primeiras colleitas en abril-maio.

## Métodos de plantación

- **Plantación de cortazóns:** As alcachofas cultívanse habitualmente a partir de corazóns ou xemas, que se plantan a unha profundidade de 10-15 cm.
- **Espazamento:** Mantén unha distancia de 60-90 cm entre plantas e entre fileiras para permitir o desenvolvemento completo das cabezas e facilitar a ventilación.

# Marcos de plantación

O espazamento e o marco de plantación son críticos para a saúde das plantas e a eficiencia na colleita.

- **Espazamento entre plantas:** Mantén unha distancia de 60-90 cm entre plantas para permitir un crecemento adecuado e evitar a competencia por nutrientes e luz.
- **Espazamento entre fileiras:** Mantén 90-120 cm entre fileiras para facilitar o acceso para mantemento e colleita.



# Asociacións beneficiosas

A asociación de cultivos pode mellorar a saúde das plantas e a produtividade, e tamén axudar a controlar pragas e enfermidades.

- **Allo** (*Allium spp*): As cebolas, alhos e porros poden actuar como repelentes naturais contra certos insectos que afectan á alcachofa.
- **Cebola** (*Allium cepa*): As cebolas tamén axudan a repelir pragas que poden afectar á alcachofa, como os pulgóns e os ácaros.
- **Fabas** (*Phaseolus vulgaris*): As fabas melloran a estrutura do solo e aportan nitróxeno, o que beneficia o crecemento das alcachofas.

**Evitar:** Non plantar alcachofa preto de cultivos da mesma familia, como a remolacha ou a acelga, para evitar a acumulación de patóxenos e pragas compartidas.

# 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.

## Catarro da alcachofa (*Cactophagus spinolae*)

- **Síntomas:** Dano nas follas e brotes, causando deformacións e unha redución na produción.
- **Control:** Aplicación de trampas específicas e uso de extractos naturais que repelen aos insectos adultos.

## Ácaros (*Tetranychidae*)

- **Síntomas:** Manchas amarelas ou bronceadas nas follas, que poden reducir a calidade das follas e das cabezas.
- **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 das cabezas.
- **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 das alcachofas 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 alcachofa en Galicia ofrece unha oportunidade para promover prácticas agrícolas sustentables e diversificar a produción hortícola. Aplicar métodos adecuados para o control de pragas e enfermidades, marcos de plantación correctos e fomentar asociacións beneficiosas con outras hortalizas contribúe a unha **produción eficiente e respetuosa 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

