

**FICHAS TÉCNICAS DE CULTIVOS DE LANZAROTE****NOMBRE COMÚN:** Acelgas**NOMBRE CIENTÍFICO :** *Beta vulgaris var. Cicla*

**ORIGEN:** El origen de la acelga está vinculado a las tierras bañadas por el [Mar Mediterráneo](#), sur de Europa y Norte de África, y algunos expertos consideran Italia como primera referencia para su utilización en la alimentación.

**VARIEDADES**

- ◆ Verde de penca blanca ancha.
- ◆ Verde de penca blanca alargada.
- ◆ Verde Bressane (penca blanca ondulada, longitud intermedia).
- ◆ Amarilla de Lyon (color amarillento de la penca que es blanca y ancha).
- ◆ Amarilla de penca blanca.

**CALENDARIO DE TEMPORADA**

E	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D
S	S	S	S	R				S	S	S	S
R	R	R	R					R	R	R	R

S: siembra - R: recolección

**DESCRIPCIÓN DEL PRODUCTO PARA EL CONSUMIDOR**

La acelga se cultiva en varias partes del mundo, ya que es muy demandada, por la utilidad de sus hojas en la preparación de diferentes comidas. Posee un alto contenido de agua y bajas



cantidades de hidratos de carbono, proteínas o grasas, convirtiéndola en un alimento recomendado para elaborar dietas de adelgazamiento

Es un alimento muy rico en nutrientes como la fibra, sales minerales o vitaminas. También contiene potasio, magnesio, sodio, yodo, hierro y calcio. Las propiedades de estos minerales regulan la actividad muscular, equilibran el funcionamiento de los intestinos, nervios y músculos, potencian la salud de los huesos, mejoran la inmunidad, así como colaboran en la labor intestinal con un suave efecto laxante y diurético que reduce la hipertensión o la retención de líquidos

Por otra parte interviene en el buen funcionamiento de la glándula tiroides y en el desarrollo del feto, por lo que su consumo resulta muy beneficioso en mujeres embarazadas. Las cantidades de hierro que aporta la colocan como uno de los productos a ingerir en caso de anemia. Además la presencia en su composición de ácido oxálico previene la formación de cálculos renales y artritis.

### **DESCRIPCIÓN BOTÁNICA**

Se trata de una planta bianual, de ciclo largo cuyo sistema radicular presenta una raíz bastante profunda y fibrosa que protege los nutrientes del suelo en el que es cultivada sin agotarlos. Sus hojas son la parte comestible mostrándose ovales, suavemente acorazonadas, con marcados nervios que nacen desde la zona central del tallo y un color uniforme que abarca toda la gama de verdes, dependiendo de la variedad.

Las pencas son largas, anchas y carnosas, con tonos blancos, amarillentos e incluso rojos. Tras un periodo de temperaturas bajas ofrecen una floración con flores solas o en grupos de dos o tres, con cáliz verdoso compuesto por 5 sépalos y 5 pétalos. Su fruto contiene en el interior 3-4 semillas.

### **CLIMA**

Se da bien en todos los climas, prefiriendo los climas templados y húmedos. Resiste bastante bien el frío invernal.



## SUELO

Prefiere suelos profundos, frescos, de consistencia media, con un pH entre 6 y 8, rico en materia orgánica descompuesta. Tolera poco la acidez del suelo pero bastante la salinidad.

## PROPAGACIÓN

Se multiplica por semillas mediante la siembra directa en líneas de 30 cm. Se colocan de 3-4 semillas por hoyo a una profundidad de 2 cm. y separando los hoyos entre sí a 35 cm. También se pueden propagar mediante la realización de semilleros.

## PLANTACIÓN

Se siembra durante todo el año, evitando los meses de más frío y los de más calor.

## LABORES CULTURALES

**Aclareo:** En caso de siembra directa, se deja una planta por hoyo cuando las plantas tienen 4 o 5 hojas.

**Escardas:** Se realiza de forma manual, con el fin de mantener el suelo libre de malas hierbas.

## RIEGO

Riegos frecuentes ya que la acelga le gusta la humedad constante en el suelo.

## FERTILIZACION

Agradece mucho el estiércol seco y el potasio. En el abonado de cobertera, con riego por gravedad, suele aplicarse nitrato potásico después de cada riego.

Los requerimientos de nitrógeno son elevados desde que comienza el rápido crecimiento de la planta hasta el final del cultivo. Las necesidades de potasio son elevadas a lo largo de todo el ciclo de cultivo.

**PRINCIPALES PLAGAS Y ENFERMEDADES****PLAGAS****Gusano blanco (*Melolontha melolontha*)**

Las larvas de este coleóptero tienen un cuerpo blanquecino, con el extremo posterior abdominal de color negruzco. El insecto adulto tiene de 2 a 3 cm de largo, con la cabeza de color negro y el resto del cuerpo parduzco ocre.

El ciclo evolutivo larvario completo es de 3 años, siendo en la primavera del segundo año cuando producen mayores daños.

**Gusano de alambre (*Agriotes lineatum*)**

Son coleópteros cuyos adultos miden de 6 a 12 cm de longitud, son de color oscuro y de forma alargada. Las larvas son de color pardo dorado, con cierta semejanza a los ciempiés, de forma cilíndrica y cuerpo notablemente rígido y una longitud de 2 a 5 cm. Producen galerías en las raíces de las plantas, provocando heridas que más tarde son colonizadas por distintos hongos del suelo causando enfermedad.

**Gusano Gris (*Agrotis segetum*)**

Este lepidóptero produce daños en la vegetación, seccionando el cuello de las plántulas recién plantadas. Para su control se aconseja desinfectar el suelo antes de la plantación evitar la entrada de adultos al interior del invernadero mediante mallas mosquitera en las ventanas. En los cultivos al aire libre puede hacerse un tratamiento aéreo.

**Mosca de la remolacha (*Pegomia betae* o *Pegomia hyoscyami*)**

Los adultos tienen la cabeza grisácea con una rayita roja en la parte frontal; los ojos son rosados y las patas amarillas. Las larvas tienen una longitud de unos 7 mm; son de cabeza gruesa, dividida por una hendidura; no tienen patas y son de color blancuzco. La ninfa es de forma oval y color rosado. Los huevos son de color blanco sucio, rugosos, de 1 mm de longitud.



Las larvas perforan la epidermis y penetran en el interior de los tejidos del limbo, haciendo galerías que pueden llegar a ocupar toda la superficie foliar.

#### **Pulguilla (*Chaetocnema tibialis*)**

El adulto es un escarabajo de unos 2 mm de longitud, de forma oval, de color negro verdoso y brillo metálico. Los daños son pequeños orificios redondeados de unos 2 mm de diámetro en las hojas.

#### **Pulgón (*Aphis fabae*)**

Estos insectos se sitúan en el envés de las hojas provocando daños que pueden afectar su comercialización.

#### **- ENFERMEDADES**

#### **Cercospora (*Cercospora beticola*)**

En las hojas aparecen pequeñas manchas redondeadas de unos 3 mm de diámetro; al principio el centro de la mancha es grisáceo, después se forman unos puntitos negros. Toda la superficie de las hojas puede quedar cubierta por las manchas que se van secando.

#### **Peronospora (*Peronospora schatii*)**

Las hojas centrales presentan color más claro, deformándose, aparecen más o menos rizadas. El envés queda cubierto por un moho gris o violáceo de aspecto aterciopelado.

#### **Sclerotinia (*Sclerotinia libertiana*)**

El micelio se desarrolla en los tejidos, produciendo un moho blancuzco en el que se observan los esclerocios. En las raíces aparecen manchas grandes que al final se reblandecen, pudriéndose.



## **Virosis**

Las virosis más comunes que afectan a la acelga son: el Mosaico de la remolacha, el Amarilleo de la remolacha y el Virus I del Pepino. Todos ellos provocan un amarilleo y rizado de las hojas, junto a manchas de color verde pálido u oscuro. Para evitar su aparición es conveniente emplear semilla sana certificada y libre de virus y controlar los insectos transmisores de la virosis.

## **RECOLECCIÓN Y PRODUCCIÓN**

Se inicia según la variedad a partir de aproximadamente unos 75 días de la siembra, recolectando las hojas externas manualmente cuando tienen aproximadamente 18cm, conservando el manojito central intacto durante 4-5 meses.