



# Jardinería fácil

## COL RIZADA • COL RIZADA • COL RIZADA • COL R

*Joseph Masabni, Profesor Asistente y Horticultor de Extensión del Departamento de Ciencias Hortícolas Texas A&M, del Sistema Universitario Texas A&M*

La col es una de las verduras más nutritivas. Tiene bajo contenido de calorías y alto contenido de proteínas, vitaminas y minerales. Si bien pertenece a la familia de los repollos, la col no forma una cabeza. Se desarrolla a partir de las hojas.

La col tolera más el frío y el calor que la mayoría del resto de verduras que se cultivan en Texas. Es fácil de cultivar, productiva y se adapta bien tanto a huertos grandes como pequeños. La col crece mejor en climas fríos y necesita la mayor cantidad de luz solar que sea posible.

### Preparación del suelo

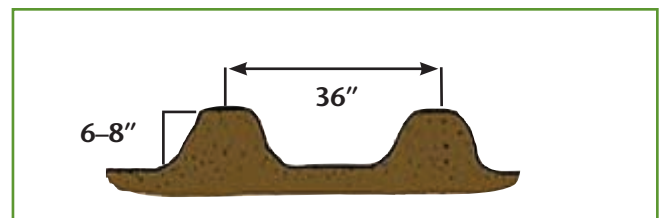
La col necesita un suelo profundo, bien preparado y con buen drenaje. Las raíces de una planta de col alcanzan fácilmente profundidades de dos pies o más. Haga un hueco lo más profundo posible o de al menos diez pulgadas. Esto aflojará el suelo, de manera que las pequeñas raíces

de alimentación pueden crecer más fácilmente.

Antes de sembrar, quite las rocas y ramas grandes del suelo; luego vuelva a cubrir el material orgánico en la superficie del suelo. Dé tiempo para que el material comience a descomponerse.

Si el suelo es principalmente arcilla o arena ligera, agregue materia orgánica. Una capa de cuatro pulgadas de compost es suficiente. Disperse el compost sobre el área que va a sembrar antes de cavar.

Justo antes de la siembra, disperse un fertilizante de jardín completo, como 10-10-10, en el área a sembrar. Utilice dos o



**Figura 1.** Haga hileras en el suelo de seis a ocho pulgadas de alto y con una separación de al menos 36 pulgadas.

tres libras por cada cien pies cuadrados, o una taza por cada diez pies de hilera. Use un rastrillo para introducir el fertilizante a una profundidad de tres o cuatro pulgadas en el suelo.

Haga hileras en el suelo de seis a ocho pulgadas de alto y con una separación de, al menos, 36 pulgadas (Fig. 1). Esto lleva el fertilizante debajo de la hilera, donde las plantas pueden alcanzarlo fácilmente. Los crestas también permiten que el agua se drene hacia afuera de las raíces de la planta.

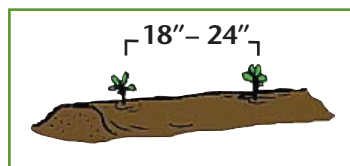
## Variedades

Las variedades de col aptas para su cultivo en Texas incluyen, 'Blue Max', 'Champion', 'Flash', 'Georgia LS', 'Georgia Southern', 'Top Bunch' y 'Vates'.

## Siembra

La col se puede desarrollar de trasplantes o de semillas sembradas directamente en el huerto. Los trasplantes generalmente se usan para los cultivos de primavera. Añaden entre cuatro y cinco semanas a la temporada de cultivo debido a que se pueden cultivar en interiores antes de que el clima sea lo suficientemente cálido como para sembrar las semillas en el exterior. Las semillas de col brotan cuando la temperatura del suelo alcanza los 45 °F.

Mueva los trasplantes al huerto apenas se pueda trabajar el suelo en la primavera. En la mayor parte de Texas, esto es en



**Figura 2.** Deje una separación de dieciocho pulgadas entre las plantas de coles.

febrero o marzo. Coloque las plantas en el suelo a casi la misma profundidad en la que fueron cultivadas en el interior. Deje una

separación entre sí de dieciocho a veinticuatro pulgadas en la hilera (Fig. 2). Riegue las plantas después de trasplantarlas.

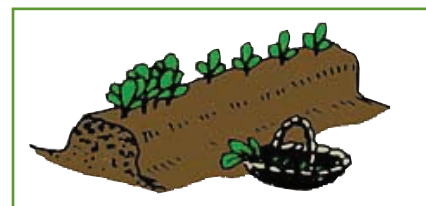
Cuando siembre semillas, haga un surco aproximadamente  $\frac{1}{2}$  pulgada en el centro del bancal. Esparza las semillas suavemente en el surco. Con un poco de práctica, podrá esparcir las semillas con golpes suaves con los dedos en el borde del paquete abierto de semillas. Una cucharadita de semillas servirá para sembrar treinta pies de la hilera.

Cubra las semillas con  $\frac{1}{4}$  pulgada de tierra o compost y luego rocíelas con agua. Las plantas aparecerán en un plazo de seis a doce días. Sin embargo, mientras más frío esté el suelo, más tiempo tardarán las semillas en brotar.




Para los cultivos de otoño, siembre las semillas en el huerto aproximadamente ochenta días antes de la época de heladas, que se extiende de agosto a septiembre en la mayoría de las áreas de Texas. Siembre muchas semillas y luego raléelas.

## Cuidados durante la temporada

Una vez que las plantas hayan brotado, déjelas crecer hasta que alcancen entre cuatro y seis pulgadas o se amontonen en la hilera. Luego ralee las plantas gradualmente hasta que quede una distancia de dieciocho pulgadas aproximadamente entre ellas. El amontonamiento hace que las hojas sean más pequeñas y menos verdes. Las plantas jóvenes pueden trasplantarse



**Figura 3.** Las plantas raleadas se pueden trasplantar en otro lugar o usarse para ensaladas.

Nombre y descripción	Control
 <p data-bbox="207 420 305 451"><b>Pulgón</b></p> <p data-bbox="414 220 706 472">Color verde, rosado, rojo, marrón; 1/8 pulgada de largo; cuerpo blando; debajo de las hojas; con frecuencia denominado "piojo de las plantas"; succiona los jugos de las plantas</p>	<p data-bbox="747 220 860 315">Piretrina y/o Rotenona</p>
 <p data-bbox="178 646 341 699"><b>Gusano falso medido</b></p> <p data-bbox="414 504 706 661">Oruga color verde claro, color blanco o amarillo pálido; tiene tres pares de patas falsas; se alimenta del follaje</p>	<p data-bbox="747 504 893 661"><i>Bacillus thuringiensis</i> (Dipel, Thuricide, Biotrol)</p>
 <p data-bbox="154 903 365 934"><b>Chinche arlequín</b></p> <p data-bbox="414 724 706 934">Color negro con marcas amarillas; hasta 3/8 pulgada de largo; succiona los jugos de la planta, lo que hace que la planta se marchite o las hojas se tornen de color marrón</p>	<p data-bbox="747 724 812 745">Sevin</p>

a otro lugar o usarse como verdura para ensaladas (Fig. 3).

## Fertilización

Disperse una taza de fertilizante de jardín junto a la planta por cada treinta pies de hilera, alrededor de una cucharada por planta. Esto se conoce como fertilización lateral. Mezcle ligeramente el fertilizante con la tierra y riegue.

Es posible que las plantas vuelvan a necesitar abonado lateral en un plazo de cuatro a seis semanas si se tornan pálidas y no se observan signos que el cambio sea causado por insectos.

Cuando las plantas se ralean para lograr el espaciado final o si adquieren un color verde pálido, agregue un poco más de fertilizante. Las coles necesitan mucho nitrógeno para desarrollar el color verde oscuro en las hojas.

## Riego

Riegue bien las plantas todas las semanas si no llueve.

## Maleza

Mantenga el huerto libre de maleza ya que roban el agua y los nutrientes a las plantas. Jale la maleza o quítela cuidadosamente con una azada para evitar daños en las raíces de la planta de col.

## Insectos

Hay muchos insecticidas disponibles en viveros para uso familiar. Sevin es un insecticida sintético; opciones orgánicas incluyen insecticidas a base de Bt y azufre. El azufre también tiene propiedades fungicidas y ayuda a controlar muchas enfermedades.

Antes de usar un pesticida, lea la etiqueta y siga las indicaciones y advertencias.

## Enfermedades

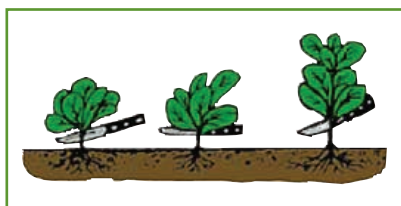
Las coles son propensas a algunas enfermedades. Si las plantas tienen manchas en las hojas, es posible que deba usar un fungicida. Revise las plantas todos los días y trátelas con un fungicida aprobado si aparecen enfermedades. Hay disponibles para su uso aceite de margosa, azufre y otros fungicidas. Siempre siga las indicaciones de la etiqueta.

## Cosecha

Las coles se pueden cosechar de dos maneras. En el caso de plantas pequeñas que necesitan ralearse, corte toda la planta alrededor de cuatro pulgadas sobre el suelo

(Fig. 4). Algunas veces volverán a brotar desde el lateral del tallo. Generalmente, solo se cosechan las hojas de las coles. Esto permite que la planta continúe creciendo y produciendo más hojas. En regiones templadas como el sur de Texas y las áreas costeras, las coles generan producción durante todo el invierno.

Las coles pueden soportar temperaturas de 20 °F o menos en algunos casos.



**Figura 4.** Para cosechar las coles, corte las plantas pequeñas al nivel del suelo o quite las hojas inferiores a medida que la planta crece.

Tienen un sabor más dulce después una helada leve.

## Preparación

Para evitar la pérdida de nutrientes, no cocine las coles en demasiada agua. El agente de Extensión de su condado puede brindarle más información sobre la cocción y preparación de las coles.

---

### Agradecimientos

Esta publicación es una revisión de versiones anteriores escritas por Jerry Parsons, Exprofesor y Horticultor de Extensión y Sam Cortner, Profesor Emérito y Exhorticultor de Extensión.

*Este material se desarrolló con fondos proporcionados por el Supplemental Nutrition Assistance Program (SNAP en inglés) del Departamento de Agricultura de los EE.UU.*

.....

La información proporcionada en este folleto tiene fines educativos únicamente. Las referencias a productos o nombres comerciales se hacen bajo el entendimiento de que no existe intención de discriminar y no implican su aprobación por parte del Texas A&M AgriLife Extension Service.

### Texas A&M AgriLife Extension Service

[AgriLifeExtension.tamu.edu](http://AgriLifeExtension.tamu.edu)

Más publicaciones de Extensión están disponibles en [AgriLifeBookstore.org](http://AgriLifeBookstore.org)

Los programas educativos de Texas A&M AgriLife Extension Service están disponibles para todas las personas, sin distinción de raza, color, sexo, religión, origen nacional, edad, discapacidad, información genética, o condición de veterano.

El Sistema Universitario Texas A&M, el Departamento de Agricultura de EE.UU. y las Cortes de Comisionados de Condado de Texas en Cooperación.

Producido por Texas A&M AgriLife Communications