

Cens “La Majadita”

Profesora: Alejandra Carrizo

Año 2

Producción Vegetal.

Horticultura

1) Leer el texto.

La horticultura es la **disciplina** que se ocupa del **cultivo de hortalizas** o plantas herbáceas y que generalmente son cultivadas en huertos para una vez alcanzado su estadio ideal poder ser consumidas crudas o siendo parte de una preparación culinaria. La extensión del cultivo de la hortaliza se debe a que es un producto muy rico en **nutrientes** y vitaminas y que como tal le aportan al organismo un gran valor nutricional. Cabe destacarse que dentro de las hortalizas no se incluye a las frutas ni a los cereales.

En tanto, son las huertas, aquellos terrenos de regadío, que están destinados fundamentalmente al cultivo de hortalizas. El riego resulta ser una pieza fundamental en este entramado dado que es el encargado de aportarle al cultivo el agua que necesita para desarrollarse y crecer conforme.

Básicamente, la actividad de la horticultura es integral porque se encargará de aplicar una técnica para cultivar plantas en huertos pero asimismo de introducir mejoramientos en las cosechas y en los abonos para de esta manera sumar en **calidad** y valor nutricional de las plantas cosechadas. Otra cuestión sobre la que debe hacer hincapié la horticultura es sobre las condiciones ambientales que pueden incidir directamente en los resultados obtenidos. En este sentido se echa mano de la **genética** como recurso esencial para desarrollar plantas que sinteticen moléculas que puedan oportunamente utilizarse en la lucha contra plagas y malezas, entre otras cuestiones.

En tanto, al individuo que se dedica profesionalmente a esta actividad se lo denomina como horticultor y su formación se lleva a cabo en una casa de estudios correspondiente al nivel terciario. En tanto, la salida laboral de estos profesionales

puede ser realmente amplia ya que pueden emplearse en el ámbito público o privado y desplegar sus conocimientos en la materia en diversas actividades tales como: cultivadores que se especializan en una especie determinada, inspeccionar cosechas, asistir como consejero a la hora de la producción de las cosechas, en investigación y asimismo enseñando acerca de la materia en alguna institución educativa.

2) ¿Defina que es la horticultura?

3) ¿A quién se denomina horticultor?

4) ¿Qué es son las huertas?

5) Leo y respondo.

Las hortalizas son aquellas verduras y demás plantaciones comestibles que se cultivan generalmente en huertas y que mayormente se las consume como alimentos, ya sea de manera cruda o bien cocinada.

Dentro del conjunto de las hortalizas, que, por supuesto es amplio, se incluyen como parte de el a las legumbres verdes, tales como las habas y los guisantes y las verduras, en tanto, se debe excluir de las mismas a las frutas y los cereales.

Las hortalizas se encuentran compuestas por diversos componentes como ser: agua (en un 80 %); glúcidos (serán variables según el tipo... grupo A presentan menos del 5 % de hidratos de carbono: acelga, apio, espinaca, berenjena, coliflor, lechuga, pimientos, entre otros), grupo B (contienen de un 5 a 10 % de hidratos de carbono: alcachofa, guisante, cebolla, nabo, puerro, zanahoria, remolacha) y grupo C (presenta más de un 10 % de hidratos de carbono: patata y mandioca); vitaminas y minerales (son ricas en las siguientes vitaminas y minerales, vitamina A, E, K, B y C, potasio, magnesio, calcio, sodio y hierro); sustancias volátiles (tal como la cebolla que contiene ese componente que nos produce lágrimas); lípidos y proteínas; bajo valor calórico (por esta cuestión es que las hortalizas deberían decir presentes en las dietas contra la obesidad) y fibra dietaria.

Por todos estos componentes que mencionábamos es que las hortalizas son un alimento recomendable para ser consumido con bastante frecuencia durante el día, siendo el ideal una ración en cada comida y de la forma más variada que se lo pueda hacer. Las hortalizas se ubican en el segundo piso de la pirámide de alimentos junto a las frutas.

Respecto de su conservación y almacenamiento es importante seguir algunos consejos que garantizarán su conservación si el consumo no se da inmediatamente: colocarlas en temperaturas bajas con alta humedad ambiental, evitar envases herméticos, usar bolsas agujereadas o con láminas de aluminio.

En tanto, antes de consumirlas todas las hortalizas deberán ser lavadas y cepilladas cuidadosamente más que nada porque muchas de ellas son regadas con aguas no potables que pueden propiciar el nacimiento de bacterias.

- 6) ¿Qué son las hortalizas?
- 7) ¿Cómo están compuestas?
- 8) Realizamos la pirámide de la alimentación y señalamos en que piso se encuentran.