

Red de Milpas Escolares Nuevo León

Red de Milpas Escolares



TIEMPOS DE COSECHA EN LA MILPA

¿Cuándo puedo recolectar mis frutos y semillas?

TENER EN CUENTA...

Que los tiempos de cosecha pueden ser variados de acuerdo con las condiciones y la temporada. También dependerá de los cuidados que le demos: riego, deshierbe, atender plagas, fertilizar con abonos orgánicos, etc.



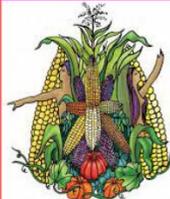
<p>Maíz</p> 	<p>Elote: 3 meses (grano lechoso) Mazorca: 4 meses (grano seco)</p>
<p>Frijol</p> 	<p>Ejotes: 50 - 65 días Frijol: 3 meses</p>
<p>Calabaza</p> 	<p>Calabaza: 4 meses Flor: de preferencia masculinas (tallo delgado)</p>
<p>Cilantro</p> 	<p>45 - 70 días Altura: 12 - 15 cm Se corta antes de florear</p>
<p>Rábano</p> 	<p>25 - 30 días</p>
<p>Coliflor</p> 	<p>5 - 6 meses</p>
<p>Brócoli</p> 	<p>2 - 3 meses</p>
<p>Calabacita</p> 	<p>Calabacita: 2 meses Flor: de preferencia masculinas (tallo delgado)</p>



**29 de septiembre
Día Nacional del
Maíz en México**



En México, el maíz representa un pilar para la alimentación, la cultura y la economía.



Se cultiva en los 32 estados del país. Y en promedio, cada mexican@ consume medio kilo de maíz diario.



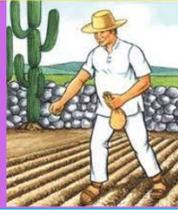
El maíz está presente en las tradiciones ancestrales, mitos y leyendas.



Gracias a los pueblos indígenas, quienes protegen y conservan esta semilla, es que existen 64 razas de maíz.



El maíz que se consume proviene: pequeños cultivos de campesinos, cultivo extensivo en el Norte e importación de EUA



La Dieta de la Milpa es una propuesta que atiende el derecho a la alimentación: Art. 4: “Toda persona tiene derecho a la alimentación nutritiva, suficiente y de calidad. El Estado lo garantizará”



**Escribe y lee
tu mundo**

Fuente: CNDH México



Red de Milpas Escolares N.L.

*Escribe y lee
tu mundo*

¿Cómo sembrar en la milpa?

	<h3>FRIJOL</h3> <p>Modo de siembra: en surco Profundidad: 3-5 cm Distancia entre semillas: 30 cm Tiempo de cosecha: 50-60 días (ejotes) 3 meses (frijol)</p>	<h3>MAÍZ</h3> <p>Modo de siembra: en surco Profundidad: 3-5 cm Distancia entre semillas: 60 cm, (cada 2 plantas de frijol) Tiempo de cosecha: 3 meses (elotes) 4 meses (mazorca)</p>	
	<h3>CALABAZA DE CASTILLA</h3> <p>Modo de siembra: en surco Profundidad: 3 cm Distancia entre semillas: 1-1.5 m (en los extremos y centro del surco) Tiempo de cosecha: 4-6 meses (calabaza) Flor: masculinas (tallo delgado)</p>	<h3>CALABACITA BOLA</h3> <p>Modo de siembra: cama de siembra Profundidad: 3-4 cm Distancia entre semillas: 40 cm Tiempo de cosecha: 2 meses (calabaza) Flor: masculinas (tallo delgado)</p>	
	<h3>RÁBANOS</h3> <p>Modo de siembra: cama de siembra Profundidad: al voleo Recomendación: Tapar con un cartón húmedo por 4 días Tiempo de cosecha: 25-30 días</p>	<h3>CILANTRO</h3> <p>Modo de siembra: cama de siembra Profundidad: 2-5 cm Distancia entre semillas: 10 cm Tiempo de cosecha: 1.5-2.5 meses, a la altura de 12-15cm, antes de florear</p>	
	<h3>PEPINO</h3> <p>Modo de siembra: cama de siembra Profundidad: 3-4 cm Distancia entre semillas: 40 cm Tiempo de cosecha: 2 meses</p>	<h3>COLIFLOR BLANCA/MORADA</h3> <p>Modo de siembra: cama de siembra Profundidad: 8-10 cm Distancia entre semillas: 30 cm Tiempo de cosecha: 5-6 meses</p>	
	<h3>MORRÓN AMARILLO/VERDE</h3> <p>Modo de siembra: cama de siembra Profundidad: 1 cm Distancia entre semillas: 30 cm Tiempo de cosecha: 2 meses</p>	<h3>MELÓN</h3> <p>Modo de siembra: cama de siembra Profundidad: 1 cm Distancia entre semillas: 50cm Tiempo de cosecha: 3 meses</p>	
	<h3>TOMATE</h3> <p>Modo de siembra: cama de siembra Profundidad: 1 cm Distancia entre semillas: 40 cm Tiempo de cosecha: 2-3 meses</p>	<h3>CEBOLLÍN</h3> <p>Modo de siembra: cama de siembra Profundidad: 1-2 cm Distancia entre semillas: 10 cm Tiempo de cosecha: 3 meses</p>	
	<h3>ACELGA/ESPINACA</h3> <p>Modo de siembra: cama de siembra Profundidad: 1-2 cm Distancia entre semillas: 25 cm Tiempo de cosecha: 2-4 meses</p>	<h3>CHILE JALAPEÑO</h3> <p>Modo de siembra: cama de siembra Profundidad: 2-3 cm Distancia entre semillas: 40 cm Tiempo de cosecha: 2-3 meses</p>	

ALTERNATIVAS DE RIEGO



Por goteo

Material: Manguera y estacas.
Modo de elaboración: Coloquemos la manguera a lo largo de los surcos, haciendo pequeños orificios en donde se localiza cada planta. Las estacas servirán para sujetar la manguera y evitar que se mueva de lugar.

Ver video: Como hacer riego por goteo

Autor: Green Wall Garden



Por gravedad

Material: Botella de plástico con tapa
Modo de elaboración: Comencemos por hacer un pequeño pozo, cerca de la planta, que sea del tamaño adecuado para enterrar la botella aproximadamente hasta la mitad. Por un costado, en la parte baja de la botella, se debe hacer un orificio pequeño. La botella se colocará en el pozo, con el orificio orientado hacia la raíz de la planta. Una vez enterrada, se debe rellenar con agua y tapar. Una botella de un litro dura aproximadamente 1/2 semana.

Ver video: Como hacer RIEGO POR GOTEO...

Autor: Green Wall Garden



Con manguera

Material: Manguera plástica y aspersor
Modo de riego: Debemos aprovechar las horas de menor calor para regar el área sembrada. La salida del agua debe ser suave y abundante los primeros días. Después de germinadas las semillas, el riego puede reducirse cada dos días.



Por capilaridad

Material: botella plástica con tapón, alambre y un trozo de tela de algodón.

Modo de elaboración: Iniciemos haciendo un orificio por un costado de la botella en su parte alta. Aquí se insertará un trozo de alambre que le de soporte a la tira de tela de algodón, por la parte interior, la tela debe tocar el agua y por la parte exterior, caer cerca de las raíces de la planta. Una botella de un litro tiene una duración aproximada de una semana.

Ver video RIEGO por goteo CASERO

Autor: La Huertina de Tony



Por evaporación

Material: Dos botellas plásticas de diferentes tamaños cortadas por la mitad.

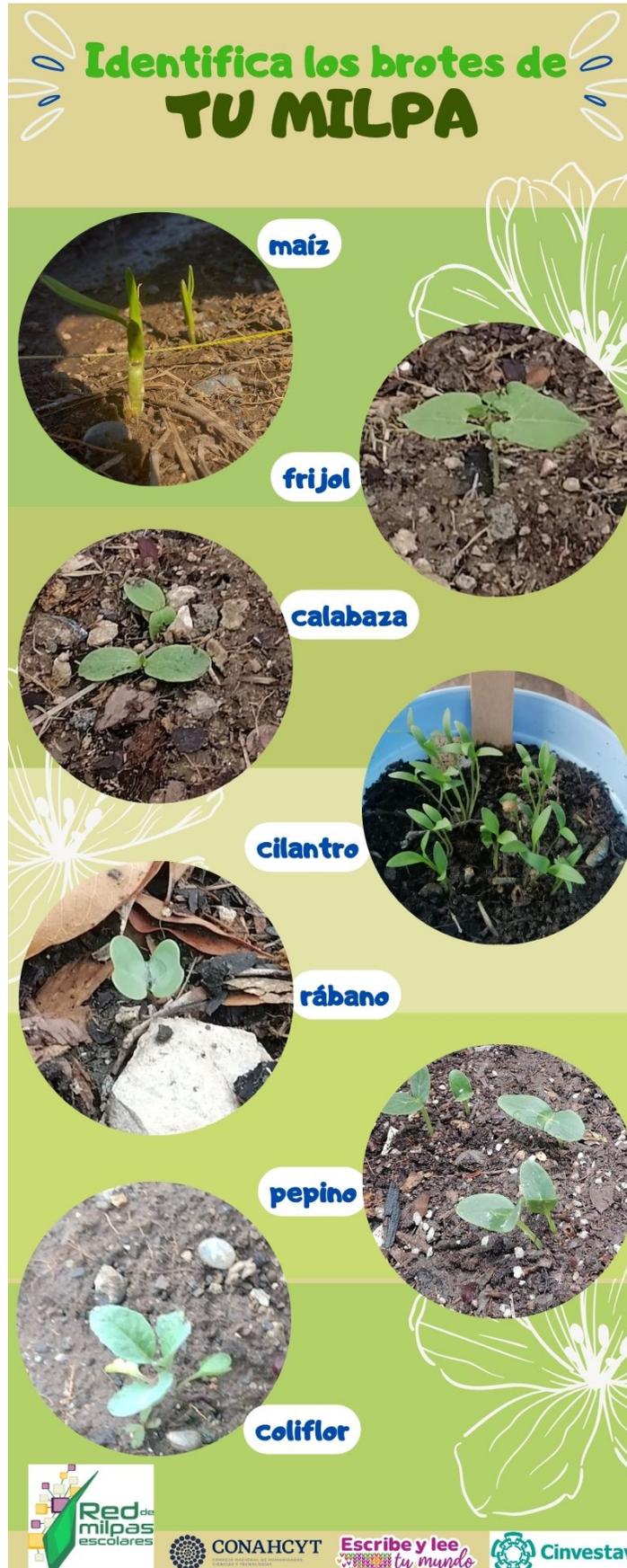
Modo de elaboración: Ubiquemos la mitad de la botella pequeña con agua, cerca de las plantas, se tapa con la mitad de la botella más grande, como si se tratara de una tapa. Para lograr una mayor firmeza, pueden enterrarse un poco las botellas.

Ver video: Técnica de riego solar

Autor: La Huerta de Iván



Identifica los brotes de **TU MILPA**



Esta infografía muestra nueve tipos de brotes de milpa en círculos, cada uno con un nombre en un recuadro azul. El fondo es verde con ilustraciones de plantas blancas.

- maíz**
- frijol**
- calabaza**
- cilantro**
- rábano**
- pepino**
- coliflor**

Red de milpas escolares

CONAHCYT

Escribe y lee
tu mundo

Cinvestav

Red de Milpas Escolares Nuevo León

Ideas para cuidar nuestra milpa sin sustancias tóxicas



Entre las afectaciones más comunes en la milpa se encuentra la presencia del **gusano cogollero** (maíz), **oidio** (calabaza), **atracnosis** (frijol), presencia de **hormigas**, **orugas** y **caracoles**. Algunos remedios caseros que podemos hacer son:

Lejía de ceniza para plagas en el follaje



Ingredientes: 3 partes de ceniza de madera, 6 partes de agua, mascarilla o cubrebocas, colador, tela para colar, atomizador o bomba

Modo de preparación: Colocar la ceniza y el agua en una cubeta, revolver hasta disolver lo más que se pueda. Tapar y dejar reposar por 24 horas. Quitar las partes que flotan, revolver de nuevo y dejar reposar 2 días más. Colar usando una tela. Guardar en botes cerrados.

Aplicación: Se coloca 1 parte de lejía de ceniza por cada 10 partes de agua. Aplicar a las plantas con atomizador o bomba, hacerlo durante la mañana o la tarde.



Ver video "Lejía de Ceniza, Fungicida..." de La Huerta En El Campo: <https://www.youtube.com/watch?v=rjVgBSyi-B4>

Fungicida para el oidio y atracnosis

Ingredientes: Para un litro: 800 ml de agua de lluvia, si no dejar reposar 2 días el agua, 200 ml de leche, 20 g de bicarbonato de sodio, atomizador o bomba.

Modo de preparación: Colocar la leche, el agua y el bicarbonato de sodio en un recipiente, agitar hasta que se mezclen bien los ingredientes. Colocarlo en un atomizador.

Aplicación: Se rocían las plantas por arriba y abajo durante 2 días seguidos al inicio, y siempre después de un día de lluvia. Se aplica al atardecer. Posteriormente, cada 15 días como preventivo.

Ver video "Cómo hacer fungicida casero..." de La Huertina de Toni: <https://www.youtube.com/watch?v=LPjHLBH83aE>



Alcohol de ajo y cebolla para alejar hormigas



Ingredientes: 3 dientes de ajo, media cebolla, 2.5 L de agua y recipiente con tapa (bote de agua).

Modo de preparación: Cortar los 3 dientes de ajo y la media cebolla con todo y cáscaras. Colocar el ajo y la cebolla al recipiente que tiene los 2.5 litros de agua. Cerrarlo y mantenerlo de 7 a 15 días.

Aplicación: En un atomizador colocar 3/4 partes de agua y 1/4 parte del alcohol de ajo y cebolla. Colocarlo directo a las plantas, suelo y superficies que desees ahuyentar a las hormigas.



Ver video "Chau Hormigas! Solo usando AJO y CEBOLLA!..." de @PlanetaJardin: <https://www.youtube.com/shorts/CpJN6hsHmyw>

Biopreparado de tomatera para alejar orugas y caracoles

Ingredientes: 500 g de ramas de tomatera, 5 L de agua de lluvia (o reposada por 24h), cubeta con tapa que no sea transparente, colador no metálico, atomizador o bomba).

Modo de preparación: Cortar las ramas de tomate en trozos pequeños dentro de la cubeta. Verter los 5 litros de agua y revolver alrededor de 3 minutos. Tapar y dejar reposar en sombra. En los siguientes 6 días, repetir revolver durante 3 minutos y tapar. Posteriormente, colar el preparado.

Aplicación: En un atomizador colocar el preparado y aplicarlo directo a las hojas de las plantas por encima y por debajo, sirve como insecticida pero también como preventivo a plagas.

Ver video "ACABA con LAS ORUGAS..." de La Huertina de Toni: <https://www.youtube.com/watch?v=dthxLJ22rbk>



Red de Milpas Escolares Nuevo León

Fertilizantes caseros para hacer crecer sana nuestra milpa



Los fertilizantes caseros u orgánicos proveen los nutrientes necesarios para mejorar el suelo y desarrollar cultivos sanos. Entre los más eficientes y fáciles de preparar están: **té de lentejas**, **té de cáscaras de plátano**, **cáscarones de huevo**, y **fertilizante con café**. Conoce su preparación:

Té de lentejas (enraizante)



Las lentejas contiene la hormona auxina que sirve para estimular el crecimiento de las raíces.

Ingredientes: 1 taza de lentejas, 4 tazas de agua, trapo y colador.

Modo de preparación: Remojar las lentejas en el agua y taparlas con un trapo. Dejarlas en un lugar con poca luz por 8 horas y luego colarlas. Reservar el agua. Volver a tapar las lentejas y dejarlas un día. Al día siguiente, mojar con el agua de lenteja y volver a colar. Se repite dos días más. Las lentejas habrán germinado. Verter el agua reservada, licuar y colar. El líquido obtenido se diluye cada parte por 10 partes de agua. Puedes refrigerar el fertilizante hasta por 15 días.

Aplicación: Se recomienda aplicar a las plantas en las primeras semanas del crecimiento, o cuando se trasplante. Regar en la tierra durante una semana.



Ver video "Como Hacer Enraizante..." de La Huertina de Toni:
https://www.youtube.com/watch?v=CZ_szBOlb8o

Té de cáscaras de plátano

Aporta potasio a las plantas, lo cual ayuda en el periodo de floración

Ingredientes: cáscaras de plátano, agua y colador.

Modo de preparación: Colocar las cáscaras de plátano en una olla con agua y calentar hasta que hierva durante 15 minutos. Luego colar la infusión y dejar enfriar.

Aplicación: Regar sobre la tierra con la infusión cada 15 días.



Ver video "Te De Platano|Abono..." de La Huertina de Toni:
<https://www.youtube.com/watch?v=rV0Ot5yUJ90>



Cáscaras de huevo



Las cáscara de huevo le aporta a los cultivos el calcio que necesitan. Además, sirve de repelente para caracoles y orugas.

Ingredientes: Cáscaras de huevo.

Modo de preparación: Triturar las cáscaras de huevos.

Aplicación: Agregar las cáscaras alrededor de la planta para crear una barrera para algunas plagas. Aplicar una vez al año o máximo cada 6 meses.

Ver video "CÁSCARAS de HUEVO como ABONO..." de EcologíaVerde:
https://www.youtube.com/watch?v=_E3gxRaKoDk



Fertilizante con café

Los residuos del café son antioxidantes y una fuente rica en nitrógeno. También son repelente para gusanos y caracoles.

Ingredientes: Residuos de café (de la cafetera).

Modo de preparación: Los residuos de café pueden pasar primero por el proceso de compostaje, o bien, aplicarse directamente a las plantas.

Aplicación: El café molido se esparce alrededor de la planta. Se recomienda hacerlo después del primero o segundo mes de la siembra. Y repetirse cada 4 meses.



Ver video "CAFÉ como ABONO PARA PLANTAS..." de EcologíaVerde: <https://www.youtube.com/watch?v=yiBhnWyAc0>





Cosechando saberes en la Red



¿Qué puedo hacer para reducir la basura que genero?

¿Por qué nos interesa un evento **cero basura?**

Para atender el problema de la contaminación ambiental creada por la gran cantidad de desechos que generamos.

Busca alternativas: Evita el uso de plásticos y productos de unicel. Compra a granel, evita empaques. Aprovecha tus residuos orgánicos, haz composta. Repara o doná tu ropa.

