



COMUNIDADES LATINAS  
UNIDAS EN SERVICIO

# SEMBRANDO ESPERANZA, CULTIVANDO PODER

UNA GUÍA DE JARDINERÍA



COMPILADO POR ABIGAIL HINDSON  
CON ARTE POR JENNIFER PEÑA MORALES  
Y LYNDA ACOSTA

LUES





Bienvenida.....	5
Condiciones de siembra en Minnesota.....	7
Tu jardín y el cambio climático .....	9
Cómo empezar tu jardín.....	10
Diseños posibles para tu jardín.....	11
Herramientas.....	13
Flores beneficiosas en el jardín.....	17
Cultivos de la primavera.....	22
Cultivos del verano .....	33
Cultivos del otoño .....	45
Aprendiendo a cultivar .....	51
Calendario de la siembra .....	53
El compostaje.....	59
Plagas y enfermedades en el jardín .....	63
Páginas para planificar tu jardín.....	77
Recursos.....	83
Bibliografía.....	84



# BIENVENIDA



**iBienvenid@s!** Gracias por abrir esta guía sobre la jardinería en Minnesota. Esperamos que pueda ser un recurso útil y culturalmente relevante para la comunidad latina que se dedica a la jardinería. En 2020 CLUES recibió un contrato de tres años a través del Centro de Prevención de Blue Cross y Blue Shield de Minnesota para fundar un jardín comunitario específicamente para la comunidad Latina en Eastside St. Paul. Parte del contrato incluía crear un grupo de miembros de la comunidad que quisieran ver cambios en la forma en que la comunidad Latina accede a los alimentos. Ejemplos de cambios que la comunidad quisiera ver son: frutas y verduras menos costosos en el supermercado, más talleres de jardinería y recursos disponibles en español, más disponibilidad de cultivos culturalmente significativo para la comunidad Latina, y acceso a espacios verdes para familias latinas quienes buscan cultivar sus propios alimentos. Esta guía es un primer paso en avanzar las soluciones identificadas por la comunidad. El jardín comunitario y el grupo de participantes se llaman Jardín de Armonía en Acción. En los últimos dos años con este grupo de familias,



juntos aprendimos a sembrar semillas, como preparar abono/ el proceso de compostaje, construimos mesas de picnic y camas elevadas, perseguimos conejitos, pintamos murales, nos reunimos con funcionarios de la ciudad y del condado y organizamos talleres de cocina para aprender recetas juntos. ¡Esperamos que esta guía sea un recurso que pueda ayudar a inspirar a más jardineros Latinos a comenzar su propio jardín!

Esta guía no hubiera sido posible sin el apoyo de las siguientes personas y organizaciones: Center for Prevention at Blue Cross and Blue Shield of Minnesota, Comunidades Latinas Unidas en Servicio, Jennifer Peña Morales, Lynda Acosta, Abigail Hindson, Carla Kohler, Ana Isabel Gabilondo-Scholz, Jill Chamberlain, Sasha Houston Brown, Jason Daum, y Jessica Pleguezuelos.

La guía de jardinería comienza con un discurso de las condiciones de cultivo aquí en Minnesota y lo que debes tener en cuenta cuando comiences tu jardín. Luego hablaremos de las herramientas que necesitarás para ayudarte a trabajar la tierra y los beneficios de incluir flores en un huerto. La información sobre las verduras se divide en primavera, verano y otoño para ayudarte a saber cuándo plantarlas. Hay un calendario que te dice qué hacer en cada semana de la temporada de crecimiento y también cubriremos los conceptos básicos del compostaje. Compartiremos cómo proteger tu jardín de plagas y enfermedades y dónde puedes encontrar más información y recursos sobre el cultivo. ¡Empecemos ya!



# CONDICIONES DE SIEMBRA EN MINNESOTA

Históricamente, la temporada de siembra en Minnesota es entre los meses de mayo y octubre. La temporada de siembra se identifica por la última helada de la primavera y la primera helada del otoño porque por lo general, las heladas matan a las plantas. Por eso es muy importante saber cuándo va a llegar una helada en donde tú vives. La temporada exacta varía un poco dependiendo de dónde estés en nuestro estado. Por ejemplo, al sur del estado en una ciudad como Austin, Minnesota, la fecha promedio para la última helada del invierno puede llegar entre una a tres semanas antes de la fecha para la última helada en una ciudad muy al norte del estado en una ciudad como Moorhead, Minnesota. Por razones de claridad, en esta guía nos vamos a enfocar en la temporada que experimentamos aquí en el área metropolitana de Minneapolis/St. Paul. Las fechas van a variar si estás más al sur o al norte de Minneapolis/St. Paul. Generalmente, si estás al sur del estado puedes sembrar 1-2 semanas antes de lo que recomendamos en esta guía. Si estás al norte de Minneapolis/St. Paul, debes esperar 1-3 semanas después de lo que recomendamos en esta guía, dependiendo de cuánto al norte vivas.

Aquí en Minneapolis/St. Paul, en la primavera, la fecha promedio para la primera siembra de todos los cultivos es el 15 de mayo, aunque puedes sembrar cultivos de primavera más temprano. En otoño la primera helada viene entre la tercera semana de septiembre (~21 de septiembre) y el 8 de octubre. Esto significa que tenemos más o menos 120 días para sembrar la mayoría de las plantas del jardín.



Ciudad	Primera siembra	Primera helada	Días de siembra
Minneapolis/ St. Paul	27 de abril (cultivos de primavera) 15 de mayo (cultivos de verano)	16 de octubre	~150
Duluth	15 de mayo (cultivos de primavera) 1 de junio (cultivos de verano)	2 de octubre	~130
Moorhead	10 de mayo (cultivos de primavera) 26 de mayo (cultivos de verano)	3 de octubre	~125
Austin	20 de abril (cultivos de primavera) 8 de mayo (cultivos de verano)	16 de octubre	~160

En el paquete de muchas semillas, puedes ver cuántos días hay hasta que llegue la planta a madurar. Si estás sembrando algún cultivo que tarda 90, 100, o 120 días para llegar a su madurez, sería una buena idea empezar esta semilla adentro de tu casa antes de la temporada de siembra afuera para adelantar un poco el crecimiento.

Escanea aquí para encontrar tu zona de siembra →



# LA JARDINERÍA Y EL CAMBIO CLIMÁTICO



Aquí en Minnesota estamos viendo los efectos del cambio climático en la jardinería. En años recientes hemos experimentado inundaciones, sequías, heladas más tempranas y tardías de lo normal, y más plagas en nuestros jardines.

Para crear un jardín exitoso nos toca prestar más atención al clima y a la salud de nuestras plantas.




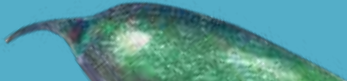
- Es importante tener un **suelo** que absorbe y mantenga el agua para ayudar al jardín durante tiempos de inundación y sequía.
- Hay que vigilar el jardín por **plagas de insectos, hongos, malas hierbas** y más. Responde rápido cuando notes una plaga con un remedio no químico apropiado, sacando la planta infectada si es necesario.
- Si es posible, escoge **variedades de semillas** que sean resistentes a las plagas. Si estás guardando tus propias semillas, escoge semillas de las plantas que producen los mejores cultivos durante la temporada, o seleccione las semillas de una planta que aguante una plaga.







## ¿Cómo empiezo mi jardín?

- **Escoge tu terreno.** Escoge un lugar bien soleado que recibe por lo menos 6 horas de sol por día, o más si es posible. Normalmente esto será un lugar abierto mirando hacia el sur, o al lado sur de tu casa.
  - **Ten una fuente de agua confiable.** Esto puede ser un grifo con una manguera, o una regadora que llenes adentro de tu casa y traes hacia afuera.
  - **Saca el césped.** Si el terreno que escogiste por tu jardín tiene césped, tienes que sacarlo antes de seguir al próximo paso. Puedes cubrirlo con papel periódico o cartón durante dos semanas para hacerlo más fácil.
  - **Añade nutrientes a tu suelo.** Si quieres saber el contenido de nutrientes específicos en el suelo de tu terreno, puedes hacer una prueba de tu suelo a través de la Universidad de Minnesota (vea la lista de recursos al final de esta guía para saber cómo y adonde mandar una prueba). Para suelo típico es bueno añadir una capa de 6-8 pulgadas de compost a tu jardín cada primavera.
- 
- 
- 
- 

# DISEÑOS POSIBLES PARA TU JARDÍN

Cada cuadra representa un pie cuadrado

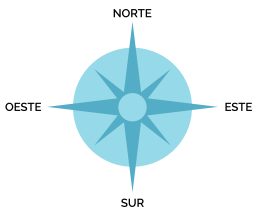
(Goswami, 2017)

Pepinos		Tomates y albahaca		
		Calabaza		
Ejotes de arbusto				Hierbas
		Betabel		
Chicharos				
Rábanos y brócoli				
Cebollas				
Pimentones / Chiles	Espinacas			
		Zanahorias		

Tomates y albahaca				
Tomatillos				
Pepinos	Calabazas			
Pimentones / Chiles	Flores			
		Betabel		
Cebollas	Ejotes de arbusto / porotos			
Brócoli / coliflor / repollo				
Espinacas	Rábanos			
Hierbas	Melón			



Melón			Tomatillos	
Pepinos			Tomates y albahaca	
Cebollas				
Pimentón / Chiles				
Zanahorias			Betabel	
Ejotes de arbusto / porotos			Espinacas	
Hierbas			Brócoli / coliflor / repollo	
Calabacita				
Flores		Calabazas		



# HERRAMIENTAS (TOOLS)

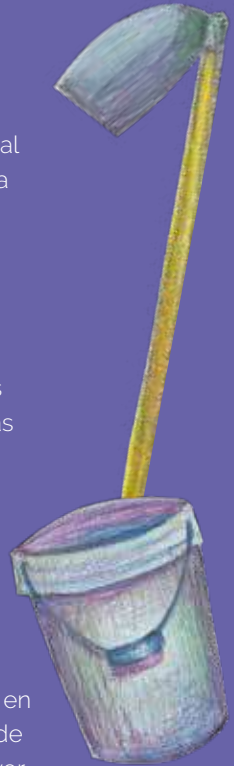
Las herramientas son muy importantes en el jardín. Tener la herramienta adecuada para un trabajo y saber cómo usarla nos ayuda a trabajar la tierra sin que nos lastimemos. Aquí hay algunas herramientas útiles para el jardín. Las 5 herramientas más esenciales tienen \*\*asterisco\*\* al lado, estas herramientas no debes perderlas para un jardín exitoso.

## Azada (Garden hoe)

Hay varios tipos de azadas que se pueden usar en el jardín. Hay un tipo que se puede usar para remover la tierra y para cortar las raíces de malas hierbas. Hay otro tipo que se usa para sacar malas hierbas — el filo pasa debajo de las raíces para quitarlas.

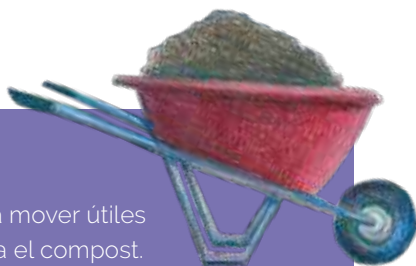
## Baldes/Cubetas (Buckets)

Los baldes/las cubetas tienen muchos usos en el jardín. Puedes usarlos para cosechar y lavar productos, para mover y almacenar las herramientas mientras trabaja, para no perderlas en el jardín, para sujetar las malas hierbas después de quitarlas de alrededor de tus plantas, o para mover un poco de tierra de un lado al otro del jardín.



## Carretilla (Wheelbarrow)

Una carretilla se puede usar para mover útiles pesados, tierra, o paja/hojas para el compost. También se puede usar si tienes que cosechar mucho y no cabe en un balde.



## \*\*Guantes de jardinería (Garden gloves)

Los guantes de jardinería protegen las manos cuando uno está trabajando en el jardín—si uno tiene un rasguño en la piel, los guantes evitan que la tierra entre e infecte la herida. También protegen de heridas causadas por plantas espinosas, como las ortigas que causan los sarpullidos, o de rasguños debido a las ramas, piedras, u otros desechos.



## Horqueta (Pitchfork)

La horqueta se usa para mezclar el compost con la tierra, o para remover la tierra que con una pala o una azada no podemos realizar.



# HERRAMIENTAS (TOOLS)

## **\*\*Pala (Shovel)**

La pala se usa para remover la tierra o compost antes de plantar, para cavar un hoyo para trasplantar árboles y hierbas, o para cortar raíces gruesas. Vienen en tamaño grande y también en tamaño de mano.

## **Rastrillo de jardín (Garden rake)**

El rastrillo se usa para mover los restos del otoño y del invierno de su jardín—los palos, las piedras, y las plantas muertas. También es útil para distribuir el mantillo, o sea el compost. Un tercer uso es para hacer líneas rectas para luego plantar semillas.

## **\*\*Regadera/Pistola de riego/aspersor de agua (Hose/nozzle/sprinkler)**

El agua es el elemento más importante para cultivar las plantas. Tener una manera constante de llevar agua a tus plantas asegurará que puedan crecer fuertes y produzcan mucha comida sana



para cosechar y comer. Si tienes un jardín pequeño, usar una regadera es una manera fácil y eficaz de regar. En un jardín más grande puedes usar una manguera de jardín con pistola de riego. Si hay otras cosas que hacer en el jardín, también puedes usar un aspersor de agua para regar mucho espacio a la vez. Deja el aspersor de agua prendido en un área durante por lo menos una hora.

### **\*\*Tijeras de jardín (Garden scissors)**

Se pueden usar las tijeras para cosechar muchos cultivos como los tomates, el cilantro, las espinacas, las flores y los pepinos. También se pueden usar para cortar las malas hierbas y para cortar el cordel al hacer un enrejado.



### **\*\*Tutores/palos/cuerdas (Poles/supports/twine)**

Los tutores/palos se usan para sujetar las plantas que necesitan guía para poder seguir creciendo hacia arriba o para las plantas enredaderas. También puedes usar las cuerdas para atar la planta al tutor/palo, o sostener la planta entre dos tutores/palos.



\*Aprende a limpiar y desinfectar las herramientas en las paginas 63 y 64

# FLORES BENEFICIOSAS EN EL JARDÍN

Las flores son esenciales para tu jardín porque ellas atraen las abejas y otros insectos beneficiosos al espacio. Las abejas polinizan muchos de los cultivos que nos gustan incluyendo los tomates, las calabacitas, los melones, y los chiles. Aquí hay ejemplos de unas flores que puedes sembrar en tu jardín.

## Cempasúchil (Marigold)

El cempasúchil es una flor útil en el jardín porque atrae insectos útiles y polinizadores como abejas, mariposas e insectos depredadores, y también repele a los insectos dañinos (Waddington 2020). Trasplanta o siembra el cempasúchil después de la última helada alrededor del 15 de mayo. Prefieren pleno sol, pero toleran un poco de sombra.

## Equinácea (Echinacea/Coneflower)

La equinácea es una flor perenne originaria del este de América del Norte que atrae pájaros cantores y mariposas. Trasplanta la equinácea o siembra la semilla a partir del 1 de junio. Prefieren pleno sol, pero toleran un poco de sombra (The Editors n.d.).







## **Girasol (Sunflower)**

Hay muchas variedades de girasol y vienen en muchos colores y tamaños. Son útiles en el jardín para atraer polinizadores y pájaros, y también para los humanos que les guste comer pepitas de girasol. Trasplanta el girasol o siembra la semilla a partir del 15 de mayo en pleno sol. Ten cuidado de vigilar la plantita, porque a los conejos y los ratones gustan comérselas cuando están pequeñas. También toma nota de dónde estás sembrando los girasoles para no echar sombra a otras plantas que requieren pleno sol; los girasoles pueden llegar a crecer hasta 10 pies de altura (Boeckmann 2018).

## **Mezcla de flores silvestres nativas (Native wildflower mix)**

Una mezcla de flores silvestres nativas proporciona un poco de conservación ecológica a tu jardín. Hoy en día ya no hay mucho hábitat nativo donde estas flores pueden vivir y reproducirse, entonces el jardín es un lugar perfecto para hacerlo. Unas flores que puedan ser incluidas son la bergamota silvestre, la susana de los ojos negros, el aster azul, el algodóncillo, el trébol morado y más.

Antes de sembrar una mezcla de flores silvestres nativas, hay que sacar todas las otras plantas/hierbas del lugar donde

# FLORES BENEFICIOSAS EN EL JARDÍN

quieres sembrar para eliminar la competencia entre estas plantas nativas y otras plantas que quieren estar en el mismo lugar. Siembra las flores afuera lo más pronto posible en la primavera (abril), esparciendo las semillas sobre la superficie del suelo, en lugar de enterrarlas. Después debes pisar sobre todo el área para incorporar las semillas al suelo. Durante el primer año debes cortar todas las hierbas malas para que las flores silvestres nativas tengan oportunidad de sobrevivir (Petersen Wildflowers 2008).

## **Tulipanes y narcisos (Tulips and daffodils)**

Los tulipanes y los narcisos son una hermosa adición al jardín en la primavera. Sin embargo, hay que sembrar las semillas, que son bulbos de flores, en otoño entre septiembre y octubre. Puedes comprar bulbos de tulipanes y narcisos en cualquier tienda de jardinería y debes guardarlas en un lugar seco y fuera del sol antes de sembrarlas afuera. Siembra los bulbos 2-3 veces más profundo que el diámetro del bulbo. Ten cuidado de las ardillas ya que les gusta desenterrar los bulbos y comérselos (Meyers 2018).



THE GEOGRAPHICAL AREA  
COVERED BY THIS FIELD GUIDE

The northeastern and north-central states and adjacent  
Canada; roughly east of the 97th meridian, as shown.

MICH.

QUE.

QUE.

ONT.

VT.

N.J.

# Wildflowers

IND.

OHIO

PENN.

N.J.

MD.

ROSE-MALLOW  
SWAMP

TH. CO.

WILD PINK

ELECAMP

# LOS CULTIVOS DEL JARDÍN

Una parte clave de empezar tu propio jardín es saber cuándo, dónde y cómo sembrar cada cultivo, y cómo cuidarlo mientras se están madurando las plantas. En esta sección puedes aprender acerca de los cultivos más comunes en los jardines minnesotanos. Cada cultivo o grupo de cultivo tiene su propia página que incluye cuando sembrar la semilla y si debes sembrarlas adentro en la casa/en un invernadero, o afuera directamente en tu jardín. También indicamos la distancia de la siembra en pulgadas, cómo cuidar a la planta y cómo saber cuándo cosecharlo. Hemos dividido esta sección por estación—cultivos de primavera, verano, y otoño. Si puedes sembrar un cultivo en más de una estación, eso ponemos al lado del nombre del cultivo—por ejemplo: Rábano (primavera, verano, otoño).



# PÁGINAS DE PRIMAVERA (ABRIL-MAYO)

## Fresas (planta perenne)

### ¿Cuándo sembrar?

Mediados de abril (~15 de abril)

Comprar plantas en un vivero de plantas

Pleno sol

### Distancia de siembra

15" entre plantas, 15" entre surcos.

### ¿Cómo cuidar?

Trasplanta en el jardín tan pronto como el suelo se descongela. Si ya tienes fresas del último año, en abril debes usar un rastrillo para sacar la paja que protegió sus plantas durante el invierno, dejándolo al lado por si hay un día frío. En el primer año de crecimiento, durante los primeros dos meses (abril y mayo), hay que pellizcar los brotes, esto ayuda a que la planta pueda enfocar su energía en establecer su sistema de raíces. Entre julio y octubre, debes quitar los estolones para mejorar la cosecha del año siguiente. En noviembre, cubre tus plantas con 6" de paja para que no mueran durante el invierno.

### ¿Cómo y cuándo cosechar?

Corta las frutas de la planta cuando estén rojas, la planta de fresa debe dar fruto durante 2-3 semanas en junio

### Amigos del jardín:\*

ejotes/frijoles,  
lechugas, cebollas,  
espinacas, tomillo

---

(Bartholomew 2013)

\*Se refiere a otros cultivos del jardín que son beneficiosos para las fresas si los siembras al lado (Review of Companion Planting Guide 2021)

# Betabel/Remolacha (primavera/otoño)

## ¿Cuándo sembrar?

Siembra afuera, desde la semilla, después de 15 de abril

Remoja las semillas por 2 horas.

Última siembra\*: 1 de agosto

Al betabel/a la remolacha no le gusta ser trasplantada

Sol parcial o pleno sol

## Distancia de siembra

3" entre plantas, 15" entre surcos. Siembra la semilla en una profundidad de ½-1".

## ¿Cómo cuidar?

Cada semilla de betabel/remolacha en realidad contiene 2-5 semillas. Después de que las plantitas crezcan hasta 2-3 pulgadas de altura, distribuye cada plántula dejando un espacio de 3 pulgadas entre cada una para que cada betabel/remolacha tenga espacio suficiente para crecer

## ¿Cómo y cuándo cosechar?

Arranca toda la planta por el tallo. Cosecha el betabel/la remolacha después de 8 semanas.

---

(Bartholomew 2013), (Myers 2014)

\*Última siembra se refiere a la última fecha donde debes sembrar este cultivo para poder cosecharlo (Review of Companion Planting Guide 2021)

### Amigos del jardín:\*

ejotes/frijoles de arbusto, repollo, coliflor, brócoli, lechuga, cebolla

### Enemigos del jardín:

ejotes de enredadera



# Espinacas/rúcula/lechuga (primavera/otoño)



## ¿Cuándo sembrar?

Siembra afuera después del 15 de abril

\*\*\*No sembrar en junio y julio\*\*\*

Última siembra: 1 de agosto

Lechuga: siembra adentro 4 semanas antes de ponerlo afuera (por ejemplo, 15 de marzo para sembrarla afuera 15 de abril)

Espinacas/rúcula: No debes sembrarlo adentro, no les gusta ser trasplantadas

Sombra parcial hasta pleno sol

## Distancia de siembra

Lechuga: 8" entre plantas, 15" entre surcos.

Siembra la semilla en una profundidad de ¼"

Espinacas: 2" entre plantas, 15" entre surcos.

Siembra la semilla en una profundidad de ½"

Rúcula: 2" entre plantas, 10" entre surcos.

Siembra la semilla en una profundidad de ¼"

## ¿Cómo cuidar?

Deshierba cada semana— elimina las plantas que brotan alrededor de tus cultivos. Esto asegura que tu cultivo tenga agua y espacio suficiente para crecer sano y fuerte.

## ¿Cómo y cuándo cosechar?

Lechuga (de cabeza): Cosecha las hojas exteriores poco a poco, o si necesita una ensalada más grande, corte el tallo entero a base de la tierra. Cosecha después de 8 semanas para la cabeza entera o más pronto si quiere.

Espinacas: Cosecha las hojas exteriores; las hojas pequeñas al centro de la planta continuarán creciendo

Rúcula: Cosecha algunas hojas, o use tijeras para cortar todas las hojas a la vez 2 pulgadas arriba de la tierra. ¡En 2-3 semanas tendrás otra cosecha!

**Amigos del  
jardín:**\* Remolacha/  
betabel, zanahoria,  
repollo, brócoli, coliflor,  
cebolla, rábano, fresa

(Bartholomew 2013), (Myers 2014)

\* (Review of Companion Planting Guide 2021)

# Cilantro (primavera/verano/otoño)

## ¿Cuándo sembrar?

Puedes sembrar afuera después de la última helada (~15 de mayo)

Siembra adentro 4-6 semanas antes de trasplantar afuera (~1 de abril)

Trasplanta afuera después del 15 de mayo

Pleno sol o sombra parcial

## Distancia de siembra

Puedes sembrar el cilantro en grupos de 10 semillas. Siembra cada grupo a 6" del próximo con 12" entre surcos. Siembra la semilla en una profundidad de ½ pulgada.

## ¿Cómo cuidar?

Deshierba cada semana; riega con frecuencia; pellizca los brotes de flores cuando aparezcan

## ¿Cómo y cuándo cosechar?

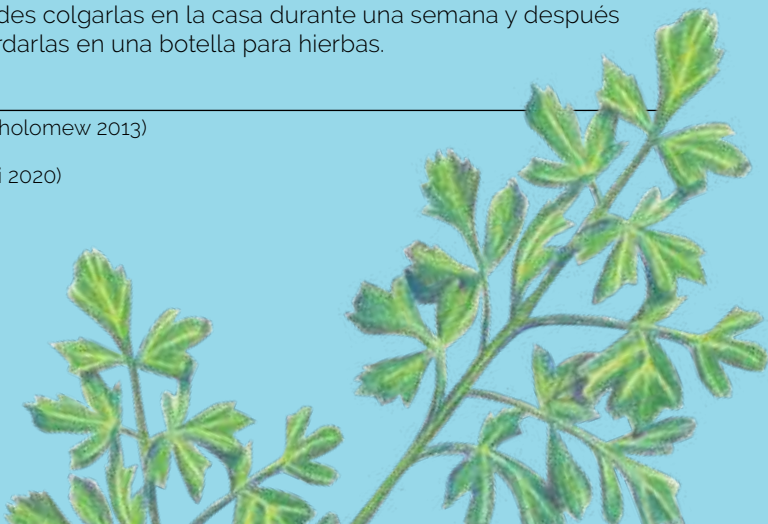
Corta hojas o tallos de los lados de la planta, dejando que el tallo central siga creciendo hacia arriba. Corta con frecuencia para que más hojas sigan creciendo. Para secar las hierbas, puedes colgarlas en la casa durante una semana y después guardarlas en una botella para hierbas.

**Amigos del jardín:\***  
ejotes/frijoles,  
chicharos/guisantes/  
arvejas

---

(Bartholomew 2013)

\* (Aloi 2020)





# Rábano (primavera/otoño)

## ¿Cuándo sembrar?

Siembra afuera después del 15 de abril

\*\*No debes sembrar el rábano en junio y julio\*\*

Última siembra: 15 de agosto

No debes sembrar el rábano adentro, no les gusta ser trasplantadas

Sombra parcial hasta pleno sol

## Distancia de siembra

2" entre plantas, 12" entre surcos. Siembra la semilla en una profundidad de ½".

## ¿Cómo cuidar?

Deshierba cada semana. Después de que las plantitas crezcan hasta 2-3 pulgadas de altura, deja una planta cada 2 pulgadas y arranca el resto de las plantas para que cada rábano tenga espacio suficiente para crecer.

## ¿Cómo y cuándo cosechar?

Arranca toda la planta por el tallo antes que lleguen al tamaño de una pelota de golf. Cosecha los rábanos más o menos 4 semanas después de sembrarlos.

---

(Bartholomew 2013), (Myers 2014)

\*(Review of Companion Planting Guide 2021)



## Amigos del jardín:\*

ejotes/frijoles,  
zanahorias, pepino,  
lechuga, melón,  
chicharro



# Cebolla (primavera)

## ¿Cuándo sembrar?

Siembra afuera a partir del 15 de abril

Se puede sembrar adentro 8-10 semanas antes de sembrar afuera (1-15 de febrero)

Trasplanta afuera después del 15 de abril

Prefiere pleno sol, puede aguantar sol parcial

## Distancia de siembra

2" entre plantas, 12" entre surcos. Siembra la semilla en una profundidad de ½".

## ¿Cómo cuidar?

Deshierba cada semana

## ¿Cómo y cuándo cosechar?

Después del solsticio de verano (21 de junio),

las capas de las cebollas se van a caer. Cuando la mayoría se han caído, es tiempo para cosecharlas;

jala la planta entera de la tierra. Con la capa todavía

unida a la cebolla, pon las cebollas en una superficie seca, tibia y limpia para secar durante 2-3 semanas hasta que las capas

estén completamente secas. Después corta las capas y guarda las cebollas para usarlas en cualquier momento.

(Bartholomew 2013), (Myers 2014)

\*(Review of Companion Planting Guide 2021)



### Amigos del jardín:

Remolacha/betabel, repollo, brócoli, coliflor, zanahoria, lechuga, pimentón/chile, fresa, tomate



# Chicharos/Guisantes/Arvejas (primavera/otoño)

## ¿Cuándo sembrar?

Siembra afuera a partir del 15 de abril

No debes sembrar adentro antes

A los chicharos no les gusta ser trasplantados

Pleno sol en la primavera, en la sombra en el verano

## Distancia de siembra

2" entre plantas, 15" entre surcos. Siembra la semilla en una profundidad de 1 ½".

Usa un enrejado para que los chicharos crezcan por encima. Esto servirá para que tengas más espacio en tu huerto.

## ¿Cómo cuidar?

Deshierba cada semana, asegúrate que la planta está usando el enrejado

## ¿Cómo y cuándo cosechar?

Rompe o corta el tallo de cada chicharro sin jalar a la planta.

¡Cosecha los chicharos en cualquier momento de su crecimiento!

**Amigos del jardín:**  
ejotes/frijoles,  
zanahorias, elotes,  
pepino, rábano

**Enemigos del jardín:**  
cebolla, ajo

---

(Bartholomew 2013), (Myers 2014)

\*(Review of Companion Planting Guide 2021)



# Brócoli/coliflor/repollo (primavera/verano)

## ¿Cuándo sembrar?

No se puede sembrar afuera, la temporada es demasiado corta antes que llegue el clima caliente

Siembra adentro entre el 1-15 de marzo

Trasplanta afuera 7-8 semanas después de sembrar adentro (8-15 de mayo)

Pleno sol

## Distancia de siembra

18" entre plantas, 24" entre surcos. Siembra la semilla en una profundidad de ¼".

## ¿Cómo cuidar?

Brócoli, coliflor: Quitar hierbas cada semana.

Repollo: Cortar hojas amarillas grandes en la base de la planta.

## ¿Cómo y cuándo cosechar?

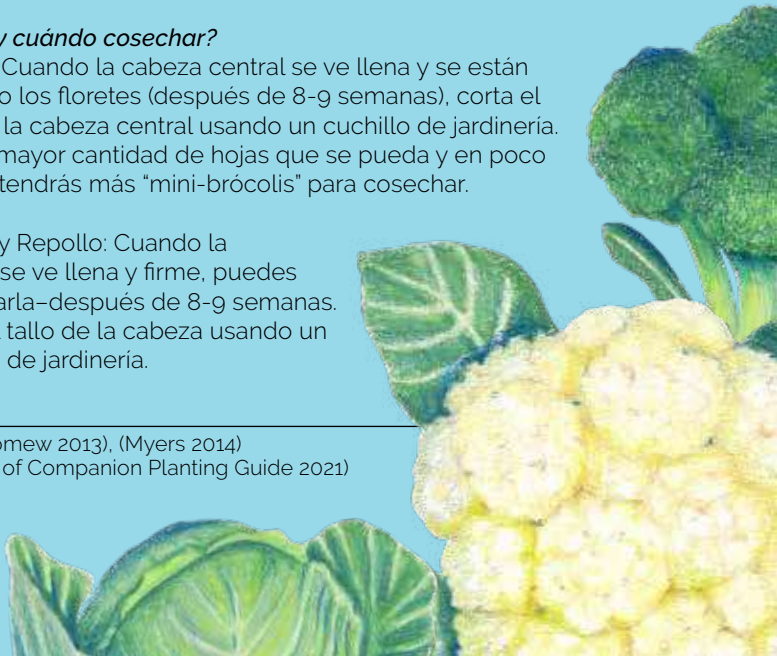
Brócoli: Cuando la cabeza central se ve llena y se están abriendo los floretes (después de 8-9 semanas), corta el tallo de la cabeza central usando un cuchillo de jardinería. Deja la mayor cantidad de hojas que se pueda y en poco tiempo tendrás más "mini-brócolis" para cosechar.

Coliflor y Repollo: Cuando la cabeza se ve llena y firme, puedes cosecharla—después de 8-9 semanas. Corta el tallo de la cabeza usando un cuchillo de jardinería.

**Amigos del jardín:\***  
remolacha/betabel,  
apio, pepino, lechuga,  
cebolla, papas,  
espinacas

---

(Bartholomew 2013), (Myers 2014)  
\*(Review of Companion Planting Guide 2021)



# Papas (primavera)

## ¿Cuándo sembrar?

Siembra afuera a partir del 15 de abril

\*\*\*La papa se siembra usando trozos de papa que tienen la raíz creciendo. Con un cuchillo limpio, corta papas en trozos de 2"x2" que tengan por lo menos una raíz creciendo en cada trozo\*\*\*

No debes sembrar las papas adentro

A las papas no les gusta ser

trasplantados

Pleno sol

## Distancia de siembra

12" entre plantas, 30" entre surcos.

## ¿Cómo cuidar?

Cada dos semanas, añade tierra alrededor de la base de la planta para hacer una colina pequeña en cada planta. Esto asegura que la planta continúe produciendo más y más papas para una cosecha bien grande.

## ¿Cómo y cuándo cosechar?

Si sembraste las papas en abril puedes cosecharlas a mediados de julio, 2 o 3 semanas después de que las hojas de la planta mueran.

Utiliza una horqueta para remover la tierra y sacar toda la planta junto con la raíz; con una mano jala la planta, con la otra mano y un pie pon la horqueta a un pie de la planta y empuja hacia arriba haciendo palanca. ¡Ten cuidado de no pinchar las papas con la horqueta durante este proceso! Saca la tierra de las papas y ponlas en un lugar seco y fresco para secar. Después de secarlas puedes guardar las papas durante 3-6 meses.

### Amigos del jardín:\*

ejotes/frijoles, repollo, brócoli, coliflor, elotes, berenjena, chícharos/guisantes/arvejas

**Enemigos del jardín:** tomates—sufren de las mismas enfermedades entonces hay que sembrar estas plantas separadas.

(Bartholomew 2013), (Myers 2014)

\*(Review of Companion Planting Guide 2021)

# Puerro (primavera)

## ¿Cuándo sembrar?

Trasplanta afuera después del 15 de abril

Última siembra: 1 de junio

Siembra adentro 10-12 semanas antes de la última helada (15 de febrero - 1 de marzo)

Prefiere pleno sol, puede aguantar sol parcial

## Distancia de siembra

6" entre plantas, 18" entre surcos. Siembra la semilla en una profundidad de ½".

## ¿Cómo cuidar?

Deshierba cada semana; riega con 1" de agua cada semana

## ¿Cómo y cuándo cosechar?

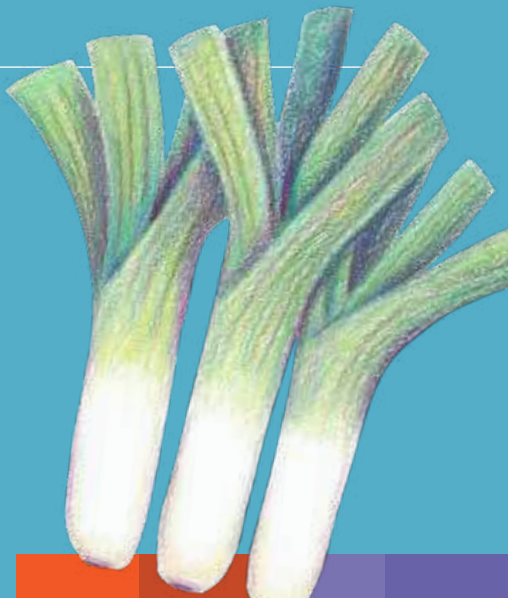
Cosecha los puerros cuando las capas tienen un color oscuro verde-azul y cuando los puerros tengan más de 1,5 pulgadas de ancho. Para cosechar, jala la planta entera de la tierra.

### Amigos del jardín:

fresa, repollo, brócoli, coliflor, tomate, remolacha/betabel, lechuga

(MacKenzie 2018)

\*(Grant 2022)



# Zanahorias (primavera/verano/otoño)

## ¿Cuándo sembrar?

Siembra afuera después del 15 de abril

Última siembra: 1 de agosto

No debes sembrar las zanahorias adentro

A las zanahorias no les gusta ser trasplantados

Prefiere pleno sol, puede aguantar sol parcial

## Distancia de siembra

2" entre plantas, 18" entre surcos. Siembra la semilla en una profundidad de ¼".

## ¿Cómo cuidar?

Las semillas de las zanahorias son muy pequeñas entonces es fácil sembrar muchísimas plantas demasiado cercanas.

Después de que las plantitas crezcan hasta 2-3 pulgadas de altura, arranca todas las plantas dejando solo una cada 2 pulgadas para que cada zanahoria tenga espacio suficiente para crecer.

## ¿Cómo y cuándo cosechar?

Arranca toda la planta por el tallo. Cosecha las zanahorias después de 8 semanas.

### Amigos del jardín:\*

Ejotes/frijoles,  
lechuga, cebolla,  
chicharro/guisante/  
arveja, pimentón/  
chile, rábano,  
tomate

(Bartholomew 2013), (Myers 2014)

\*(Review of Companion Planting Guide 2021)



# CULTIVOS DE VERANO (JUNIO-JULIO)



## Hierbas (albahaca, tomillo, romero, perejil, manzanilla, orégano)

### ¿Cuándo sembrar?

Se puede sembrar afuera después de la última helada (~15 de mayo). Siembra adentro 4-6 semanas antes de trasplantar afuera (~1 de abril). Trasplanta afuera después del 15 de mayo. Pleno sol.

### Distancia de siembra

Albahaca: 12" entre plantas, 12" entre surcos.

Siembra la semilla en una profundidad de

¼" Tomillo, romero, perejil, manzanilla,

orégano: 8" entre plantas, 12" entre

surcos. Siembra la semilla en una

profundidad de ½-¾" Menta:

Siémbrela en su propia maceta en el

jardín. Sin una maceta, ¡puede llenar

todo el espacio!

### ¿Cómo cuidar?

Deshierba cada semana; riega con frecuencia; pellizca los brotes de flores cuando aparezcan para estimular la formación de hojas nuevas.

### ¿Cómo y cuándo cosechar?

Cortar hojas o tallos de los lados de la planta, dejando que el tallo central siga creciendo hacia arriba. Corta con frecuencia para que más hojas sigan creciendo. Para secar las hierbas, colgarlas en casa durante una semana y guardarlas en una botella para hierbas.

### Amigos del

**jardín:**\* La albahaca,

perejil, remoja, salvia

tomillo y orégano son todos

amigos. Albahaca – tomates,

pimentones/chiles, lechuga.

Orégano, tomillo, romero:

repollo, brócoli, coliflor, ejotes/

frijoles. Perejil—zanahorias,

tomates, espárragos.

(Bartholomew 2013), (Myers 2014)

\* (Review of Companion Planting Guide 2021)



# Tomates

## ¿Cuándo sembrar?

No se puede sembrar afuera, la temporada de siembra es demasiado corta

Siembra adentro 6-8 semanas antes de trasplantar afuera (~15 de marzo)

Trasplanta afuera después del 15 de mayo

Pleno sol

## Distancia de siembra

18" entre plantas, 24" entre surcos

## ¿Cómo cuidar?

Deshierba cada semana; cuando las plantas tienen 12 pulgadas de altura, comienza a enrejalarlas con estacas de jardín y cordeles

## ¿Cómo y cuándo cosechar?

¡Cosecha los tomates cuando se ven el color apropiado por la variedad (rojo, amarillo, rosado, anaranjado, etc.)! Gira el tomate para que se separe del tallo de la planta.

(Bartholomew 2013), (Myers 2014)

\*(Review of Companion Planting Guide 2021)



## Amigos del jardín:\*

espárrago, zanahoria, apio, pepino, cebolla, perejil, pimentón/chile, albahaca, tomillo, romero

## Enemigos del jardín:

elotes, papas

# Tomatillos

## ¿Cuándo sembrar?

No se puede sembrar afuera, la temporada de siembra es demasiado corta

Siembra adentro 6-8 semanas antes de trasplantar afuera (~15 de marzo)

Trasplanta afuera después del 15 de mayo

Pleno sol

\*\*Hay que tener por lo menos dos plantas de tomatillo para tener frutos porque las flores tienen que polinizarse entre dos plantas\*\*

## Distancia de siembra

36" entre plantas, 24" entre surcos. Siembra la semilla a una profundidad de ¼".

## ¿Cómo cuidar?

Deshierba cada semana; cuando las plantas tienen 12 pulgadas de altura, comienza a enjearlas con estacas de jardín y cordeles

## ¿Cómo y cuándo cosechar?

Cosecha los tomatillos cuando la cáscara de papel se llena del fruto. Gira el tomatillo para que se separe del tallo de la planta.

### Amigos del jardín:

albahaca, zanahorias, cebolla, perejil, chicharros/guisantes, arvejas, pimentón/chile

### Enemigos del jardín:

elotes, papas, berenjena

---

Review of *About Tomatillos* n.d.



# Pimiento y Chile (jalapeño, serrano, habanero, poblano)

## ¿Cuándo sembrar?

No se puede sembrar afuera, la temporada de siembra es demasiado corta

Siembra adentro 8-10 semanas antes de trasplantar afuera (~15 de marzo)

Trasplanta afuera después del 1 de junio

Pleno sol

## Distancia de siembra

18" entre plantas, 30" entre surcos. Siembra la semilla a ½" de profundidad.

## ¿Cómo cuidar?

Deshierba cada semana; ten cuidado trabajando en el jardín al lado de sus pimentones/chiles porque las ramas son quebradizas.

## ¿Cómo y cuándo cosechar?

Cosecha los pimentones en cualquier momento después de que sean grandes y verdes.

Si prefieres un pimentón rojo, amarillo o anaranjado, espera unas dos semanas más para un pimentón colorado. Para los chiles, espera hasta que quieras usarlos para cosechar. Corta el pimiento del tallo usando tijeras o un cuchillo, teniendo cuidado de no jalar demasiado a la planta.

**Amigos del jardín:\***  
zanahoria,  
berenjena,  
tomate,  
cebolla

(Bartholomew 2013), (Myers 2014)  
\*(Review of Companion Planting Guide 2021)



# Melón/Sandia

## ¿Cuándo sembrar?

Siembra afuera dos semanas después de la última helada ~1 de junio

Se puede sembrar adentro 4-6 semanas antes de trasplantar afuera (~15 de abril)

Trasplanta afuera después del 1 de junio

Pleno sol

## Distancia de siembra

18" entre plantas, 18" entre surcos (12" entre plantas usando un enrejado). \*\*Usa un enrejado para que los melones/sandias crezcan por arriba para salvar espacio\*\*

## ¿Cómo cuidar?

Deshierba cada semana, asegúrete que la planta está usando el enrejado

## ¿Cómo y cuándo cosechar?

Cosecha los melones cuando tengan un olor fuerte de melón y cuando se separen fácilmente del tallo al torcer la fruta.

**Amigos del jardín:**\* elote, calabaza de invierno, rábano, calabaza de verano

(Bartholomew 2013), (Myers 2014)

\*(Review of Companion Planting Guide 2021)



# Papas dulces/camote

## ¿Cuándo sembrar?

Las papas dulces/camotes no se siembran desde semilla sino desde brotes de plantas de papas dulces/camotes que ya existen. La manera de sembrar es comprar los brotes de un centro de jardinería o huerto que los ofrece. Cuando ya tiene sus brotes, trasplanta afuera 3-4 semanas después de la última helada (~1-15 de junio) Pleno sol

## Distancia de siembra

18" entre plantas (brotes),  
18" entre surcos. Siembra cada brote a 4" de profundidad.

## ¿Cómo cuidar?

Deshierba cada semana;  
no cortar las vides de las plantas

## ¿Cómo y cuándo cosechar?

Cosecha las papas dulces/camotes cuando las hojas de las plantas han empezado cambiar de verde a amarillo, más o menos 100 días después de trasplantarlas. Para cosechar, utiliza una horqueta para remover la tierra y sacar toda la planta junto con la raíz. Pon la horqueta a un pie de la planta—con una mano jala la planta y con la otra mano y un pie saca la planta por debajo usando la horqueta. Cuidado de no pinchar las papas dulces/camotes con la horqueta durante este proceso. Saca la tierra de las papas dulces/camotes. Para curar las papas dulces/camotes, dejarlas en un lugar caliente (80 grados F) y húmedo (90% de humedad) durante 10-14 días. Ten cuidado con las papas dulces/camotes, se hacen moretones fácilmente.



**Amigos del jardín:\***  
remolacha/  
betabel, frijoles/  
ejotes, papas

(Johnson 2021)

\* (Baessler 2021)

# Pepino

## ¿Cuándo sembrar?

Siembra afuera después de la última helada (~15 de mayo)  
Se puede sembrar adentro 4-5 semanas antes de sembrar afuera (1-15 de abril)  
Trasplanta afuera después del 15 de mayo  
Pleno sol

## Distancia de siembra

12" entre plantas, 36" entre surcos (6" entre plantas usando un enrejado). \*\*Usa un enrejado para que los pepinos crezcan por encima. Esto servirá para que tengas más espacio en tu huerto.\*\*

## ¿Cómo cuidar?

Deshierba cada semana, asegúrete que la planta está usando el enrejado

## ¿Cómo y cuándo cosechar?

Cosecha los pepinos cuando se ven de tamaño mediano. Para cosechar, corta el tallo del pepino individual usando tijeras.

## Amigos del jardín:

ejotes/frijoles,  
repollo, coliflor,  
brócoli, elotes,  
chicharro/guisante/  
arveja, rábano,  
tomate

---

(Bartholomew 2013), (Myers 2014)  
\*(Review of Companion Planting Guide 2021)



# Calabacita

## ¿Cuándo sembrar?

Siembra afuera después de la última helada ~15 de mayo - 15 de junio

Se puede sembrar adentro 4-6 semanas antes de trasplantar afuera (~1-15 de abril)

Trasplanta plántulas afuera después del 1 de junio

Pleno sol

## Distancia de siembra

24" entre plantas, 36" entre surcos. Siembra la semilla en 1" de profundidad.

## ¿Cómo cuidar?

Mantén las hojas de la planta secas para prevenir el moho polvoriento

## ¿Cómo y cuándo cosechar?

Cosecha las calabacitas de cualquier tamaño hasta que tengan 6-9" de largo. ¡A veces hay que cosechar 3 veces cada semana! Utiliza un cuchillo para cortar el tallo sin dañar otras hojas o el tallo central.

---

(Bartholomew 2013), (Myers 2014)

\*(Review of Companion Planting Guide 2021)



**Amigos del jardín:\***  
frijoles/ejotes,  
elotes

**Enemigos del jardín:**  
papas



# Calabaza de invierno

## ¿Cuándo sembrar?

Siembra la semilla afuera después de la última helada ~15 de mayo - 1 de junio

Se puede sembrar adentro 8 semanas antes de trasplantar afuera (~15 de marzo)

Trasplanta plántulas afuera después del 15 de mayo

Pleno sol, tolera un poco de sombra

## Distancia de siembra

24" entre plantas, 72" entre surcos (36" entre surcos usando un enrejado). Siembra la semilla en una profundidad de 1". \*\*Usa un enrejado para que las calabazas de invierno crecen por arriba para salvar espacio\*\*

## ¿Cómo cuidar?

Deshierba cada semana, asegúrate que la planta está usando el enrejado.

## ¿Cómo y cuándo cosechar?

Cosecha las calabazas de invierno entre 15 de agosto-15 de septiembre cuando las hojas de la planta central empiezan a morir. Corta la calabaza de invierno de la planta usando un cuchillo. Para poder guardar la calabaza durante más tiempo, puedes curar las calabazas—solo hay que dejarlas durante 1-2 semanas afuera en el sol, teniendo cuidado de proteger las calabazas de las temperaturas bajas por la noche.

**Amigos del jardín:** \* frijoles/ ejotes, elotes  
**Enemigos del jardín:** papas

(Bartholomew 2013), (Myers 2014)  
\*(Review of Companion Planting Guide 2021)





# Elote

## ¿Cuándo sembrar?

Siembra afuera después de la última helada (~15 de mayo)

No debes sembrarlo adentro

A los elotes no les gusta ser trasplantados

Pleno sol; ten cuidado de no echar sombra en otras plantas al lado—los elotes crecen muy altos

## Distancia y profundidad de siembra

8" entre plantas, 30" entre surcos. Siembra la semilla a 1" de profundidad.

## ¿Cómo cuidar?

Deshierba cada semana, pon una cerca para evitar que los mapaches coman los elotes

## ¿Cómo y cuándo cosechar?

Cosecha cuando el elote se sienta lleno y la seda se haya vuelto marrón.

Sostén el tallo de la planta con una mano y con la otra jala el elote hacia abajo para romperla.

### Amigos del jardín:\*

frijoles/ejotes,  
calabaza, calabacita,  
pepino, melón,  
chicharro/guisante/  
arveja, papa

**Enemigos del jardín:**  
tomates

---

(Bartholomew 2013), (Myers 2014)

\*(Review of Companion Planting Guide 2021)



# Ejotes/judías verdes/Habichuelas/ Frijoles

## *¿Cuándo sembrar?*

Siembra afuera después de la última helada (~15 de mayo)  
No debes sembrar los ejotes/judías verdes adentro antes  
A los ejotes/judías verdes no les gusta ser trasplantados  
Pleno sol

## *Distancia de siembra*

Ejotes/frijoles de enredadera: 3-4" entre plantas, 30" entre surcos. Siembra la semilla a 1 ½"-2" de profundidad. Siembra una sola vez para ejotes toda la temporada.

Ejotes/frijoles de arbusto: 3-4" entre plantas, 18" entre surcos. Siembra la semilla a 1"-2" de profundidad. Siembra cada dos semanas todo el verano para tener ejotes toda la temporada.

## *¿Cómo cuidar?*

Con ejotes/frijoles de enredadera, 2 semanas después de sembrar coloca un enrejado para sostener la planta.

## *¿Cómo y cuándo cosechar?*

Rompe o corta el tallo de cada ejote/frijol sin jalar a la planta.  
Cosecha los ejotes de enredadera después de 10 semanas;  
cosecha los ejotes de arbusto después de 8 semanas. Cosecha los frijoles después de que se sequen en la planta.

---

(Bartholomew 2013), (Myers 2014)  
\*(Review of Companion Planting Guide 2021)





**Amigos del  
jardín:** remolacha/  
betabel (solo para los  
ejotes/frijoles de arbusto),  
repollo, coliflor, brócoli,  
zanahoria, apio, elote, pepino,  
chicharo/guisante/arveja,  
papa, rábano, fresa

**Enemigos del jardín:** ajo,  
cebolla

# CULTIVOS DE OTOÑO (AGOSTO-OCTUBRE)

## Ajo

### *¿Cuándo sembrar?*

Siembra el ajo después de la primera helada del otoño que mata las plantas. (normalmente por mediados de octubre)  
\*\*\*Compra los dientes de ajo para sembrar de un productor de ajo de semilla, o escoge los mejores ajos del último año de tu propio jardín. No debes usar ajos comprados del supermercado, porque esos ajos normalmente no fueron crecidos en Minnesota y no aguantan el clima muy frío que tenemos aquí. \*\*\*  
Pleno sol

### *Distancia de siembra*

6" entre plantas, 30" entre surcos  
Siembra el ajo con el lado puntiagudo hacia arriba, con el fondo del ajo 2-3 pulgadas desde la superficie de la tierra



### ¿Cómo cuidar?

Después de sembrar todo el ajo, debes cubrirlos con una capa de 3-4" de paja o de hojas por todo el invierno y el principio de la primavera. Esto ayuda a proteger a los ajos si la temperatura baja y sube rápidamente. Después de la última helada, puedes sacar la capa de paja/hojas o también la puedes dejar para proteger el ajo contra las malas hierbas.

### ¿Cómo y cuándo cosechar?

A principios de junio, la flor del ajo sale de la planta. Se ve como un tallo largo y rizado. Puedes cosechar esto de la planta cortándolo con un cuchillo o sacándolo con los dedos. Puedes usar este tallo como el ajo, sabe cómo ajo, pero con un sabor un poco más suave.

Entre mediados de junio y principios de julio es tiempo de cosechar los ajos.

#### **Amigos del jardín:\***

espinacas, papas, zanahorias, tomates, pimentones/chiles, repollo, coliflor, brócoli

---

(Rosen and Tong 2018)  
\*(Baessler 2022)



# CULTIVOS EN MINNESOTA

Cultivo	Fecha de siembra		Distancia de siembra		
	¿Cuándo sembrar adentro?	¿Cuándo sembrar afuera?	Entre surcos	Entre plantas	Profundidad de siembra
Albahaca	1 de abril	15 de mayo-15 de junio	12"	12"	¼"
Ajo	No sembrar adentro	15 de octubre	30"	6"	3"
Betabel (Remolacha)	No sembrar adentro	15 de abril-1 de agosto	15"	3"	½-1"
Broccoli	1-15 de marzo	15 de mayo	24"	18"	¼"
Calabaza de invierno	15 de marzo	15 de mayo-1 de junio	72" **36" entre surcos usando un enrejado	24"	1"
Calabacita	1-15 de abril	15 de mayo-1 de junio	36"	24"	1"
Cebolla	1-15 de febrero	15 de abril	12"	2"	½"
Coliflor	1-15 de marzo	15 de mayo	24"	18"	¼"
Chicharos/ Guisantes/ Arvejas	No sembrar adentro	15 de abril-1 de junio	15"	2"	1 ½"

Cultivo	Fecha de siembra		Distancia de siembra		
	¿Cuándo sembrar adentro?	¿Cuándo sembrar afuera?	Entre surcos	Entre plantas	Profundidad de siembra
Cilantro	15 de marzo-1 de abril	15 de mayo-15 de junio, 1-15 de agosto	12"	6"	½"
Chiles	1-15 de marzo	15 de mayo-1 de junio	30"	18"	½"
Ejotes (de arbusto), habichuelas o judías verdes	No sembrar adentro	15 de mayo-1 de julio	18"	3-4"	1 ½"-2"
Ejotes (enredadera)	No sembrar adentro	15 de mayo-1 de julio	30"	3-4"	1 ½"-2"
Elote	No sembrar adentro	15 de mayo-1 de julio	30"	8"	1-2"
Epazote	15 de abril	15 de mayo-1 de julio	12"	12"	¼"
Espinacas	No sembrar adentro	15 de abril-1 de junio, 1-15 de agosto	15"	2"	½"
Frijoles	No sembrar adentro	15 de mayo-1 de junio	18" para frijoles de arbusto. 30" para frijoles de enredadera	3-4"	1 ½"-2"

Cultivo	Fecha de siembra		Distancia de siembra		
	¿Cuándo sembrar adentro?	¿Cuándo sembrar afuera?	Entre surcos	Entre plantas	Profundidad de siembra
Lechuga	15 de marzo	15 de abril-1 de junio	15"	8"	¼"
Manzanilla	1 de abril	15 de mayo	12"	8"	¼"
Melón/ Sandía	15 de abril	1-15 de junio	18"	18" **12" entre plantas usando un enrejado	1"
Orégano	1 de abril	15 de mayo	12"	8"	¼"
Pápalo	15 de abril	15 de mayo-1 de junio	8"	8"	¼"
Papa	No sembrar adentro	15 de abril-1 de junio	30"	12"	4" (cada parte)
Papa dulce/ camote	No sembrar adentro	1-15 de junio	18"	18"	4" (brote)
Pepino	1-15 de abril	15 de mayo-15 de junio	36"	12" **6" entre plantas usando un enrejado	1"
Perejil	1 de abril	15 de mayo	12"	8"	¼"
Pimiento	1-15 de marzo	15 de mayo-1 de junio	30"	18"	½"



Cultivo	Fecha de siembra		Distancia de siembra		
	¿Cuándo sembrar adentro?	¿Cuándo sembrar afuera?	Entre surcos	Entre plantas	Profundidad de siembra
Puerro	15 de febrero-1 de marzo	15 de abril-1 de junio	18"	6"	½"
Rábano	No sembrar adentro	15 de abril-1 de junio, 1-15 de agosto	12"	2"	½"
Repollo	1-15 de marzo	15 de mayo	24"	18"	¼"
Romero	1 de abril	15 de mayo-15 de junio	12"	8"	¼"
Rúcula	No sembrar adentro	15 de abril-1 de junio, 1-15 de agosto	10"	1-2"	¼"
Salvia	1 de abril	15 de mayo-1 de junio	12"	8"	⅛"
Tomate	15 de marzo	15 de mayo-1 de junio	24"	18"	¼"
Tomatillo	15 de marzo	15 de mayo-1 de junio	24"	36"	¼"
Tomillo	1 de abril	15 de mayo-15 de junio	12"	8"	¼"
Zanahoria	No sembrar adentro	15 de abril-1 de agosto	18"	2"	¼"



# APRENDIENDO A CULTIVAR

## **Sembrando desde semilla, afuera y adentro**

Cuando estás sembrando desde la semilla es muy importante crear las condiciones favorables para que germine la semilla.

Las semillas nacen con la ayuda de agua y calor, entonces cuando siembras debes mantener el suelo constantemente húmedo hasta que la plantita tenga más de cuatro hojas. Esto significa regar por lo menos una vez al día, o más si hace mucho calor cuando estás sembrando.

## **Endurecimiento de las plantas**

Cuando empiezas tus propias semillas en un invernadero o dentro de tu casa bajo luces de siembra, es importante endurecer tus nuevas plantitas antes de trasplantarlas al jardín. ¿Qué significa esto? Durante 1-2 semanas antes de sembrarlas en el jardín, hay que sacar tus plantas al sol cada día durante el día para que la plantita se acostumbre al viento, al cambio de temperatura y a la lluvia natural. Siga los siguientes pasos para endurecer tus plantitas antes de ponerlas en el jardín:

Días 1-6: Saca tus plantas por la mañana a partir de las 9 de la mañana y déjalas en un lugar soleado. Por la tarde cuando vaya bajando el sol regrésalas a la casa para que se acostumbren poco a poco a los cambios del ambiente natural. Durante estos primeros días, asegúrate de regar muy bien las plantitas—con el viento afuera suelen secarse muy rápido.



Días 7-10: El día 7, saca tus plantas por la mañana y déjalas en su lugar soleado de nuevo. Pero esta vez déjalas afuera por la noche si no hay posibilidad de una helada. Si hay posibilidad de una helada, hay que regrésalas de nuevo a la casa y continuar con el proceso de endurecimiento. Después de que las plantas estén afuera de día y de noche por 4-5 días ya puedes sembrar las plantitas en tu jardín.



# CALENDARIO DE LA SIEMBRA

Esta sección adaptada de *Month by Month Gardening in Minnesota and Wisconsin* by Melinda Myers (2014), con inspiración adicional de *Garden To Table (The Open Door) Gardener Toolkit*.

## Marzo

Si vas a empezar tus propias semillas en la casa bajo luces de siembra o en un invernadero, siembra tus semillas de tomate, chile/pimiento, tomatillo, repollo, brócoli, coliflor, lechuga, calabaza de invierno, y otros cultivos que hay que empezar por lo menos 6-8 semanas antes de sembrar afuera.

## Abril

Siembra tus semillas aromáticas (tomillo, salvia, manzanilla, romero, orégano, albahaca), melones, pepinos, y calabacitas adentro bajo luces de siembra o en el invernadero. Si todavía hay restos del año pasado en tu jardín, es una buena idea sacar todos los palos, tallos y restos de plantas para preparar tu jardín por este año. Añade 3-6" de compost nuevo a la superficie del jardín para proporcionar más nutrientes a tu espacio y remueva la tierra para incorporar el compost nuevo al jardín.



## Mayo

*Primera semana:* Siembra o trasplanta cultivos de primavera-lechuga, rúcula, espinacas, betabel/remolacha, rábanos, chicharos, cebolla, zanahorias, papas y puerro. Riega las semillas o plantitas cada día. Si tienes plantitas de verano en la casa, sácalas cada día durante el día para empezar el proceso de endurecimiento. Regrásalas adentro cada noche la primera semana.

*Segunda semana:* Continúa regando tus plantitas y semillas nuevas cada 1-2 días. Si hay hierbas malas, isácalas temprano! Crecen muy rápido. Si tienes plantitas de verano en la casa, déjalas afuera todo el tiempo esta semana si las temperaturas no van a bajar a menos de 40 grados por la noche para terminar el proceso de endurecimiento de las plantitas.

*Tercera semana:* Siembra o trasplanta el resto de tus cultivos-pimentones, tomates, melones, calabacitas etc., menos las hierbas aromáticas, en el jardín. Riega cualquier planta/semilla nueva cada 1-2 días, y las plantas que ya sembraste hace una o dos semanas, cada 2-3 días.

*Cuarta semana:* Continúa regando cada 2-3 días, y sacando hierbas malas cuando aparecen en el jardín.

## Junio

*Primera semana:* Siembra o trasplanta tus hierbas aromáticas esta semana. Continúa regando cada 2-3 días y sacando hierbas malas cada vez que trabajes en tu jardín

# CALENDARIO DE LA SIEMBRA

*Segunda semana:* Si sembraste lechuga, espinacas o rúcula, ya debes poder cosechar tus cultivos. Si sembraste remolacha/betabel, zanahorias o rábanos, es una buena semana para sacar las plantitas extras—saca todas las plantas menos una cada 3-4" para que estas crecen fuertes.

*Tercera semana:* Si quieres añadir paja u hojas secas al jardín para prevenir las plagas, puedes hacerlo ahora. Esta semana debes enjear tus tomates, ejotes y otras plantas que quieres que crezcan por arriba. Siga cosechando tus cultivos de primavera—lechuga, espinacas, rábanos, y más.

*Cuarta semana:* Siga regando y deshierbando. Siembra más cilantro si ya cosechaste tu primer cultivo.

## Julio

*Primera semana:* Asegúrate que tus plantas están siguiendo su enrejado. Usa cuerdas si es necesario para continuar sosteniendo las plantas. Debes estar regando 2 veces cada semana. Ahora hasta septiembre debes regar por la mañana antes de las 9, o por la tarde después de las 6 debido al calor durante el día. Si sembraste ajo en el otoño pasado, esta semana debes chequear si está listo para la cosecha.

*Segunda semana:* Cosecha tus espinacas, calabacitas, rábanos, betabels/remolachas, y más cuando ya estén listos. ¡Deshierba tus plantas! Si quieres zanahorias para el otoño, siembra las semillas esta o la próxima semana.



*Tercera semana:* Asegúrate que tus plantas están siguiendo su enrejado. Usa cuerdas si es necesario para continuar sosteniendo las plantas. Si ves flores formándose en tus hierbas aromáticas corta las flores para que la planta continúe produciendo hojas. Riega 3-4 veces la semana si hace mucho calor.

*Cuarta semana:* Siga regando con frecuencia (2-4 veces a la semana dependiendo del calor/lluvia), deshierbando y cosechando tus cultivos!

## **Agosto**

*Primera semana:* Si las hojas de tus papas ya murieron, puedes empezar a cosechar tus papas. Si las plantas siguen verdes y vivas, espera una o dos semanas. Siembra un cultivo de lechuga, espinacas, rúcula, rábanos, y betabel para el otoño. Siga chequeando tus otros cultivos para ver si están listos para cosechar. Riega tu jardín con frecuencia para ayudar a que las plantas produzcan sus frutas.

*Segunda semana:* Empieza a cosechar tus pimientos, chiles y tomates. Deshierba tu jardín. Siembra otro cultivo de cilantro para tener hasta el invierno.

# CALENDARIO DE LA SIEMBRA

*Tercera semana:* Saca hojas muertas y enfermas de tus plantas. Pon estas hojas en la basura y no en la composta—en la composta se pueden propagar las plagas. Vigila para bichos en tus plantas y quítalos si puedes. Cosecha tus melones si están listos.

*Cuarta semana:* Siga cosechando y regando tu jardín.

## Septiembre

*Primera semana:* Si quieres todavía sembrar algo, hay tiempo para lechuga, espinacas o rábanos. Chequea tus tomates, pimentones y chiles por lo menos 2 veces cada semana y cosecha con frecuencia.

*Segunda semana:* Ahora hay que empezar vigilando las temperaturas por la noche y si ves una noche fría, cúbralos con una sábana o plástico. Continúa cosechando tus tomates, tomatillos, chiles, calabacitas y pimentones.

*Tercera semana:* Si quieres preservar tus hierbas aromáticas, esta semana puedes cortar un tallo de menta, orégano, romero, o salvia y ponerlo en agua hasta que sale una raíz.





Después puedes trasplantarlas en una maceta y dejarla en una ventana con mucho sol hasta la primavera. Disfruta de tus hierbas durante todo el invierno.

*Cuarta semana:* Si ya terminaste la cosecha en algunas plantas, puedes empezar a sacarlas del jardín.

## **Octubre**

*Primera semana:* Continúa cosechando los cultivos que todavía tienes en el jardín.

*Segunda semana:* Vigila las temperaturas por la noche. Si ves que van bajando a menos de 32 grados, antes de que ocurra esto debes cosechar todos tus tomates verdes. En la casa irán madurándose si los dejas en una ventana soleada.

*Tercera semana:* Siembra dientes de ajo para el año que viene. Ya es tiempo de sacar tus plantas del jardín para terminar la temporada. Si no ves plagas en tus plantas, puedes ponerlas en la composta.

*Cuarta semana:* Si tienes paja o hojas secas, puedes añadir una capa a tu jardín para mantener el suelo durante el invierno.

# EL COMPOSTAJE

El compostaje es el proceso de la descomposición de los desechos de la comida y los restos del jardín. El compost que resulta de este proceso contiene muchos nutrientes útiles que ayudan a que las plantas crezcan sanas y fuertes. Añadir compost a tu jardín es una manera efectiva de evitar el uso de fertilizantes inorgánicos en tu jardín y todavía llegar a los mismos resultados de una cosecha abundante.

El proceso de hacer compost requiere cuatro ingredientes distintos:

**Los materiales cafés** – hojas secas, recortes de pasto ya secos, paja/heno, papel periódico, ramitas. Estos materiales contienen mucho carbono que es un componente esencial de la nutrición de los microorganismos que descomponen nuestra comida.

**Los materiales verdes** – vegetales y frutas crudos, cáscaras de huevo, café molido, restos del jardín. Estos materiales contienen mucho nitrógeno, lo cual ayuda a que los microorganismos produzcan proteínas necesarias.

**Agua** – Tener la cantidad correcta de agua es necesario para que los microorganismos hagan su trabajo. Sin agua suficiente, los microorganismos no trabajan. Con demasiada agua, se ahogan.

**Oxígeno** – Los microorganismos dentro de la pila de compost necesitan oxígeno para sobrevivir.

# ¿Qué añadir a mi composta?

**Sí** Verdes



Vegetales y frutas crudos



cáscaras de huevo



restos del jardín

(menos las hierbas invasivas)



café molido y bolsas de té



recortes de pasto frescos  
(sin químicos)

Cafés



hojas secas



astillas y virutas  
de madera



paja/heno



papel periódico



ramitas



comida cocida



queso/lácteos

carne/huesos



aceite/grasa

plantas con plagas



plantas venenosas

papel brillante



pegatinas de frutas y vegetales

madera tratada con químicos



hierbas malas agresivas

desechos de mascotas



**No**

# EL COMPOSTAJE

## ¿Cómo preparo la composta?

La composta se prepara siguiendo este proceso sencillo:

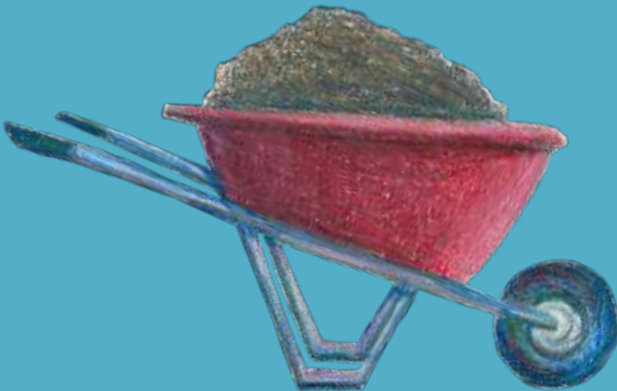
- Colecciona tus materiales-verdes, cafés, y agua. Decide dónde quieres hacer tu pila de composta (afuera, en un bote con muchos agujeros para añadir oxígeno, etc.).
- Pon una capa de material café al fondo del lugar donde quieres hacer tu pila. Haz tu capa proporcional a la cantidad de material verde que piensas que vas a tener.
- Pon tu primera capa de material verde encima de tu material café.
- Añade tres veces más material café de lo que pusiste de material verde. Por ejemplo, si añadiste un balde de material verde, añade tres baldes de material café. Asegúrate que todo tu material verde está cubierto por material café.
- Añade agua a tu pila. Si aprietas un puñado de material marrón/verde y caen unas pocas gotas de agua en tu mano, tu pila de compost tiene la cantidad correcta de agua.



- Voltea tu pila de compost cada semana para agregar oxígeno. Chequea el nivel de humedad de tu pila con regularidad, y añade agua cuando sea necesario.
- Después de algunas semanas, vas a notar que tu pila de composta está caliente. No te preocupes—esto significa que los microorganismos están haciendo su trabajo. Si notas que tu pila ha estado caliente durante varios días o si se está reduciendo el tamaño de la pila rápidamente, puedes voltearla de nuevo.
- La composta está lista para usar cuando ya no veas trozas de frutas/vegetales

---

(Platt, McSweeney and Davis 2014)



# PLAGAS Y ENFERMEDADES EN EL JARDÍN

## Prevención de plagas en el jardín

### Mantén tus herramientas y manos limpias.

1. Las herramientas, las macetas y botes sucios pueden propagar una enfermedad de una planta infectada a otra planta sana.
2. Lávate las manos si estás trabajando con plantas infectadas antes de pasar a otro trabajo dentro del jardín.
3. Limpia y desinfecta las herramientas, las macetas y los botes por lo menos una vez al mes y siempre después de trabajar con plantas infectadas con una plaga.

### ¿Cómo debo limpiar y desinfectar las herramientas?

#### *Para limpiar*

- Usa agua con jabón o con un detergente para lavar
- Friega las herramientas, todos lados de las macetas, y los botes con un cepillo para sacar lodo y tierra
- Seca las herramientas de metal con un trapo para que no se oxiden

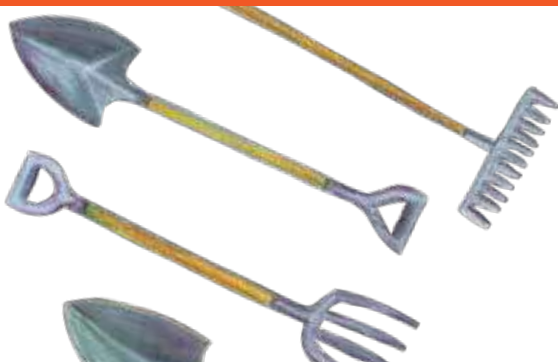


### *Para desinfectar*

1. Primero limpia tus herramientas/macetas/botes para sacar la tierra/lodo
2. Puedes usar una mezcla de lejía y agua para desinfectar las herramientas
3. Para preparar la solución desinfectante, mezcla 9 partes de agua con 1 parte de lejía. Es mejor usar guantes para hacerlo, porque la lejía es muy fuerte y puede irritar la piel
4. Usando un trapo, un cepillo o una botella de spray, cubre las superficies de tus herramientas con la solución de lejía/agua.
5. Deja que la mezcla se seque en las herramientas
6. Usa algunas gotitas de aceite mineral en las partes metales de las herramientas para prevenir la oxidación

---

(Weisenhorn, Hoidal and Hultberg n.d.)



# PLAGAS Y ENFERMEDADES COMUNES

Si tienes un jardín, vas a tener muchas plantas e insectos beneficiosos en este espacio. Sin embargo, también vas a tener insectos y plagas que no quieres—no es posible controlar el cien por ciento lo que entra a tu jardín porque forma parte del ambiente natural más grande. Esta sección te ayudará a identificar los insectos, bacterias, hongos y otras plagas no deseadas, y remedios naturales para cada uno. Para cada plaga, también existen remedios químicos. Recomendamos usar remedios naturales porque usar químicos en la misma tierra donde estás sembrando comida para poner adentro de tu cuerpo nunca es una buena idea—es demasiado fácil que los químicos puedan pasar al cultivo y después a tu cuerpo.







## Áfidos

### ¿Qué son y qué hacen?

Áfidos son pequeños insectos que se alimentan de la savia de las plantas. Se encuentran donde pueden alimentarse de nuevos brotes suculentos en capullos de flores sin abrir, la parte inferior de las hojas nuevas y tallos, ramitas y raíces en desarrollo. Normalmente no son un problema dentro del jardín; sin embargo, si nota que una planta con áfidos tiene hojas torcidas y rizadas, un color amarillo en vez de verde, brotes muertos o si la planta tiene mal crecimiento, puede seguir un remedio casero para sacarlos.<sup>1</sup>

### Remedios caseros para eliminarlos

**Agua a alta presión.** Los áfidos no son insectos fuertes, y usar una pistola de riego es una manera efectiva de sacarlos de una planta. Usar este método también elimina los residuos pegajosos que los áfidos dejan después de alimentarse de la savia de una planta.<sup>1</sup>

**Jabón y agua en aerosol.** El jabón es mortal para los áfidos porque deteriora su capa exterior. Puedes añadir una cucharada de jabón para platos biodegradable a un galón de agua. Ponlo en una botella de spray y lo puedes usar en las plantas afectadas por los áfidos. \*\*\*Advertencia: Antes de usarlo en toda la planta, haz una prueba con una hoja para asegurarte que la planta no reaccione de una manera mala al spray.<sup>2</sup>

---

<sup>1</sup>Hahn and Wold-Burkness 2019

<sup>2</sup>Vanderlinden 2021

Photo: Hahn and Wold-Burkness 2019



## Orugas

### ¿Qué son y qué hacen?

Las orugas son las larvas de mariposas y polillas. Hay muchos tipos de orugas en el jardín, pero el tipo más peligroso son las orugas de col, estas se comen los tallos de las hojas de col. Es mejor tratar el jardín de inmediato después de notar que hay un problema—es más fácil sacar unas pocas orugas ya que en grandes números pueden dañar muchas plantas dentro de tu jardín.<sup>1</sup>

### Remedios caseros

**Deshierba tu jardín con frecuencia.** Algunas malas hierbas son de la misma familia que los coles y atraen las orugas al jardín. Mantener tu jardín libre de malas hierbas previene que las orugas sean atraídas a tu jardín.<sup>1</sup>

**Saca orugas a mano en el jardín.** Si notas que tienes orugas de col en el jardín, puedes sacarlas a mano y ahogarlas en un bote de agua con jabón líquido biodegradable.<sup>1</sup>

---

<sup>1</sup>Hahn and Wold-Burkness 2019

Photo: Hahn and Wold-Burkness 2019





## Escarabajos de pepino

### ¿Qué son y qué hacen?

Hay dos tipos de escarabajos de pepino que pueden dañar a tus plantas en el jardín. Hay uno rayado y uno manchado—ambos son negros y amarillos. A los escarabajos de pepino les gusta comer pepinos (por supuesto), pero también comen calabazas y melones. Los escarabajos rayados pueden transmitir marchitez bacteriana, una enfermedad severa, a los melones y pepinos. (Hahn and Wold-Burkness 2020)

### Remedios caseros

**Deshierba tu jardín con frecuencia.** Los escarabajos de pepino pueden esconderse en las malas hierbas. Saca las malas hierbas con frecuencia para proteger a tus cultivos.<sup>1</sup>

**Saca las plantas infectadas.** Si notas que una de tus plantas de melón o pepino tiene bastantes hojas secas o amarillentas debes sacarla de inmediato para no transmitir la enfermedad a otras plantas. Pon las plantas infectadas en la basura, nunca en el compost.<sup>1</sup>

**El aceite de ajo en aerosol.** Para hacerlo, pon 4 dientes de ajo picado en dos cucharaditas de aceite vegetal. Deja reposar la mezcla durante la noche y al siguiente día cuele el ajo del aceite. Mezcla el aceite con dos tazas de agua y agrega una cucharadita de jabón para platos biodegradable. Ponlo en una botella de spray y lo puedes usar en tus plantas afectadas. \*\*Advertencia, no úsalo afuera cuando hace pleno sol, porque el aceite junto con el sol puede dañar las hojas de las plantas.\*\*<sup>2</sup>

---

<sup>1</sup>Hahn and Wold-Burkness 2019

<sup>2</sup>Vanderlinden 2021

Photos: Hahn and Wold-Burkness 2019



## Gusanos cortadores

### ¿Qué son y qué hacen?

Los gusanos cortadores son gusanos que se enrollan alrededor de un tallo para alimentarse de él. Con frecuencia el tallo se quiebra, separándolo de las raíces de la planta y matando al cultivo. Los gusanos cortadores comen durante la tarde o la noche y se esconden durante el día, entonces es difícil atraparlos para sacarlos del jardín. Para confirmar que tienes gusanos cortadores en tu jardín, puedes vigilar tu jardín durante la tarde cuando los gusanos empiezan a salir. Remueve la tierra hasta un pie de distancia de la planta dañada para exponer sus lugares de escondidas. Si tocas un gusano cortador, este se enrolla en forma de protección—de esta manera puedes identificar que tienes los gusanos cortadores en tu jardín.



### Remedios caseros

**Deshierba tu jardín con frecuencia.** Los gusanos cortadores pueden esconderse en las malas hierbas. Saca las malas hierbas con frecuencia para proteger a tus cultivos.

**Saca gusanos a mano del jardín.** Puedes aplastarlos o ahogarlos en un bote de agua con jabón líquido biodegradable.

**Remueva la tierra de tu jardín por la primavera y por el otoño.** Esto ayuda a exponer y matar pupas y larvas escondidas en la tierra.

**Usa collares de aluminio o cartón alrededor de tus plantas.** Esto crea una barrera que impide que las larvas del gusano cortador se alimenten de las plantas. Coloca el collar alrededor de la planta para que un extremo quede unas pulgadas debajo de la superficie del suelo y el otro extremo sobresalga unas pulgadas del suelo alrededor de la planta.

---

Source: Hahn and Wold-Burkness 2019

Photos: Hahn and Wold-Burkness 2019





## Escarabajos Japoneses

### ¿Qué son y qué hacen?

El escarabajo japonés es un escarabajo nativo de Japón que ahora se encuentra aquí en Minnesota y se considera invasivo. El escarabajo japonés come las plantas, flores y frutas de más de 300 plantas incluyendo muchas plantas en un jardín de frutas y vegetales. En grandes cantidades estos escarabajos japoneses pueden dañar a la producción de los cultivos.<sup>1</sup>

### Remedios caseros

**Saca escarabajos a mano del jardín.** Es mejor buscar a los escarabajos por la mañana o por el atardecer porque ese es el tiempo cuando están alimentándose de las plantas. Puedes ahogarlos en un bote de agua con jabón líquido biodegradable.<sup>1</sup>

**El aceite de ajo en aerosol.** Para hacerlo, pon 4 dientes de ajo picado en dos cucharaditas de aceite vegetal. Deja reposar la mezcla durante la noche y al siguiente día cuele el ajo del aceite. Mezcla el aceite con dos tazas de agua y agrega una cucharadita de jabón para platos biodegradable. Ponlo en una botella de spray y lo puedes usar en tus plantas afectadas. \*\*Advertencia, no úsalo afuera cuando hace pleno sol, porque el aceite junto con el sol puede dañar las hojas de las plantas.\*\*<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Hahn and Wold-Burkness 2019

<sup>2</sup>Vanderlinden 2021

Photo: Hahn and Wold-Burkness 2020





## Chinches de calabaza

### ¿Qué son y qué hacen?

Los chinches de calabaza son insectos que primariamente comen las hojas de las calabazas y calabacitas pero también a veces les gustan los pepinos. Se alimentan de la savia de las plantas, dañando a las hojas e impidiendo la transmisión de agua hacia las hojas. Es importante vigilar el jardín para ver si tienes chinches de calabaza—cuando son adultos son más difíciles de eliminar y estos pueden producir aún más chinches nuevos.<sup>1</sup>

### Remedios caseros

**Jabón y agua en aerosol.** El jabón es mortal para los chinches de calabaza pequeños porque deteriora su capa exterior. Puedes añadir una cucharada de jabón para platos biodegradable a un galón de agua. Ponlo en una botella de spray y lo puedes usar en las plantas afectadas por los chinches de calabaza. \*\*Advertencia: Antes de usarlo en toda la planta, haz una prueba con una hoja para asegurarte que la planta no reaccione de una manera mala al spray.<sup>2</sup>

**Saca chinches a mano del jardín.** Puedes aplastar a los huevos de los chinches, que se encuentren debajo de las hojas de las plantas. Para los chinches ya nacidos, puedes ahogarlos en un bote de agua con jabón líquido biodegradable.<sup>1</sup>

**Atrapa los chinches de calabaza.** Pon periódico o una troza de madera en el suelo de tu jardín por la tarde. Durante la noche los chinches se esconden debajo del papel/madera y en la mañana puedes sacarlos de tu jardín.<sup>1</sup>

---

<sup>1</sup>Hahn and Wold-Burkness 2019

<sup>2</sup>Vanderlinden 2021

Photo: Hahn and Wold-Burkness 2020



## Podredumbre Negra

### ¿Qué son y qué hacen?

La podredumbre negra es una bacteria que afecta a los cultivos en la familia de los coles—brócoli, coliflor, repollo, rábano, y rúcula. La podredumbre negra se propaga de las plantas infectadas a las sanas al salpicar agua, por medio de los insectos o cuando los humanos pasan de una planta infectada a una sana. La bacteria ennegrece la planta y la pudre.<sup>1</sup>

### Prevención y remedios caseros

**Deshierba tu jardín con frecuencia.** Esta bacteria prospera en ambientes húmedos. Si sacas las hierbas malas entre tus plantas, el aire puede pasar y secar las plantas entre riegos.<sup>2</sup>

**Saca plantas y hojas caídas infectadas.** Pon las plantas y hojas infectadas en la basura. Si pones plantas y hojas infectadas en el compost pueden continuar propagándose.<sup>2</sup>

**No guarde semillas de plantas infectadas.** Estas plantas no tienen inmunidad a la podredumbre negra. Debes buscar variedades que tengan resistencia a esta bacteria.<sup>2</sup>

---

<sup>1</sup>Review of Managing Black Rot of Cabbage with Resistant Varieties and Leaf Removal 2019

<sup>2</sup>Grabowski and Hahn 2021

Photo: Grabaowski and Hahn 2021





## Mildiu polvoriento/Oídio

### ¿Qué es y qué hace?

El mildiu polvoriento/oídio es una enfermedad causada por un hongo que infecta a todas las calabazas, melones, y pepinos. El mildiu polvoriento prefiere un ambiente caluroso y un poco húmedo entonces normalmente en Minnesota se ve después de mediados de verano. Las plantas infectadas por el mildiu polvoriento producen menos frutos y / o frutos pequeños y con un mal sabor.



### Prevención y remedios caseros

**Siga las recomendaciones de espacio para las plantas.** Esta enfermedad prospera en jardines muy apretados donde las plantas no tienen espacio suficiente para extenderse.

**Deshierba tu jardín con frecuencia.** Es más probable que esta enfermedad infecte jardines con poco flujo de aire entre las plantas. Eliminar las malas hierbas permite que haya aire entre las plantas.

**Siembra variedades resistentes al mildiu polvoriento.** Muchas variedades ahora existen que tienen resistencia completa al mildiu polvoriento.

---

Source: Shuh and Grabowski 2022



## Podredumbre Apical

### ¿Qué es y qué hace?

La podredumbre apical es una condición que mayormente afecta a los tomates. Está causada por una falta de calcio en la planta de tomate. No tiene que ver con una falta de calcio en el suelo, sino en la planta. Hay una variedad de razones por lo cual la planta tiene dificultad en absorber el calcio del suelo por las raíces de la planta. Estas razones incluyen cambios drásticos en la humedad del suelo, la aplicación de demasiado fertilizante de nitrógeno, y un clima caliente que acelera el crecimiento de la planta. El resultado de esta enfermedad es que los frutos de tomate tengan un apical podrido. Normalmente los frutos más afectados son los primeros frutos.

### Prevención y remedios caseros

**Mantén una humedad constante del suelo.** Los cambios drásticos en la humedad del suelo afectan cómo la planta absorbe el calcio. Riega tu jardín en un horario fijo y con la misma frecuencia para dar a las plantas y al suelo una humedad más constante.

**Saca el fruto afectado de inmediato.** Si ves que uno de tus tomates está afectado, quítalo de la planta de inmediato. Esto va a redirigir la energía de la planta en producir otros frutos que puedan ser sanos.

Source: Schuh et al. 2022





## Conejos

### ¿Qué hacen?

A los conejos les gusta comer casi todos tipos de cultivos en el jardín, especialmente los trasplantes o brotes nuevos y tiernos. Tienen un apetito muy grande y se reproducen muy rápido—en un solo año pueden tener hasta 18 bebés.

### Prevención y remedios caseros

**Usa buenas cercas alrededor de su jardín.** El alambre de gallinero es una opción muy buena para la mayoría de los jardines. Aunque no es elegante, los agujeros en este alambre son suficientemente pequeños para poder evitar la entrada de los conejos. Recuerda enterrarlo por lo menos 2-3 pulgadas para que los conejos no entren por debajo de la cerca.

**Aceite de chile en aerosol.** Si tienes una cerca buena y todavía estás teniendo problemas con los conejos, puedes hacer este spray con aceite de chile y ajo. Llena una jarra de 1 galón (como para la leche) con agua. Añade cinco dientes de ajo picados a la jarra. Añade una cucharadita de chiles y una cucharada de jabón para platos biodegradable. Deja la jarra al sol directo durante dos días para mezclar muy bien los ingredientes. Cuela los ajos y los chiles y pon tu aceite de chile en una botella de spray y lo puedes usar en las plantas afectadas por los conejos. Aplica de nuevo cada semana y después de una lluvia. \*\*\*Advertencia: Antes de usarlo en toda la planta, haz una prueba con una hoja para asegurarte que la planta no reaccione de una manera mala al spray.

---

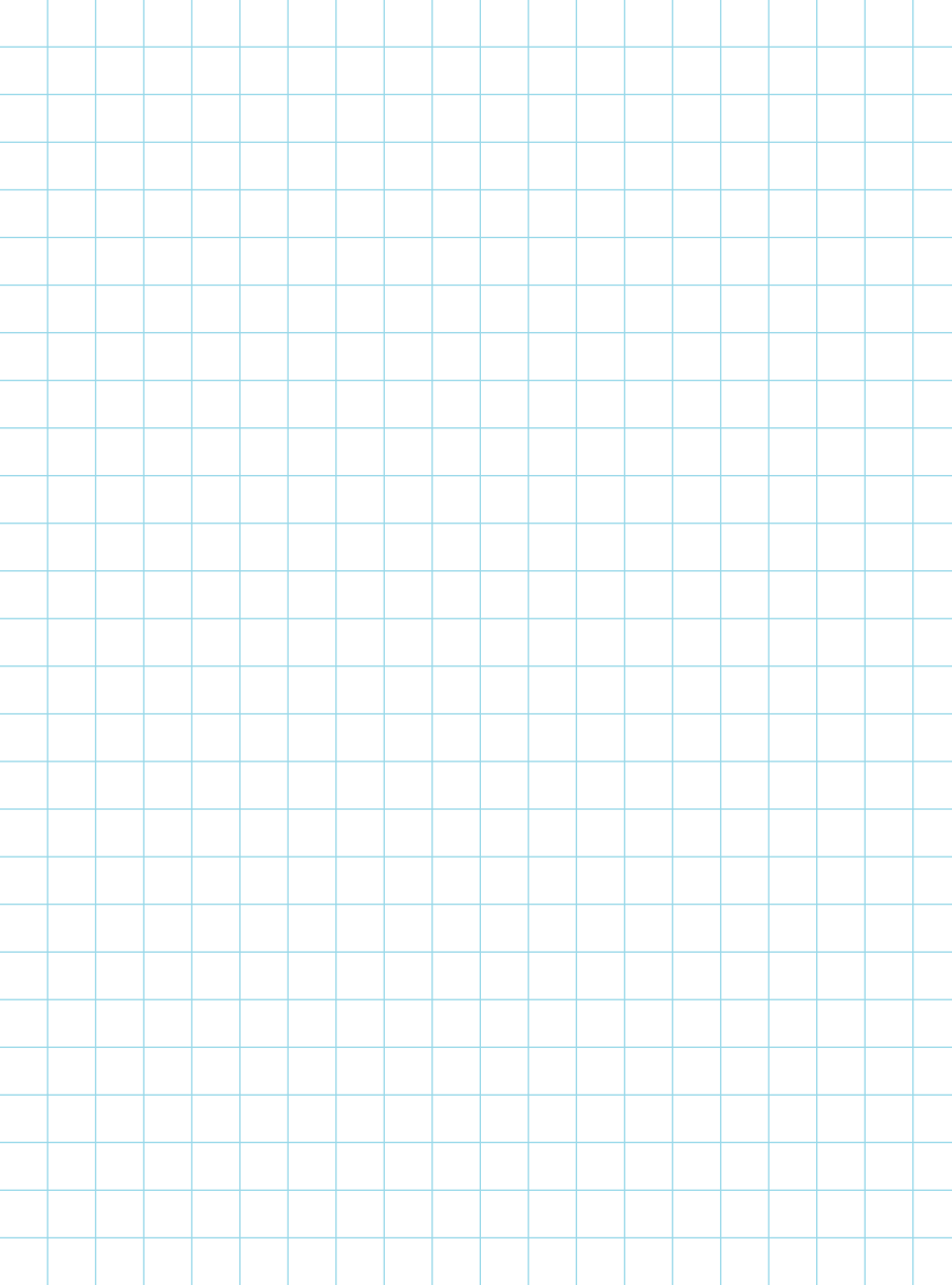
Source: Wilson 2016

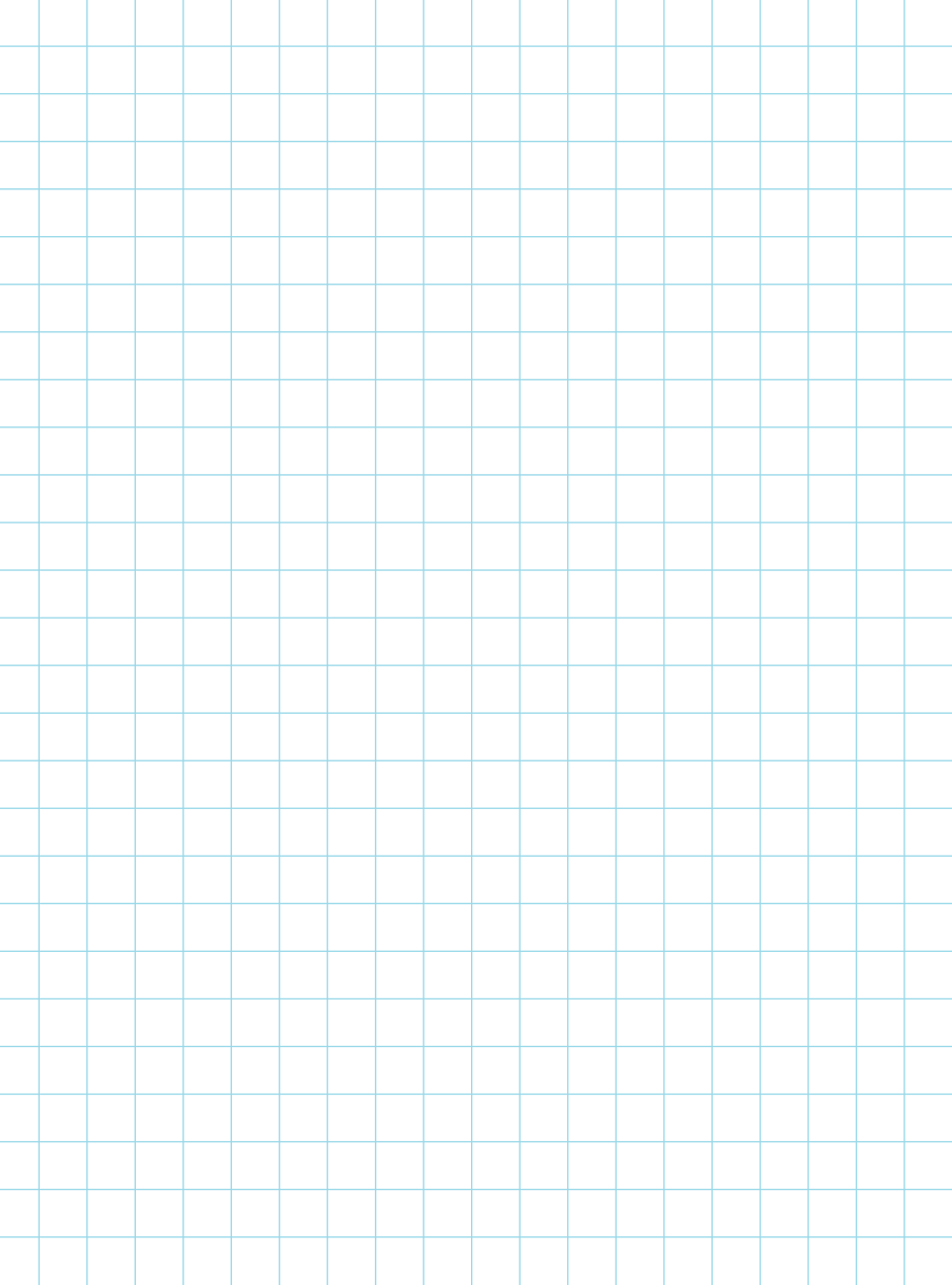
Photo: Kyser 2016

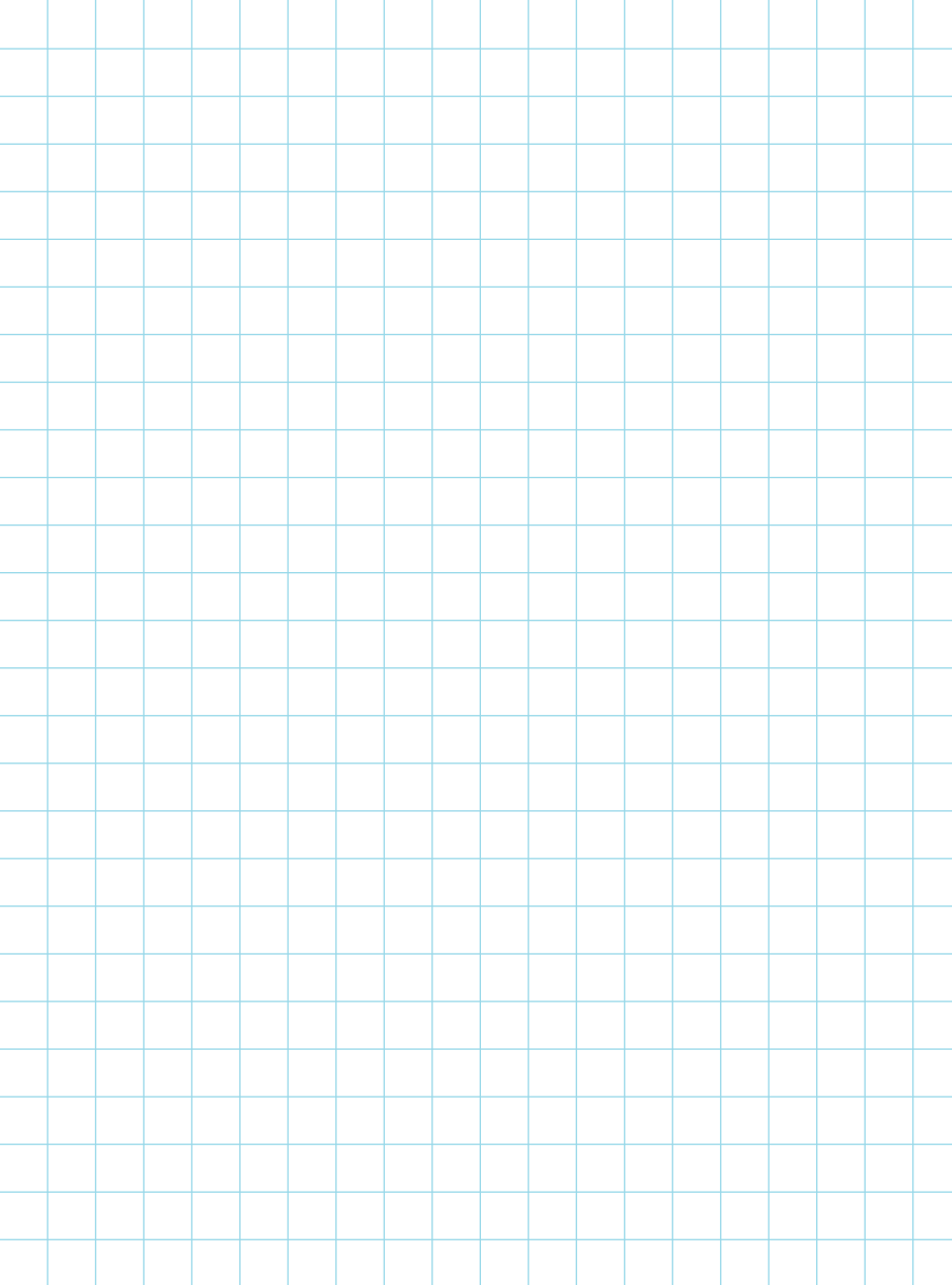
# PÁGINAS PARA PLANIFICAR TU JARDÍN

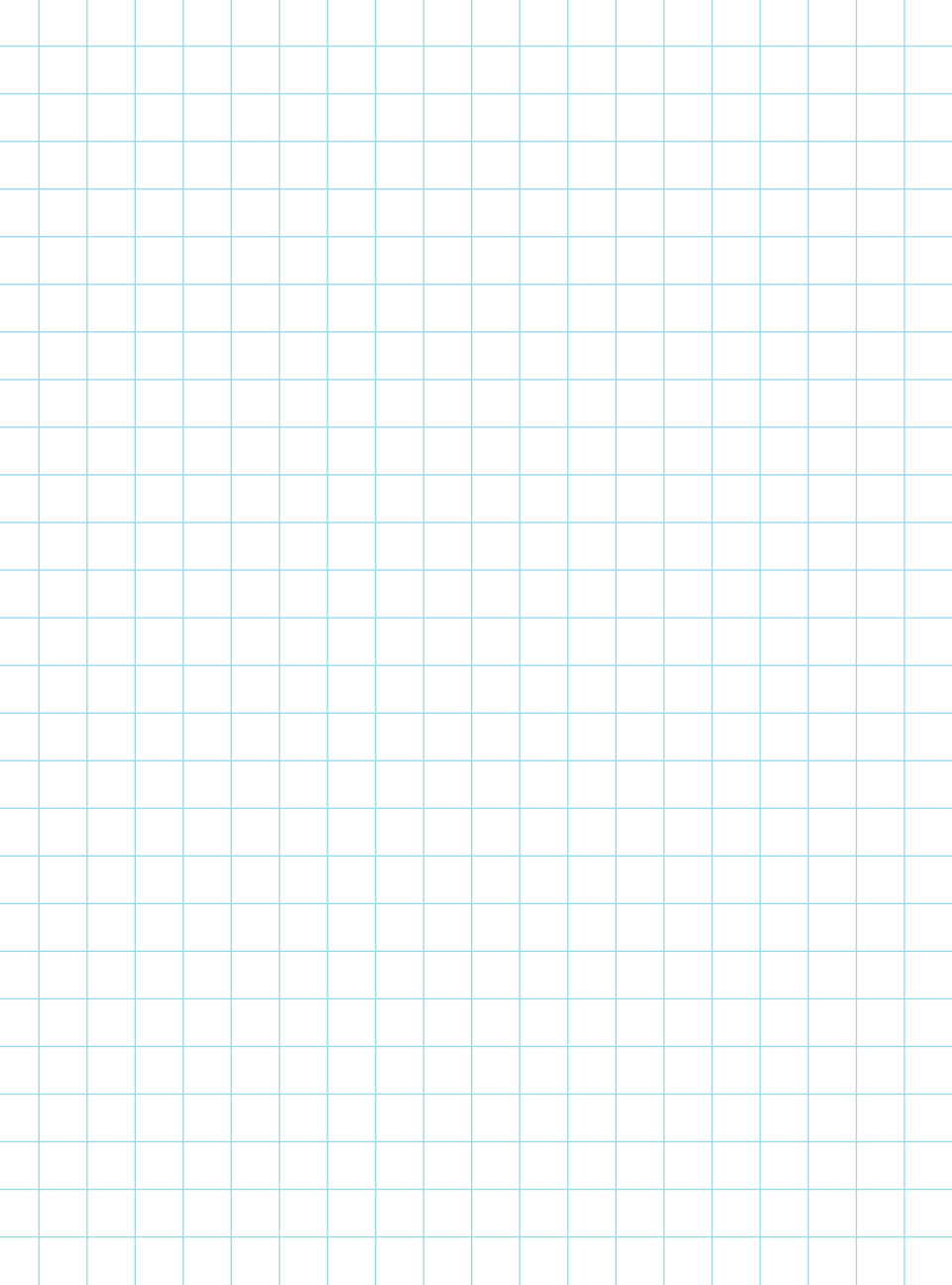
Puedes usar las páginas que siguen para planificar tu jardín. Recuerda todo lo que has aprendido usando esta guía acerca de amigos/enemigos del jardín y también cuanto espacio dar a cada cultivo.



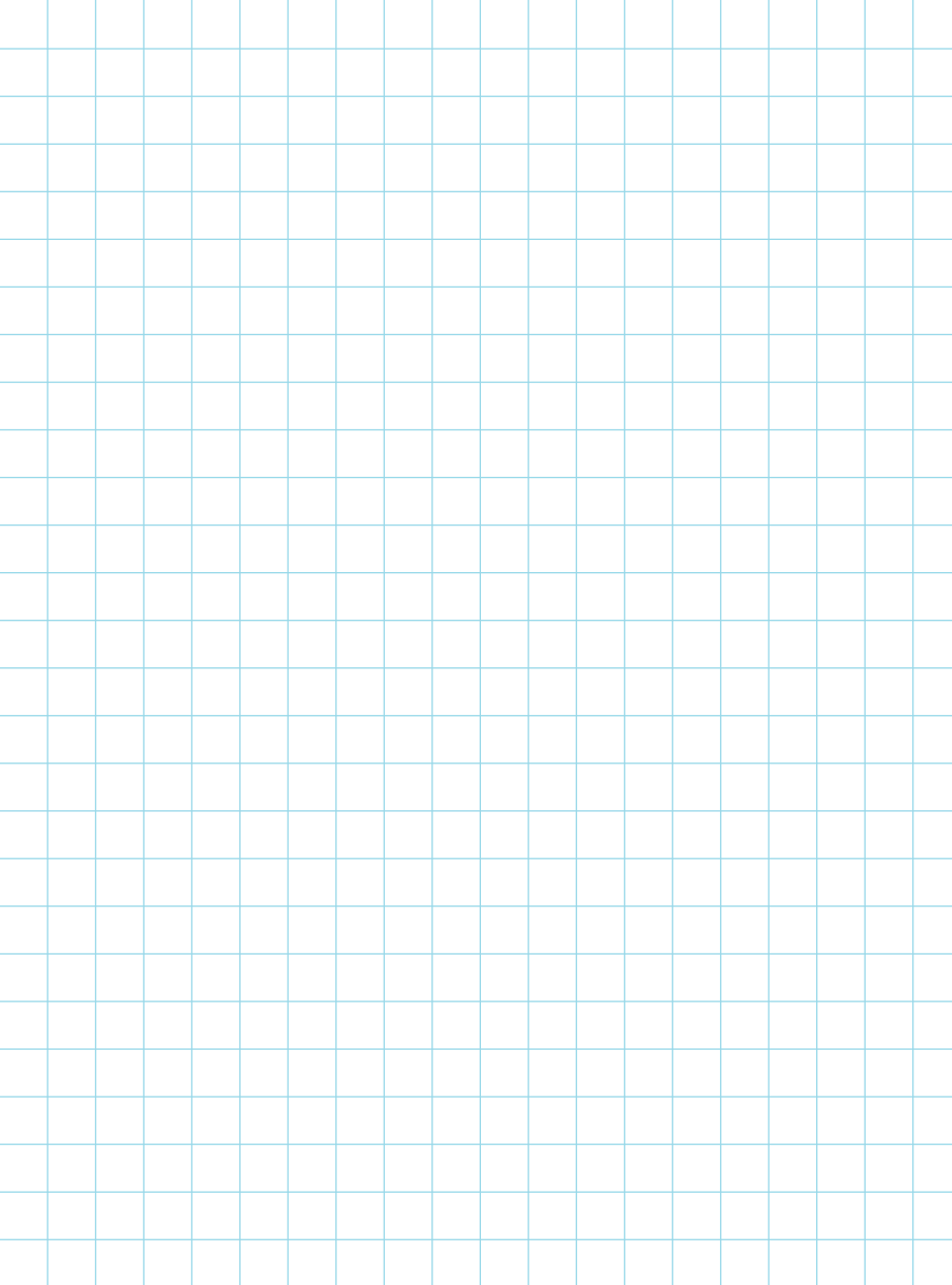












# MÁS RECURSOS DE JARDINERÍA

**Si deseas buscar más información acerca de la jardinería, hay varias fuentes de información que pueden ser útiles. ¡Aquí están algunas!**

**University of Minnesota Extension:**

[www.extension.umn.edu/yard-and-garden](http://www.extension.umn.edu/yard-and-garden)

**Pruebas de suelo de la Universidad de Minnesota:**

<https://soiltest.cfans.umn.edu/testing-services/lawn-garden>

**University of California:**

[https://ucanr.edu/sites/jardin/\\_Videos/](https://ucanr.edu/sites/jardin/_Videos/)

**CLUES en YouTube, Jardín Comunitario:**

[https://www.youtube.com/playlist?list=PLKj2g8m0Bxv4dRrdaAIWMBJCVvIZPzi\\_h](https://www.youtube.com/playlist?list=PLKj2g8m0Bxv4dRrdaAIWMBJCVvIZPzi_h)

**Cosas del Jardín:**

<https://www.youtube.com/c/CosasdeLJardin>

**Jardín Viviente:**

<https://www.youtube.com/c/JardinViviente/featured>



# FUENTES DE INFORMACIÓN USADAS PARA CREAR ESTA GUÍA:

Aloi, Peg. 2020. Review of *Best and Worst Companion Plants for Cilantro*. The Spruce. October 10, 2020. <https://www.thespruce.com/companion-plants-for-cilantro-5074346#toc-good-cilantro-companion-plants>.

Baessler, Liz. 2021. Review of *Sweet Potato Companions: Best Companion Plants for Sweet Potatoes*. Gardening Know How. Gardening Know How. June 18, 2021. <https://www.gardeningknowhow.com/edible/vegetables/sweet-potato/sweet-potato-companions.htm>.

Baessler, Liz. 2022. Review of *Garlic Companion Planting: Plant Companions for Garlic*. Gardening Know How. January 26, 2022. <https://www.gardeningknowhow.com/edible/herbs/garlic/companions-for-garlic.htm>.

Bartholomew, Mel. 2013. *All New Square Foot Gardening : The Revolutionary Way to Grow More in Less Space*. Minneapolis, Minnesota: Cool Springs Press.

Boeckmann, Catherine. 2018. Review of *Sunflowers*. *Almanac*. February 1, 2018. <https://www.almanac.com/plant/sunflowers>.

Grabowski, Michelle, and Jeffrey Hahn. 2021. Review of *Quick Guide to Insects and Diseases of Broccoli, Cabbage and Cauliflower*. University of Minnesota Extension. 2021. <https://extension.umn.edu/plant-diseases/insects-and-diseases-cole-crops>.









