

CULTIVO DE LECHUGA

Lactuca sativa

Familia: Asteraceae



Requerimientos de clima y suelo



Prefiere el clima templado fresco, con sol directo en invierno e indirecto en verano.

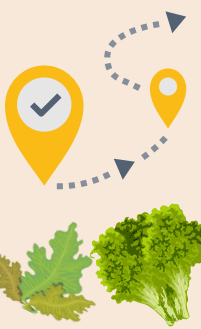
Prospera en suelos húmedos, blandos y ricos en composta.

Puedes cultivarla en macetas con capacidad de mínimo 15 L y 25 cm de profundidad.



Variedades recomendadas

La lechuga es una planta de ciclo corto, algunas variedades que se dan muy bien en la zona son: tropical (todo el año), orejona punta de flecha verde y roja, escarolada, hoja de roble, butterhead, romana, iceberg y sangría.



5. Cosecha

Es un cultivo de ciclo corto, después de 30 a 45 días de la siembra ya se puede empezar a cosechar hojas. De preferencia hasta que la lechuga espigue para florecer.



4. Abonado

Es un cultivo poco exigente, con que se abone bien el suelo con composta o lombricomposta durante el trasplante es suficiente. A nivel foliar, se recomienda aplicar té de composta una o dos veces.



3. Trasplante

Prepara la cama de cultivo con profundidad entre 20 y 30 cm, incorpora proporciones iguales de suelo, composta y tepezil. Coloca cada plántula a una distancia de 25 a 30 cm. De preferencia en otoño-invierno.



2. Siembra y germinación

Siembra indirecta de preferencia en luna llena. Refrigerar las semillas un día antes para acelerar y homogeneizar la germinación. Coloca 2 semillas por hoyo, apenas en la superficie, tarda entre 4 y 5 días en germinar.



1. Obtención de semillas

Elige las plantas que tardaron más en espigar, espera que se sequen las flores y que aparezcan unas mechas blancas. Corta las plantas, introdúcelas en una bolsa, azota, vacía en un tazón y sopla para descartar los residuos; guarda y etiqueta.

Plagas y enfermedades comunes

Métodos de manejo



Minador

Retira hojas afectadas y quémalas



Trips

Trampas azules de plástico, con un poco de aceite



Pulgones

Agua jabonosa
Caldo de ceniza



Orugas

Retiro manual



Pulga saltona

Purín de albahaca



Hormigas

Inundar nidos con hongo de naranja en descomposición



Araña roja y negra

Caldo sulfocálcico
Purín de ortiga



Hongos

Caldo sulfocálcico



Caracoles y babosas

Retiro manual
Trampa de cerveza

Algunas recomendaciones

- Utiliza semillas nativas o criollas, adaptadas a tu zona biogeográfica.
- Le gusta la luz para germinar, luz permanente de la luna llena.
- Siembra alejada en época húmeda para evitar plagas como babosas y caracoles
- Poda constantemente las hojas inferiores que se manchan o dañan.
- Acolcha con hojarasca y cáscaras de huevo, no olvides deshierbar.
- Riega con agua de lluvia, tratando de regar directo al suelo y no a las hojas.
- Asocia con cualquier hortalizas pues no tiene hortalizas antagónicas.
- Realiza rotación del cultivo de lechuga por hortalizas de tubérculo o fruto (frijol).



Proyecto COV-AID: "Materiales didácticos para el fortalecimiento de la agricultura urbana en Xalapa y su zona metropolitana".
Fuente: a partir de la sistematización de la reunión de la RAUPX del 7 de julio de 2021.