Ventajas de los vegetales perennes

Dr. Martin Price

ECHO hace énfasis en los múltiples beneficios de los vegetales perennes. Con esto queremos decir vegetales que se siembran una vez y se pueden consumir por años. Los beneficios son muchos y pueden ser específicamente útiles para las familias de personas PLWHA, que experimenten una disminución en la disponibilidad de mano de obra y quizás cuenten con menos tierras y dinero para comprar semillas.

Los vegetales perennes necesitan de menos mano de obra y gastos y por lo general se puede contar con ellos para obtener un rendimiento confiable de alimentos.

El huerto típico debe excavarse o ararse y luego trabajarlo más para obtener una cama para semillas de textura fina. Los productores a veces no están seguros si encontrarán las semillas que buscan, si estas serán buenas y cuán lejos tendrán que viajar para obtenerlas. Luego está el trabajo de siembra de las semillas y limpieza de maleza. Las hormigas y las aves pueden comerse las semillas, las gallinas pueden comerse o rascar y sacar las plántulas jóvenes, los animales grandes de la finca pueden destruir el huerto.

En contraste, una vez que un vegetal perenne ha alcanzado un tamaño considerable, casi todos estos problemas desaparecen, excepto los causados por los animales más grandes de la finca. Esto es especialmente importante para los enfermos y los ancianos, incluyendo los pacientes y los huérfanos del SIDA.

Los vegetales perennes proporcionan alimentos año tras año. Yo sembré dos de mis vegetales perennes favoritos, katuk y chaya cuando mi esposa y yo construimos una nueva casa hace 22 años y aún estamos comiendo de las mismas plantas.

Se reduce la erosión del suelo. Debido a que no hay necesidad de labrar la tierra, se reduce la erosión. Esto puede ser de enorme importancia en tierras con pendiente.

Los vegetales perennes tienen una resistencia especial contra las enfermedades y los insectos. Casi por definición, las plantas de vegetales perennes deben tener una capacidad inusual para combatir las enfermedades de las plantas y los insectos, de lo contrario nunca podrán vivir los años suficientes para convertirse en perennes.

Los vegetales perennes son resistentes a los extremos climáticos. Nuevamente casi por definición, los vegetales perennes deben poder sobrevivir largos períodos sin lluvia si son cultivados en una región proclive a la sequía y resistir el calor y la humedad si son cultivadas en tierras bajas calientes y húmedas.

Figura 1: La chaya es un vegetal favorito en ECHO.

Los vegetales perennes a menudo tienen un alto valor nutricional, altos rendimientos y proporcionan alimentos durante una larga temporada. Siempre me impresiona la enorme cantidad de hojas verdes comestibles que se encuentran en un arbusto de chaya en comparación con la cantidad mucho menor que puede cultivarse de un vegetal anual como la espinaca o la lechuga, que ocuparían el mismo espacio en el huerto. He visto chaya produciendo hojas comestibles en Haití después de cuatro meses sin lluvia. Un beneficio adicional es que las hojas de los vegetales perennes vuelven a crecer después de cosechadas.

Los vegetales perennes nutritivos favoritos en ECHO incluyen marango, chaya, katuk, y la enredadera de bejuco haitiana (también conocida como "*hoop vine*" en inglés). Escríbanos o visite nuestro sitio en la red para obtener más información sobre estos y otros vegetales perennes.

© 2010 ECHO Inc.