

Hacer un huerto urbano ecológico puede parecer complicado, hay muchas cosas a tener en cuenta y a veces es fácil perderse, ¿Cómo hacer un huerto urbano en casa?, ¿qué plantas se pueden cultivar en una terraza? ¿Qué materiales son imprescindibles? ¿Es necesario invertir en una mesa de cultivo? Son preguntas muy habituales que seguramente te has planteado si estás pensando en hacer un huerto casero. Pero te aseguro que no es difícil una vez tienes claro qué es lo que necesitas y los pasos a seguir para montarlo por primera vez. Hacer un huerto en casa es sencillo y una experiencia muy gratificante.

¿Cómo hacer un huerto urbano en casa?

Da igual el espacio con el que cuentes, la experiencia que tengas o los cultivos que quieras plantar, para empezar un huerto necesitas estas 4 cosas básicas.



Recipientes:

Los recipientes donde vamos a plantar son muchos y muy variados, hay desde mesas de cultivo, jardineras y macetas hasta jardines verticales. Escoger uno u otro dependerá de varias cosas: la inversión que quieras realizar, el espacio con el que dispones y el uso que le quieras dar.



Sustrato:

El sustrato o tierra es el medio donde se desarrollan las raíces de la planta, de él absorberá sus nutrientes, por eso, una norma básica para unas plantas y un huerto sano empieza en esta elección.



Plantas y/o semillas:

Lo cierto es que en un huerto urbano puedes plantar todo tipo de hortalizas y verduras, desde lechugas y tomates hasta coles, maíz o pepinos. Todo depende de tu nivel de experiencia y del espacio que dispongas. En esta guía te contaré qué cultivos son mejores para empezar el huerto y qué puedes plantar según la época del año.



Agua:

El agua se encarga de “recoger” los nutrientes del suelo y transportarlos a través de las raíces a la planta. Es imprescindible para el buen desarrollo de las plantas. Le dedicaré también toda una sección más adelante.

Es cierto que después pueden venir bien otros productos como herramientas o tratamientos concretos para plagas, pero ellos dependerán de cada situación y de cada momento, además, son productos que si en algún momento son necesarios, no lo son para la primera fase inicial.

ESCOGER EL MEJOR RECIPIENTE

Cómo te he comentado, escoger el mejor recipiente depende de varios factores. No existe un “recipiente ideal”, sino que deberás escoger el que mejor se adapte a tu situación.

Escoger entre macetas, jardineras, mesas de cultivo o jardines verticales dependerá de estos factores:

**El espacio con el que cuentes
La inversión que quieras realizar.**

Se pueden agrupar todos los recipientes para cultivar en huertos urbanos en estas 4 categorías:

MESAS DE CULTIVO

Espacio medio

Inversión alta

Ideal para Gente mayor o con discapacidad motora. También para huertos establecidos en terrazas, patios y jardines.

JARDINERAS-MACETAS

Espacio flexible

Inversión baja

Ideal para Principiantes, espacios pequeños como balcones e interior y para ampliar la zona de huerto por temporadas

JARDINES VERTICALES

Espacio muy pequeño

Inversión alta

Ideal para zonas muy pequeñas. Balcones o terrazas. Tener un huerto sin renunciar a nada de espacio

MACETAS COLGANTES

Espacio muy pequeño

Inversión baja

Ideal para zonas muy pequeñas. Balcones o terrazas. Tener un huerto sin renunciar a nada de espacio

..... **LAS MESAS DE CULTIVO**

Sus ventajas principales son:

Mayor espacio de cultivo
.....

Mayor comodidad. Al estar elevadas son ideales para personas mayores y para personas con discapacidad motora.
.....

Facilitan la tarea del riego.

Inconvenientes:

Requieren una inversión más elevada.

Las mesas de cultivo son estructuras elevadas que te permiten cultivar sin arquear la espalda y plantar muchos cultivos en el mismo espacio gracias a su gran superficie.

¿Qué tamaño de mesa de cultivo es mejor?

El tamaño dependerá exclusivamente del espacio que dispongas. La única norma en este aspecto es que tengan al menos 25 cm de profundidad. El resto depende de tus gustos y tu espacio.

No pienses siempre en comprar la más grande, hay veces que dos mesas pequeñas resultan más fáciles de encajar en el espacio, como en balcones y terrazas alargados, donde en lugar de escoger una mesa de cultivo grande, es más práctico optar por colocar varias mesas pequeñas en fila para crear un espacio alargado de cultivo a lo largo de la pared de una terraza.

Tipos de mesas de cultivo



METÁLICAS



Existen varias en el mercado, en gran diversidad de colores. Algunas llevan ruedas. Tienen la desventaja de que al ser de metal, se recalientan o se enfrían mucho dependiendo del tiempo, provocando cambios bruscos en la temperatura del suelo y exagerando las condiciones climáticas (los días de calor hace que la tierra que contiene se caliente más, y que los fríos se enfríe más).



DE PLÁSTICO



Aunque también tienden a recalentarse los días de mucho sol, no lo hacen tanto como las metálicas. Tienen como ventaja que suelen ser más económicas y que al ser ligeras y más bajitas son perfectas para niños.



DE MADERA



La madera tratada resulta ser un material resistente y duradero. Tienen una ventaja importante frente al resto, y es que las propiedades aislantes de la madera estabilizan la temperatura de la tierra que contienen, evitando cambios bruscos de temperatura.

[VER MÁS >](#)

..... **LAS MACETAS**

Sus ventajas principales son:

Son muy flexibles en cuanto a espacio, simplemente aumentando el número de macetas puedes multiplicar el tamaño de tu huerto. Lo que te permite también ir aumentando conforme vayas cogiendo experiencia.

.....

Requieren poca inversión. Una maceta de buena calidad y buen tamaño rara vez supera los 6 euros, lo que te permite empezar un huerto sin necesidad de invertir mucho dinero.

Inconvenientes:

Automatizar el riego resulta algo más complicado.

Yo uso muchísimo las macetas en mi huerto urbano, aunque cuento con 3 mesas de cultivo, las macetas me permiten aportar espacio extra al huerto los meses más productivos (primavera y verano) o plantar cultivos que por su gran tamaño requieren una "habitación propia".

¿Qué tienes que tener en cuenta a la hora de escoger la mejor maceta?

DRENAJE

Una maceta tiene que poder expulsar el exceso de agua (ya sea porque nos hemos pasado regando o porque ha llovido mucho). Por eso necesita siempre SIEMPRE agujeros de drenaje en la base. En interior puedes añadir una bandeja para proteger el suelo.

TAMAÑO

Resulta súper fácil equivocarse con el tamaño de la maceta. Yo mismo ví las primeras veces como mis tomateras se morían sin remedio por haber escogido macetas demasiado pequeñas. Por eso quiero profundizar en este aspecto, para que a ti no te ocurra lo mismo. En la siguiente sección he agrupado los cultivos más habituales y fáciles para empezar según el tamaño de maceta que necesitan.

ACERTAR ESCOGIENDO EL TAMAÑO DE LAS MACETAS

Macetas para Tomates / Pimientos / Berenjenas / Judías / Guisantes

16
litros por planta

Los tomates, pimientos, berenjenas, judías y guisantes son plantas que tienen unas raíces profundas a las que les gusta ocupar un buen espacio. Por eso, requieren que el volumen de la maceta sea mínimo de 16 litros.

Lechugas / Espinacas / Rúcula

2
litros por planta

Estos cultivos que se cosechan por sus hojas son perfectos para hacerte tus propias ensaladas. Tienen raíces pequeñas y superficiales, por eso, con 2 litros tienen más que suficiente para un completo desarrollo.

Zanahorias/ Rabanitos/ Remolachas/ Cebollas/ Ajos

0.5
litros por planta

Los más pequeños, ¡cabén en cualquier lugar! con 0,5 litros por planta tienen más que suficiente.

Fresas / aromáticas

2.5-3.5
litros por planta

Las fresas son un cultivo fácil y delicios. Con un tamaño adecuado de maceta te recompensará con las mejores fresas que puedas probar. El tamaño ideal de maceta para cultivar fresas es de 2,5- 3,5 litros por planta.

Resumiendo, los tamaños de macetas y jardineras más utilizados en el huerto son:

MACETAS 16 L	JARDINERAS O MACETAS BAJAS DE 12-15 LITROS	MACETAS 2,5 - 3,5 L
Pimientos Judías Tomates Berenjenas Guisantes.	Combinaciones de... aromáticas lechugas espinacas	Aromáticas Fresas

.....LAS JARDINERAS.....



4 aromáticas= JARDINERA 8 LITROS

Las jardineras no se diferencian mucho de las macetas, simplemente tienen una forma más alargada, lo que resulta práctico para plantar varios cultivos en un mismo sitio.

Lo único necesario para saber el tamaño de jardinera que necesitas es sumar los volúmenes que requiere cada planta.

..... **LOS JARDINES VERTICALES**

Sus ventajas principales son:

Aprovechas el espacio al máximo, te permite disfrutar de un huerto aunque no tengas un rincón para ello, sólo hace falta una pared.

.....

Son muy estéticos.

Inconvenientes:

Los jardines verticales son estructuras que, o bien colocadas en el suelo o enganchadas a la pared, sirven para plantar cultivos a lo largo de toda la superficie vertical..

Inversión inicial mayor.

.....

No se puede plantar de todo, el tamaño para cada planta es de unos 3 – 4 litros, es perfecto para aromáticas, lechugas, espinacas, cultivos de raíz y fresas. Pero no para tomates o pimientos.

Tipos de jardines verticales

MODULAR

Los jardines verticales modulares tienen la ventaja de que se instalan muy fácilmente y permiten personalizarlos al máximo añadiendo módulos a los laterales y uno encima del otro, es como jugar con los lego para crearte tu propio jardín vertical. Son de plástico, lo que hace que vayan genial para interior.

[VER MÁS >](#)

FIELTRO

Los jardines verticales de fieltro son los más profesionales. Se adaptan a casi cualquier superficie y son muy duraderos. Están hechos de un fieltro específico que impide el desarrollo de bacterias y hongos. Se pueden comprar prefabricados con medidas estándares o a medida.

[VER MÁS >](#)

.....¿CUÁNTO HAY QUE INVERTIR?.....

Quiero dejar claro en este punto que no es necesario invertir 100€ en una mesa de cultivo para empezar un huerto. Las mesas de cultivo son muy cómodas, prácticas y bonitas (yo misma tengo no una, sino 3), pero si es tu primera incursión en el mundo de los huertos urbanos te recomiendo que empieces a una escala más pequeña, con recipientes más económicos que exijan una menor inversión, cuando ya tengas controlado esto puedes pasar a mayores escalas, con más cultivos. Un error bastante habitual es querer empezar con mucho, y en esas situaciones es normal perderse y acabar renunciando. Créeme, esto de cultivar engancha, y cuando tengas controladas tus 4 macetas iniciales querrás más, siempre estás a tiempo de hacer una inversión y comprarte

una bonita mesa de cultivo. Pero yo te recomiendo que empieces paso a paso.

.....¿DÓNDE PONER EL HUERTO?.....

Ya te hayas decidido por una mesa de cultivo o unas macetas, tan importante es escoger lo que más se adapte a tu situación como la ubicación de tus recipientes. Debes tener en cuenta que los cultivos agrícolas necesitan muchas horas de luz.

- Las macetas de pimientos, tomates y judías, disfrutan mucho del sol, necesitando mínimo 6 horas de luz directa.
- El resto de los que hemos comentado, pueden tolerar algo la sombra, así que bastarían con 4 horas de luz.

Trucos para aprovechar más la luz en el huerto urbano

Averigua las zonas de sol y sombra de tu jardín, balcón o patio, úsalas para generar microclimas en tu huerto. Ten en cuenta la orientación, y la sombra generada por edificios, árboles, etc. Úsalo en tu favor jugando con ello! Colóca aquellos cultivos más exigentes en las zonas con más luz, y aquellos que agradecen cierta sombra bajo estos o en zonas donde las horas de luz directa sea menor.

Orienta el huerto hacia el sur o el sureste, ya que suele ser la orientación con más horas de sol.

Coloca las plantas más altas en la cara norte para evitar que proyecten sombras sobre los cultivos más bajos.

En zonas muy calurosas, cierta sombra en las horas de más calor darán un respiro hasta a las plantas más exigentes.

EL SUSTRATO O TIERRA

Una vez escogido el recipiente, deberemos rellenarlo de sustrato, este es un tipo de tierra específico para macetas u otros recipientes ¿por qué debe ser específico? Muy fácil, cuando las plantas crecen en el suelo, las raíces pueden expandirse buscando zonas donde haya mayor disponibilidad de agua o de nutrientes, en un recipiente no. Por eso, es importante buscar un sustrato específico para macetas, que retenga bien el agua y sea rico en nutrientes. También es importante que sea ligero y poroso (las raíces también necesitan el aire que hay en los poros de la tierra).

¿Me vale cualquier sustrato o tierra?

No. El sustrato es uno de los factores más importantes para garantizar el éxito de tu huerto. Es un producto barato, con lo que vale la pena gastarse un par de euros más y hacerse con uno de buena calidad. La diferencia se nota, muchos sustratos baratos requieren después estar muy atentos y fertilizar cada dos por tres.

Otro factor importante: busca sustratos en tiendas especializadas para huertos o de marcas que reconozcas, batlle y compo son marcas reconocidas, de calidad y fáciles de encontrar. No uses marcas blancas o muy baratas. Algunas de estas marcas utilizan un porcentaje de lodos de depuradora, que pueden contener restos de metales pesados. No quieres algo que te vas a comer creciendo en ese suelo.

¿Es necesario usar abono?

Al principio, si empiezas con un buen sustrato, no necesitarás abono ni fertilizante, cuando cambie la temporada, puedes añadir un extra de abono al suelo, como humus de lombriz o compost.

SUSTRATO UNIVERSAL

Un buen sustrato universal va muy bien para macetas y jardineras. Asegúrate de conocer la marca, comprarlo en una tienda especializada o que garantice en el envase que es apto para el huerto urbano.

LA RECETA MAGICA DE SUSTRATO PARA EL HUERTO URBANO

Esta receta es la combinación de diferentes sustratos que crea una mezcla única y muy buena para el huerto. Esta mezcla contiene dos ingredientes:

Fibra de coco:

Es un sustrato muy ligero y esponjoso, hecho con la corteza del coco. Esto hace que actúe como una esponja, aportando aire y reteniendo agua.

Humus de lombriz:

Es un sustrato orgánico digerido por lombrices, que es muy rico en nutrientes, tanto, que puede usarse como abono cada cambio de temporada, incorporándolo al suelo para aportar un extra de nutrientes. La mezcla de estos dos sustratos de propiedades tan diferentes, crea el sustrato perfecto para el huerto urbano. La relación ideal es de 60% fibra de coco, 40% humus de lombriz



EL RIEGO EN EL HUERTO URBANO



MANUAL

La regadera o manguera sigue siendo una buena solución para huertos pequeños. Lo ideal es disminuir regar muy poco a poco, para que el agua se infiltre bien por toda la tierra. Al hacerlo muy de golpe, se generan grietas que hacen que el agua fluya rápido y no de tiempo a las raíces a absorberla.



SISTEMAS DE AUTORRIEGO

Perfectos para complementar el modo manual, son macetas con depósito que acumulan el agua y la van filtrando poco a poco. También existen accesorios que funcionan como depósitos “móviles” que puedes colocar en las macetas en las épocas más calurosas o cuando te vas de vacaciones.

Ventaja: económico y sin instalación

Desventaja: Sólo apto para huertos pequeños



EXUDACIÓN O GOTEO CON PROGRAMADOR

Si tienes una mesa de cultivo, o un número de macetas considerables (unas 7-8) es necesario recurrir a un sistema algo más complejo, te dará mayor autonomía y podrás regular la frecuencia y la intensidad del riego de forma automática.

LAS SEMILLAS Y LAS PLANTAS

A la hora de escoger las hortalizas y las verduras para el huerto suelen salir una duda bastante común.... ¿qué es mejor? ¿Empezar el huerto con semillas? ¿o comprar directamente la planta?

La respuesta es muy sencilla y a la vez muy complicada: depende. Depende sobre todo de tu nivel de experiencia y del cultivo.

Generalmente es más fácil comprar la planta y colocarla (transplantar) en su lugar definitivo, pero decir que vale la pena hacerlo con todas tampoco sería cierto, hay semillas que crecen solas prácticamente, con lo que resulta un derroche comprar el plantel.

Si estás empezando, es mejor que empieces con plantel aquellos cultivos que requieren una siembra en semillero. La siembra en semillero es aquella que se hace en macetas pequeñas, bajo un invernadero, antes de pasarlas al exterior y a su lugar definitivo.

Empieza con plantel o planta

Aunque lo que te he comentado no es un proceso complicado, puede abrumar un poco si no lo has hecho nunca. Por eso, si eres principiante, te recomiendo empezar con plantel estas hortalizas y verduras:

Tomates
Pimientos
Fresas
Berenjenas

Empieza con semillas

Hay semillas que no requieren este tratamiento previo y que permiten ponerlas directamente en su lugar definitivo, son cultivos fáciles de germinar y rápidos.

Estos son:

Judías
Guisantes
Lechugas
Rúcula
Espinacas
Albahaca
Cebollino
Cilantro
Perejil
rábanos
Remolachas
Cebollas
Ajos

Cómo sembrar en 4 simples pasos

PASO 1

Para mejores resultados, humedece el medio de cultivo antes de sembrar. Es importante que la humedad sea homogénea, para que no quede ninguna zona seca que pueda dificultar la germinación.

PASO 2

Haz un pequeño agujero, que no supere 2 veces el tamaño de la semilla (es un error habitual enterrarlas mucho). Las semillas más pequeñas (lechugas, rabanitos) basta con ponerlas sobre la superficie.

PASO 3

Coloca 2-3 semillas en cada agujero, no más. Vuelve a cubrir con una ligera capa de sustrato. Vuelve a regar con cuidado de no remover las semillas del sitio.

PASO 4

Cuando las semillas hayan germinado, deberás escoger la más fuerte y quitar las otras dos, así, le dejarás espacio para que pueda crecer bien.

¿QUÉ SE PUEDE PLANTAR EN UN HUERTO URBANO?

Lo cierto es que en casa puedes plantar lo que quieras, en serio, de verdad, de todo, maíz, tomates, fresas, habas, hasta sandías o melones. Pero alto, que se pueda plantar de todo no quiere decir que debas empezar con todo. De hecho, es mejor empezar con unos pocos cultivos, que sean fáciles y agradecidos, para que poco a poco vayas subiendo el nivel (ya verás que te lo pedirá el cuerpo).

He clasificado los cultivos más sencillos para empezar, de esos que no suelen fallar. Son por los que deberías empezar. Te los voy a clasificar de dos formas:

La primera clasificación es por temporadas, no podrás sembrar lo mismo en verano que en invierno. Una de las maravillas de tener un huerto en casa es que te vuelve a conectar con las estaciones.

La segunda clasificación es si lo que necesitas plantar deberá ser con semilla o con plantel, ya te he comentado antes que hay algunos que resulta más fácil comprar la planta directamente, pero que otros no vale la pena ya que parece que germinan solas.

PRIMAVERA

SEMILLAS

[Albahaca](#)
[Perejil](#)
[Cilantro](#)
[Espinacas](#)
[Lechugas](#)
[Judías](#)
[Rabanito](#)
[Remolacha](#)

PLANTEL

Tomate
Pimiento
Berenjena
Fresas

VERANO

SEMILLAS

[Judías](#)
[Rabanito](#)
[Remolacha](#)
[Maíz](#)
[Perejil](#)

PLANTEL

Albahaca*
cilantro*
Lechugas*
espinacas*
rucula*

Tomate**
Pimiento**
Berenjena**

*Si estás comenzando, En verano es preferible empezar estos cultivos con plantel ya que las altas temperaturas pueden dificultar la germinación.

** Sólo hasta Julio

OTOÑO

SEMILLAS

[Judías](#)
[Guisantes](#)
[Habas](#)
[lechuga](#)
[espinaca](#)
[perejil](#)
[rabanito](#)
[remolachas](#)
[acelgas](#)
[rúcula](#)

INVIERNO

Lechugas
Espinacas
Guisantes
perejil
rabanito
remolacha
rúcula
acelga

Aquí la diferenciación entre semillas o plantel depende exclusivamente de la zona donde vives, si las temperaturas suelen bajar de 5°C, empieza todos estos cultivos con plantel, si eres un mediterráneo valenciano como nosotros, crecen fácilmente con semilla.

OTROS CULTIVOS FÁCILES PARA EMPEZAR

BROTES

Los brotes son una forma sencilla y rápida de aportar vitaminas y sales minerales a la dieta. Y son sencillísimos de cultivar!

[APRENDE A CULTIVAR BROTES>](#)

SETAS

Cultivar setas en casa resulta muy sencillo. No hace falta tener ninguna experiencia previa. ¡Ni siquiera requiere espacio o luz! Se pueden cultivar en paquetes del tamaño de un brick de leche, y crecen muy rápido (en 10 días), por lo que son ideales para iniciar a los niños en el mundillo de los huertos

[VER MÁS >](#)

