

PLANTAS QUE CURAN PLANTAS:

Aprende a elaborar remedios para la salud de tu huerto. Elaboración de extractos vegetales.

“No hace falta ir muy lejos en la naturaleza encontraremos muchas respuestas. Las plantas que embellecen el paisaje también cuidan de nuestro cuerpo y espíritu. Y además se cuidan entre ellas, como buenas compañeras...”

Los editores de la Fertilidad de la Tierra

“Observemos la medicina que pisamos...”

1. PREÁMBULO

- ✓ Consideremos el huerto como un verdadero ecosistema. Todas nuestras acciones las realizaremos para conservar el equilibrio en ese espacio vivo.
- ✓ Repensemos la alimentación de la planta como nosotros repensamos la nuestra. Pensemos en fórmulas de dietética vegetal para mantener la salud de las plantas.
- ✓ Consideremos la elaboración de los extractos como la de un buen vino. La mayoría de los fracasos viene del no control de las condiciones de fermentación.
- ✓ Han sido llamados purines por su olor, cambiemos esa palabra por EXTRACTOS como cambiará su olor con un buen control de la fermentación.
- ✓ Igual que una buena alimentación no es suficiente para mantener un organismo sujeto a estrés constante sano los extractos NO son suficiente para resolver todos los problemas de los cultivos.
- ✓ Las propiedades de los extractos se han demostrado empíricamente. Nos toca seguir con el estudio. Los efectos van a depender del control del proceso y las condiciones en las que los empleemos (agua, clima e incluso las fases de la luna) NOS TOCA SEGUIR EXPERIMENTANDO
- ✓ Los biopreparados o extractos no son simples abonos orgánicos, ellos estimulan el crecimiento son BIOESTIMULANTES, en la mayoría de los casos mejoran la salud general (sistema inmunitario) de las plantas; es así como mejoran la salud del huerto.
- ✓ Algunos actúan como repulsivos, insecticidas, fungicidas, antibacterianos .
- ✓ Anticiparse podría ser la palabra clave de este método. “Demasiado es el enemigo de mucho” para nuestras plantas del huerto y de herbáceas o arbustivas una frecuencia preventiva de 10- 15 días es bastante.
- ✓ Con los extractos se busca antes que nada no caer enfermo como en la medicina tradicional china.
- ✓ REGULAR-REFORZAR-PERSEVERAR-AUTOSUFICIENCIA
- ✓ LOS EXTRACTOS:

“Observemos la medicina que pisamos...”

PLANTAS QUE CURAN PLANTAS: Extractos vegetales para la salud de tu huerto

- Son económicos
- Son inocuos para los seres vivos
- Sacan partido a las espontáneas del huerto

✓ Y observación mucho de esto, porque cada huerto es un mundo diferente...

1. COMO PREPARAR LOS FERMENTADOS CON ÉXITO

QUÉ AGUA EMPLEAR

- ✓ Agua de lluvia preferentemente (15-25 °C), sino airear agua del grifo de 2 a 4 días.
- ✓ Evitar bidones oxidados
- ✓ Si el pH está por debajo de 5 corregir con ceniza de madera.

Si el agua es muy caliza con pH por encima de 7 añadir vinagre de vino 250 ml en 30 l de agua.

El agua de pozo suele ser caliza y es frecuente altos contenidos en nitratos que bloquearán la fermentación.

- ✓ Si utilizamos agua de grifo: dejar el agua en bidones de 2-4 días

EN QUÉ RECIPIENTE

- ✓ Usaremos recipientes crecederos. Para preparar 10 l. usar un recipiente de 15 l
- ✓ Los extractos fermentan mejor en grandes cantidades.
- ✓ Mejor plástico que madera.

DOSIS GENERALES DE PLANTAS

- ✓ Trocear bien las plantas antes de meterlas en el recipiente. Para infusiones los cortes serán más finos.
- ✓ En general 1 kg de planta fresca para 10 l de agua
Si la planta es seca de 100-200 gr. para 10 l. según la planta.

“Observemos la medicina que pisamos...”

EL PROCESO DE FERMENTACIÓN

- ✓ Cuanto más alta es la temperatura menor será el tiempo de preparación (entre 5 y 30 días). Como término medio un extracto de ortiga estará listo en menos de 15 días.
- ✓ Es bueno disponer de una tapa para el recipiente pero no estanca. Un saco de yute puede hacer el papel.
- ✓ Remover a diario (unos 5 minutos) controlando la fermentación.
- ✓ Observar la subida de las burbujas a diario (son un buen signo):
 - Cuando no se forman burbujillas homogéneas la fermentación ha terminado (no confundir estas burbujas con las que se forman por la aireación).
- ✓ Cuando la fermentación finaliza es el momento de utilizarlo o almacenarlo filtrando bien el preparado.
- ✓ Para evitar problemas de olores añadir un puñado de salvia a partir del cuarto o quinto día de fermentación.

UN FILTRADO MINUCIOSO

- ✓ Se pueden utilizar un colador casero o un trapo extendido sobre un cuadro. Mejor filtrar varias veces.

EL ALMACENADO Y LA CONSERVACIÓN

PLANTAS QUE CURAN PLANTAS: Extractos vegetales para la salud de tu huerto

- ✓ Lo más práctico y barato son garrafas de 5l. de agua. Por protegerlos de la luz, lo más adecuado son las garrafas opacas.
- ✓ La temperatura ideal son 12º C evitaremos así o reduciremos las dobles fermentaciones.
- ✓ Se pueden conservar hasta un año si el filtrado es minucioso, lo ideal es usarlo entre dos y tres meses después del trasvase y filtrado. Por instinto cuando los extractos son viejos aumentaremos la dilución posterior en agua.

CAUSAS MÁS FRECUENTES DE LOS FRACASOS

- ✓ Agua de mala calidad.
- ✓ No remover los preparados a diario.
- ✓ Mezclar varias plantas al hacer la preparación (cuidado con las labiadas bloquean el proceso de fermentación)
- ✓ Realizar los extractos en un lugar donde varían mucho las temperaturas.
- ✓ Esperar mucho tiempo para trasegar y filtrar.

2. OTROS TIPOS DE EXTRACTOS

Los siguientes extractos tienen la VENTAJA de que pueden ser utilizados inmediatamente, y el INCONVENIENTE de que no lo vamos a poder conservar mucho tiempo.

- ✓ DECOCCIONES
 - Las vamos a utilizar en general para las plantas más coriáceas: raíces de ortiga, cola de caballo, consuelda y *Salvia officinalis*.
 - Se obtienen hirviendo la planta a fuego lento en una cacerola con tapa 20-30 min.
 - Las cortamos no muy finas y las dejamos en remojo previamente durante 24 h.

“Observemos la medicina que pisamos...”

PLANTAS QUE CURAN PLANTAS: Extractos vegetales para la salud de tu huerto

- Se dejan enfriar y solo después se filtran con un filtro de café o colador.
- El agua debe ser de la misma calidad que para las fermentaciones.
- Las cantidades de planta y agua varían según las plantas.
- Pueden ser preventivo o curativo
- La decocción de **consuelda** puede se aplica como abono foliar e insecticida.

✓ **INFUSIONES**

- A diferencia de la decocción la infusión se caracteriza por la ausencia de ebullición.
- Después se deja la planta macerar con la tapa hasta que se enfría.
- Podemos aplicarla a 45º cuando va destinada a la lucha contra el pulgón.
- Son sobre todo insecticidas (la de **ortiga** es muy eficaz contra los pulgones).

✓ **MACERACIONES.**

- Consiste en dejar a remojo la planta a temperatura ambiente durante 24h.
- En general 1KG. De planta para diez litros de agua.
- Se aplica sin dilución posterior.
- Las plantas se trocearán fino.
- Se utiliza normalmente para huertos pequeños (porque no se diluyen).

PLANTAS QUE CURAN PLANTAS: Extractos vegetales para la salud de tu huerto

- Son principalmente fungicidas de efecto suave (las más populares son de ortiga y capuchina)

3. CÓMO UTILIZARLOS

✓ RIEGO Y PULVERIZACIÓN

- Se pulveriza normalmente por la tarde antes de la caída del sol por ejemplo la aplicación de cola de caballo en decocción con sol fuerte puede quemar la planta.
- Se pulveriza normalmente sobre las hojas diluído al 10%.
- Para riego normalmente se diluye un poco menos (8% una regadera de 10 litros es suficiente para 10 m. lineales, se puede usar extracto de ortiga para estimular el enraizamiento.
- Si buscamos efecto insectífugo aplicaremos por la tarde; si el objetivo es estimulante, por la mañana.
- En ningún caso se trata a **plantas sedientas** porque está inactiva la circulación de la savia. Se recomienda un riego copioso la víspera. Lo mejor es tratar en días nublados o después de llover.
- Temperaturas por debajo de los 12 ° no son recomendables.

✓ MOJANTES

- Los mojantes son sustancias que van a ayudar a los extractos a adherirse a las plantas o a los insectos diana.

“Observemos la medicina que pisamos...”

PLANTAS QUE CURAN PLANTAS: Extractos vegetales para la salud de tu huerto

- Pueden ser o **arcilla verde** en polvo 2-3 cucharadas soperas por cada l. de agua en el momento de la pulverización diluirla antes en un tazón con agua para evitar que se atasquen los pulverizadores con los grumos.

O **jabón potásico**; 100gr de jabón en 10 l. de agua.

4. RECETAS

✓ **Materiales:**

- Báscula
- Cesta
- Medidor de pH
- 2 Cubo de 20 l de plástico.
- Garrafas de agua con tapón.
- Tijeras de podar.
- Saco de arpillera o tapa para los cubos.
- Un cuaderno y un calendario nos permitirá llevar un control de la preparación y efectos de los extractos y tratamientos.

PLANTAS QUE CURAN PLANTAS: Extractos vegetales para la salud de tu huerto

Vamos a intentar utilizar plantas que podemos cultivar, cosechar en los alrededores siempre de manera responsable o disponer de ella asaltando la despensa. Recordad que hay zonas protegidas donde no podemos cosechar nada.

Para tener extractos durante todo el año disponer de planta seca y de extractos en garrafas.

✓ **ALGUNOS PROTOCOLOS PREVENTIVOS Y ESTIMULANTES A LO LARGO DEL AÑO**

	TRATAMIENTO PREVENTIVO POR ESTIMULANTE
AL FINAL DEL INVIERNO	Riego o pulverización en la tierra de extracto fermentado de ortiga al 20%, si la tierra es muy mala o de relleno podemos aumentar hasta un 50%

PLANTAS QUE CURAN PLANTAS: Extractos vegetales para la salud de tu huerto

EN PRIMAVERA	<p>Extracto de ortiga. Desde marzo cada 15 días pulverización foliar de hasta julio, mejor por la mañana. Después una vez por mes.</p> <p>Maceración de Valeriana. Para las heladas tardías. Machacamos hojas de valeriana y maceramos 1 gota de jugo de valeriana en un litro de agua tibia removemos durante 10 min. Pulverizamos la tarde precedente a la helada (preparado 507)*.</p>
EN VERANO	<p>Infusiones y decocciones específicos para las plagas. Caldo Bordelés para hongos.</p>
EN OTOÑO	<p>Aplicaremos los extractos en el riego ya que las hojas ya no son funcionales</p>
EN INVIERNO	<p>*Valeriana para las primeras heladas</p>

✓ PARA LAS PLAGAS MÁS COMUNES.

Este tipo de tratamientos se aplican sobre todo durante el verano.

PLAGA/ ENFERMEDAD	EXTRACTO/ ACCIÓN	TRATAMIENTO
------------------------------	-----------------------------	--------------------

PLANTAS QUE CURAN PLANTAS: Extractos vegetales para la salud de tu huerto

OIDIO	Ortiga,caléndula/ preventivos,estimu lantes	Extractos fermentados. Disueltos al 5% pulverización foliar.
MILDIU (patata y tomate)	Tanaceto/curativa	Maceración. 30g de flores secas en un litro de agua, dejar durante 3 días. Sin diluir. De 3 a cinco veces a partir de mitad de junio. Cada 3 semanas
	Bardana/curativa	Extracto fermentado 1kg de hoja/10l al 20% en pulverización. 3 tratamientos cada 10 días. Muy eficaz
ARAÑA ROJA (ácaros en general)	Ortiga/repulsivo	MACERACIÓN. 100 g de hoja fresca en 1 l. de agua a 18-20°C. No se diluye. 3 tratamientos en 1 mes.
	Ajo/insecticida	decocción 70g/l de agua diluir al 30% tratar 3 veces en intervalos de tres días.
PULGÓN	Ortiga/insecticida	Infusión pura de hojas frescas de ortiga 100 g /litro) o secas 10 g. litro
	Consuelda/insecticida	DECOCCIÓN. Hervir 8 hojas picadas en un litro de agua durante 20 min., dejar reposar 12 h. Filtrar y usar. No se diluye.
ORUGA DE LA COL	Ajenjo/repulsivo	INFUSIÓN. 100g. /l. emplear pura. por la tarde.
MOSCA BLANCA	Ruda/insecticida	MACERACIÓN de hojas frescas.80g/ l diluir al 20%

5. OTRAS COSAS...

“Observemos la medicina que pisamos...”

PLANTAS QUE CURAN PLANTAS: Extractos vegetales para la salud de tu huerto

- ✓ Estos apuntes están basados en el libro: *“Plantas para curar plantas. Para tratar sin química los problemas del huerto y del jardín”* Bernard Bertrand, Jean-Paul Collaert y Eric Petiot. Se ha intentado en aquellos hacer una recopilación de prácticas, basadas en nuestra experiencia, para mantener la buena salud de la huerta. No se puede olvidar nunca que los extractos están siempre en estudio y que es una “ciencia” escrita basándose en la experimentación y que el papel de todo horticultor que esté interesado es seguir experimentando con las “medicinas que pisamos”

- ✓ Durante el diseño de los apuntes redescubrí a Josep Pamies de la Asociación de la dulce revolución y os invitamos a que conozcáis su proyecto que nos parece mucho tiene que ver con la complejidad y el carácter experimental del tema que nos ocupa y la salud de las personas. Os dejamos unos enlaces para que descubráis como pueden funcionar algunas plantas y otros métodos en la cura de las enfermedades humanas.
 - **4º congreso de Alimentación viva y consciente:**
<https://www.youtube.com/watch?v=SWJQ2Gdu0Ts>

 - **Documental “La comida que pisamos”:**
<https://www.youtube.com/watch?v=7QpBzHsyRko>