



A3905-045

Mesas de cultivo y contenedores para jardines comunitarios

Un número creciente de comunidades están aprovechando los jardines comunitarios como una influencia práctica y positiva en nuestras vidas ocupadas. Nutrir las plantas, ver el florecimiento, cosechar productos contribuyen a nuestro bienestar en general. La jardinería hace que uno se ejercite, alivia el estrés y promueve la interacción con la naturaleza y los vecinos. Y las frutas, verduras y hierbas del jardín son unas delicias comestibles que pueden mejorar nuestra salud a través de una mejor nutrición.

Los jardines comunitarios son tan diversos como las personas que los cuidan. Las parcelas de jardines tradicionales marcadas con postes esquineros funcionan para muchas personas. Sin embargo, otras personas quizás no sean capaces de cultivar de esta manera. A algunos participantes les resulta difícil caminar en una parcela del jardín, agacharse o arrodillarse en el jardín o simplemente moverse en un jardín tradicional. Si desea que su jardín comunitario esté abierto para todos, considere los siguientes métodos alternativos.

La jardinería por encima del suelo

La jardinería en **mesas de cultivo** y **contenedores** son dos métodos que permiten un acceso más amplio y fácil para los jardineros de todas las edades y habilidades. Ambos métodos proporcionan un sitio estructurado, una mezcla de suelo controlada y un fácil acceso a las plantas. Además, permiten una temporada de jardinería más larga porque el suelo se calienta más rápido en la primavera. Las mesas de cultivo y contenedores se pueden cubrir, esto sirve para extender la temporada durante el otoño.

Una mezcla de suelo controlada

El suelo puede ser un problema en los jardines comunitarios, especialmente en áreas urbanas. A la hora de determinar dónde colocar un jardín comunitario, comience por examinar el potencial de la historia del lugar. Luego haga pruebas del suelo. Es posible que algunos lugares no sean favorables para construir un jardín comunitario ni siquiera con la ayuda que brindan las mesas de cultivo. Por eso, es importante aprender todo lo que pueda sobre el suelo de base (véase Contaminantes en los suelos de jardines comunitarios en la sección Recursos adicionales).

Patti Nagai

Personas + Plantas es una colección de recursos sobre cómo construir, mantener y aprovechar al máximo los jardines comunitarios. Para ver más títulos y temas de la colección, visite learningstore.uwex.edu.



Es importante tener información a la mano antes de invertir tiempo y recursos en un nuevo jardín. Tal vez la tierra era un vertedero urbano y contiene elementos de concreto, vidrio u otros restos de un edificio anterior. Quizás el suelo esté muy compactado, compuesto de rocas y arcilla pesada o mal drenado. Estos factores complican el cultivo en su jardín. Las mesas de cultivo y contenedores permiten reducir algunos problemas del suelo porque utilizan una mezcla de suelo controlada y abono en el sitio.

Mejor accesibilidad

Los jardines con mesas de cultivo y contenedores tienen ventajas y desventajas, pero ambos métodos ayudan a los jardineros a cultivar fácilmente. Las limitaciones físicas a veces interfieren con la jardinería tradicional, pero la mayoría de las personas se sienten cómodas trabajando desde un asiento al lado del área elevado. Las personas que usan bastones, andadores o sillas de ruedas necesitan este tipo de acomodo. Los niños y las personas de estatura más pequeña también se benefician de la jardinería en mesas de cultivo, ya que se pueden construir bases de diferentes alturas. Se puede diseñar las mesas según las necesidades de los jardineros.

Construir pasillos entre las mesas de cultivo y contenedores ayuda a los participantes entren a su área de jardín. Es importante colocar contenedores grandes para el jardín en el borde de un patio o pasillo para que la jardinería sea fácil para personas con movilidad restringida.

Consideraciones para el uso de mesas de cultivo

Existen muchas razones para usar mesas de cultivo. Por ejemplo, ayudan a evitar el suelo de baja calidad, mejoran el drenaje y crean un jardín más ordenado y atractivo. Antes de comenzar a construir mesas de cultivo, piense bien en los materiales y el diseño de su construcción.

La construcción

Las mesas de cultivo pueden ser tan pequeños como 3 pies cuadrados o tan grandes como 20 pies por 4 pies. La clave es construirlos menos de 4 pies de lo ancho para permitir un fácil acceso de cada lado. El acceso fácil para cultivar desde fuera de la mesa es importante para conservar la textura del suelo y las características del drenaje. Nunca camine sobre una mesa de cultivo.

Puede construir sus mesas de cultivo con muchos tipos de materiales o utilizar *kits* pre-preparados que se venden en centros de jardinería locales, ferreterías o en línea. “*Kit-built beds*” funcionan bien y son estéticamente atractivos, pero pueden ser caros. Si su jardín comunitario tiene un presupuesto limitado, hay muchas alternativas para elegir.

- Haga mesas de cultivo sencillas y sin lados estructurados. Esto se hace al amontonar suelo con enmiendas orgánicas u abono en la parte superior del suelo existente. Usar un mantillo orgánico como corteza de pino, astillas de madera o paja en los lados mantiene el suelo en su lugar y evita la erosión. Estos tipos de mesas de cultivo se acomodan y por eso, hay que volver a establecerlos cada año.
- Utilice un muro de contención o un bloque de cemento para crear una mesa de cultivo de cualquier tamaño. La altura puede variar; dos a tres niveles de bloques y proporcionan una buena altura para que los niños se pueden sentar al lado de la mesa. Una altura de 30 a 32 pulgadas permite una accesibilidad fácil para personas en sillas de ruedas.
- Si prefiere usar madera, el cedro es duradero pero caro. La madera tratada con cobre es más económica que el cedro y se considera segura para usarla



MESAS DE CULTIVO Y CONTENEDORES PARA JARDINES COMUNITARIOS

en jardines. Sin embargo, puede que no se permita este tipo de madera en jardines que utilizan métodos orgánicos.

- Las mesas de cultivo hechas con tablas de maderas compuestas que suelen ser parte de los kits son duraderas pero sólo existen en tamaños limitados. Por lo general, no se deforman ni se doblan como les pasa a muchas tablas de madera con el paso del tiempo. Además, mantienen su color y apariencia estética.
- Intente usar fardos de paja en ambas partes de sus mesas de cultivo. Los fardos no son caros y hacen buenos asientos para la jardinería. Sin embargo, la paja se descompone con el tiempo, por lo que deberá reemplazar los fardos cada año. Puede agregar la paja vieja a su pila de abono o usarla como mantillo.

Materiales donados

La seguridad es lo primero en que debe pensar cuando la gente le ofrece materiales de madera para su jardín. El peligro de uso de la madera tratada no es tanto la absorción de productos químicos en los cultivos de verduras, sino el riesgo de que la gente toque repetidamente la madera. Muchos de los compuestos volátiles orgánicos y basados en metales

no migran fácilmente al suelo y no son absorbidos por las plantas.

La madera vieja o la madera de uso no residencial pueden contener **arsénico** del pesticida de arseniato de cobre cromatado (CCA por sus siglas en inglés) usado en la madera tratada a presión. Antes de 2004, el CCA se usaba comúnmente para tratar madera para juegos, plataformas y muebles para exteriores.

El arsénico que contiene se puede absorber a través de la piel; el mayor riesgo es para las personas que lo tocan, especialmente para los niños.

Del mismo modo, la mayoría de las traviesas de ferrocarriles o postes telefónicos fueron tratados con **creosota**, que contiene más de 100 sustancias químicas diferentes, incluyendo algunos carcinógenos conocidos. No hay un uso aprobado para los materiales tratados con creosota en entornos residenciales o jardines comunitarios (véase al sección Recursos Adicionales).



Las mesas de cultivo se pueden construir con una variedad de materiales, incluyendo bloques para muros de retención, bloques de concreto y madera.



Los invernaderos pequeños, conocidos en inglés como *"hoop houses"*, son una forma de extender la temporada de crecimiento en mesas de cultivo. Para construirlas, cubra la tubería curvada de PVC (policloruro de vinilo) o metal con una cubierta de fila flotante (tela contra heladas) o plástico transparente.



Consideraciones para el uso de contenedores

Los contenedores le permiten cultivar vegetales en espacios limitados. Se pueden mover fácilmente y permiten un control completo sobre la mezcla de suelo. Además, las plantas cultivadas en contenedores son fáciles de mantener, tienen menos malezas y son fáciles de cosechar. Sin embargo, debe seleccionar los contenedores y cultivos adecuados si quiere tener éxito. No todos los cultivos de vegetales prosperan en el espacio limitado de un contenedor. Considere las plantas más pequeñas, determinados tipos de tomate y siembre variedades específicas para contenedores. Muchos de los vegetales seleccionados como ganadores de la *All-America Selection* son adecuados para contenedores (véase la sección Recursos adicionales).



Los contenedores grandes colocados en el borde de un patio o pasillo ofrecen acceso al jardín para aquellos con movilidad restringida.

La selección de contenedores

Seleccionar contenedores adecuados para el crecimiento de cultivos comestibles puede ser un desafío, ya que vienen en todos los materiales, tamaños y formas. Los factores básicos a considerar son el tamaño del contenedor, la porosidad del material, el drenaje y la duración del contenedor.

- Se puede usar contenedores de metal. Sin embargo, ciertos tipos de metal y el pH del suelo pueden causar la degradación de nutrientes. Para remediar esto, use un forro de plástico.

- Los envases de plástico son populares porque son livianos y retienen la humedad por más tiempo que los recipientes de arcilla o madera. Si está reutilizando contenedores de plástico, asegúrese de que anteriormente no hayan utilizado para el almacenamiento de productos químicos. Acuérdesse de hacer muchos agujeros en el fondo de contenedor para facilitar el drenaje. Con el tiempo, los envases de plástico se degradarán y se agrietarán, pero la mayoría durarán varias temporadas.
- Las macetas de arcilla pueden ser esmaltadas o no esmaltadas. Los contenedores de cerámicas esmaltadas mantienen mejor la humedad, pero algunos tipos de esmalte contienen plomo. Los contenedores no esmaltados se secan más rápido. Los maceteros de arcilla o cerámica generalmente necesitan ser almacenados durante el invierno.
- Los contenedores de concreto son relativamente baratos y duraderos. Vienen en todos los tamaños, pero son muy pesados para mover. Los contenedores grandes de concreto que se mantendrán afuera deben ser a prueba de congelación, lo que generalmente significa que las paredes del contenedor deben tener al menos 1.5 pulgadas de grosor.



- Los contenedores de fibra de vidrio son livianos y están disponibles en tamaños grandes que son ideales para los vegetales. Al igual que las macetas de plástico, estos contenedores se deterioran con los años.
- Los contenedores de madera duran más cuando se usa un forro de plástico. Sin embargo, a pesar del uso de un forro, se deteriorarán con el paso del tiempo al estar expuestos al clima. Para mejorar el drenaje, haga agujeros en el fondo del contenedor.
- Los contenedores de fibra prensada son livianos y mantienen bien la humedad. Pueden estar hechos de muchos materiales a base de plantas, como fibra de coco, maíz, arroz o paja. Algunos duran más que otros, pero todos están diseñados para biodegradarse con el tiempo cuando se exponen al suelo y a la humedad.

Los contenedores donados

La seguridad es una de las principales preocupaciones cuando considere utilizar contenedores donados en su jardín comunitario. Asegúrese de conocer el origen de los contenedores que se ofrecen. Si los contenedores se usaron previamente para productos alimenticios, deberían ser seguros para el crecimiento de cultivos comestibles. Si se usaron para pesticidas, productos químicos a base de petróleo o pinturas, no se recomienda aceptar la donación.



La mezcla de suelo

Utilice una mezcla de suelo que esté limpio, bien drenado y con un alto contenido en materia orgánica como abono, turba o corteza molida. El suelo y los tipos de mezclas que no contienen suelo pueden adquirirse premezclados. También puede hacer su propia mezcla hecha con suelo vegetal limpio, abono y un material de drenaje inorgánico como perlita o vermiculita. Una buena regla general para la mezcla es usar un tercio de suelo vegetal, un tercio de abono y un tercio de material de drenaje, pero esta proporción puede variar mucho. La mejor combinación de suelo dependerá de una serie de factores, como el tipo de suelo y las plantas que va a cultivar. Para obtener más información, póngase en contacto con la oficina de Extensión en su condado (véase al sección Recursos adicionales).

Incorpore un fertilizante de lenta liberación para la mejor producción de vegetales durante la temporada de crecimiento. Para un mejor crecimiento y drenaje de las raíces, asegúrese de que la mezcla de suelo sea la misma en todo el contenedor. No es necesario colocar piedras, fragmentos u otros materiales en el fondo del contenedor. Si le preocupa que la mezcla del suelo se escape por los orificios de drenaje, cubra los orificios con papel periódico o con un filtro de papel para café. Estos materiales mantendrán el suelo sin interferir con el flujo de agua. Y se degradarán con el tiempo a medida que las raíces crecen y se formará una capa que mantiene el suelo en su lugar.

Consulte la siguiente tabla para obtener una idea de cuánto suelo se necesita mezclar para cubrir una gran variedad de

contenedores de uso común. Tenga en cuenta que la mezcla de suelo varía en densidad y se asentarán con el tiempo y el riego.

La práctica de jardinería en mesas de cultivo y contenedores

Una vez que se hayan colocado las mesas de cultivo y los contenedores, las siguientes técnicas lo ayudarán a mantenerlos tan productivos como sea posible durante la temporada de crecimiento.

La siembra sucesiva

Maximice la producción en sus mesas de cultivo y contenedores mediante la programación de nuevos cultivos una vez que se realice la cosecha. Planifique su jardín de acuerdo con los cultivos para temporada fría y caliente para extender la temporada de crecimiento. Aprenda cuales plantas crecen mejor en las temporadas frías de la primavera y el otoño y cuales plantas crecen mejor en el calor del verano (véase *Cultivos comunes para jardines comunitarios*, A3905-055 en la sección Recursos adicionales).

Elimine cualquier resto de desechos de plantas del cultivo cosechado antes de volver a plantar. En los contenedores, es posible que deba agregar más mezcla de suelo o abono si pierde una cantidad significativa de suelo al retirar el cultivo anterior. En las mesas de cultivo, retire los escombros y rastrele el suelo para proporcionar una superficie de plantación fresca para las semillas o para las plantas que va a trasplantar.

Cantidad de mezcla de suelo necesario para llenar los tamaños comunes de contenedores

| Contenedores comunes | Tamaño de la maceta (ancho x altura, en pulgadas) | Suelo | |
|--------------------------------|---|----------------|-----------------|
| | | (pies cúbicos) | (cuartos secos) |
| Maceta de vivero de 3 galones | 10.5 x 19 | 0.49 | 12.6 |
| Maceta de vivero de 5 galones | 11.5 x 10.5 | 0.63 | 16.2 |
| Maceta mediana de arcilla | 15.5 x 11.3 | 0.85 | 21.9 |
| Medio barril de <i>whiskey</i> | 24 x 18 | 4.14 | 106.5 |
| Medio barril de vino | 28 x 18 | 5.53 | 142.2 |



Las técnicas intensivas de jardinería le permiten maximizar la producción de los espacios de jardinería compactas.

La planificación y la distancia son muy importantes en la jardinería de mesas de cultivo. El aumento de la materia orgánica y el buen drenaje del suelo mejorado son propicias para la horticultura intensiva (vea el recuadro sobre jardinería por pie cuadrado). Estas técnicas especiales le permiten colocar más plantas en espacios reducidos y obtener cosechas múltiples en una sola ubicación. Cuando siembras las semillas o cuando las está trasplantando, asegúrese de dejar espacio para el crecimiento, el espacio es importante incluso en la jardinería intensiva.

La jardinería facilita el ejercicio, alivia el estrés y promociona la interacción con la naturaleza y los vecinos.

La jardinería por pie cuadrado

La jardinería por pie cuadrado es una técnica para maximizar el espacio. Al bloquear el área del jardín en secciones de un pie, puede planificar sus cultivos de acuerdo con un patrón cuadrulado de distancia. Por ejemplo, podría cultivar solo un tomate por cuadrado, pero en el cuadrado adyacente podría cultivar nueve remolachas. Los planes de muestra están disponibles (véase la sección Recursos adicionales).



Los jardines por pie cuadrado se colocan en cuadrados en lugar de hileras.

El riego

Las mesas de cultivo tienden a estar muy bien drenados, especialmente si la mezcla de suelo es con alto contenido en materia orgánica. Controle cuidadosamente las condiciones del suelo para asegurarse de que sus plantas obtengan el agua que necesitan para crecer y reproducirse con éxito. Durante la floración, los cultivos de vegetales como el tomate, la berenjena, el pimentón y los frijoles necesitan una humedad uniforme para garantizar una cosecha de buena calidad. A medida que la temperatura sube y las plantas crecen, es posible que tenga que regar las mesas de cultivo más a menudo, como cada otro día. Si no llueve mucho en su área, se necesitará regar las plantas con un mínimo de una pulgada de agua cada semana. Una pulgada de agua remojará 12 pulgadas en un suelo bien drenado.

Algunos jardines comunitarios invierten en sistemas de riego tales como rociadores o sistemas de riego por goteo en temporizadores. Estos pueden ser costosos, pero vale la pena la inversión. El riego por goteo o el riego manual a nivel del suelo es una opción más saludable para las plantas porque el riego excesivo puede provocar un aumento de las enfermedades fúngicas en las hojas.

Los contenedores requieren riego frecuente para mantener la salud y la productividad de la planta. Cuanto más grandes sean las plantas y más pequeños sean los contenedores, se necesitará más agua. Y a medida que las plantas vegetales obtienen una superficie foliar y comienzan a florecer y fructificar, sus necesidades de agua aumentan. Tendrá que regar la mayoría de los contenedores todos los días.

El final de la temporada

Se puede extender la temporada de cosecha cuando se utilizan las mesas de cultivo y contenedores, pero cuando viene la congelación es bueno tenerlos limpios y listos para el invierno.

- Limpie y prepare sus mesas de cultivo para la siembra de primavera quitando los restos de plantas. Algunos cultivos de temporada fría como la mostaza, la col y la col rizada se pueden sembrar durante el otoño en las mesas de cultivo y aguantarán el invierno. El ajo se puede plantar en las mesas de cultivo durante el otoño para cosechar a principios de julio. El mantillo de invierno, como una capa de paja limpia o abono, protegerá el cultivo de invierno cuando se aplique después de que el suelo se congele. Las mesas de cultivo, con o sin cultivos de temporada fría, deben cubrirse durante el otoño para mantenerlos limpios de hojas y libras de animales como las ardillas que les gusta excavar.

- Los contenedores deben vaciarse y almacenarse en un área protegida para extender su uso. Aquellos que permanecen llenos de suelo se congelarán durante el invierno en climas fríos y posiblemente se agrietarán a medida que el suelo se expanda. Y es una buena idea comenzar cada nueva temporada de cultivo con una mezcla de suelo fresco para un crecimiento óptimo. Puede agregar suelo usado a su pila de abono al final de la temporada de crecimiento.

La jardinería en mesas de cultivo y contenedores ofrece alternativas a los estilos de jardines tradicionales que benefician a los jardines comunitarios, especialmente en zonas urbanas. Si selecciona cuidadosamente sus materiales, la mezcla de suelo y tipos de plantas, su jardín y los jardineros disfrutarán de una abundancia de cultivos saludables.



Los sistemas de riego por goteo pueden ser costosos, pero ofrecen una manera conveniente de mantener las plantas regadas a nivel del suelo.

Recursos adicionales

Su oficina local de Extension

En Wisconsin

counties.uwex.edu

Fuera de Wisconsin

<https://nifa.usda.gov/land-grant-colleges-and-universities-partner-website-directory>

Publicaciones de UW-Extension

Las siguientes publicaciones están disponibles en la Learning Store a learningstore.uwex.edu.

Contaminantes en los suelos de jardines comunitarios (A3905-03S)

Cultivos comunes para jardines comunitarios (A3905-05S)

Recursos en línea

All-America Selections for container vegetable cultivars

all-americaselections.org

American Community Gardening Association

communitygarden.org

Pautas de la Agencia de Protección

Ambiental para el uso de la creosota

www.epa.gov/ingredients-used-pesticide-products/creosote

Jardinería por pie cuadrado

squarefootgardening.org

Horticultura de UW-Extension

hort.uwex.edu



Derechos del autor © 2018 por la Board of Regents University del Wisconsin System y la University of Wisconsin-Extension, Cooperative Extension. Todos los derechos reservados.

Autor: Patti Nagai es educadora de horticultura de UW-Extension del condado de Racine. Las publicaciones de Cooperative Extension están sujetas a revisión por pares.

Encargados de la revisión: Christy Marsden es educadora de horticultura de UW-Extension del condado de Rock y Shelly Strom es especialista en jardines comunitarios de Community Action Coalition para South Central Wisconsin, Inc.

University of Wisconsin-Extension, Cooperative Extension, en cooperación con el Departamento de Agricultura de Estados Unidos y los condados de Wisconsin, publicaron esta información para promover el propósito de las Actas del Congreso del 8 de mayo y 30 de junio de 1914. Como empleador que brinda igualdad de oportunidades en el empleo y acción afirmativa (EEO/AA, por sus siglas en inglés), la University of Wisconsin-Extension proporciona igualdad de oportunidades en el empleo y sus programas, incluyendo los requisitos del Título VI, Título IX, y de la ley federal para las personas con discapacidades en los Estados Unidos (ADA por sus siglas en inglés). Si tiene una discapacidad y necesita esta información en un formato alternativo (Braille, letras grandes, cintas de audio, etc.), póngase en contacto con oedi@uwex.uwex.edu. Para obtener acomodaciones de comunicación en idiomas además del inglés, por favor, póngase en contacto con languageaccess@ces.uwex.edu. La traducción de esta publicación se coordinó con el apoyo del UW-Extension, Cooperative Extension language access team. Las solicitudes de derechos de autor deben dirigirse a Cooperative Extension Publishing en 432 N. Lake St., Rm. 227, Madison, WI 53706; pubs@uwex.edu; o (608) 263-2770 (711 para *Relay*).

Esta publicación está disponible en la oficina de UW-Extension de su condado (counties.uwex.edu) o con Cooperative Extension Publishing. Para pedidos, llame gratis al 1-877-947-7827 o visite nuestro sitio web en learningstore.uwex.edu.

Mesas de cultivo y contenedores para jardines comunitarios (A3905-04S)

R-09-2018