

Recursos específicos para Oregon

Como analizar la tierra:

Oregon State University, *Soil Sampling for Home Gardens and Small Acreages*
<http://ir.library.oregonstate.edu/xmlui/bitstream/handle/1957/18696/ec628.pdf>

Oregon State University, *Laboratories Serving Oregon*
<http://ir.library.oregonstate.edu/xmlui/bitstream/handle/1957/20037/em8677.pdf>

Interpretación de resultados de análisis de tierras:

Para informarse sobre los riesgos para la salud, comuníquese con la División de Salud Pública de la OHA, al 1-877-290-6767.

Para informarse sobre el pH y la calidad de nutrientes y de las tierras, comuníquese con la oficina de extensión del condado.

<http://extension.oregonstate.edu/find-us>

Información sobre contaminantes comunes:

Washington State University, *Gardening on Lead and Arsenic Contaminated Soils*
www.ecy.wa.gov/programs/tcp/area_wide/AW/AppK_gardening_guide.pdf

Oregon State University, *Yesterdays Orchard, Today's Home: Legacy Pesticides on Former Orchard Property*
<http://extension.oregonstate.edu/catalog/pdf/ec/ec1513-e.pdf>

Oregon State University, *Evaluating and Reducing Lead Hazard in Gardens and Landscape*
<http://ir.library.oregonstate.edu/xmlui/bitstream/handle/1957/19844/ec1616-e.pdf?sequence=1>

Otros recursos para una jardinería sana en zonas urbanas:

Cornell, *Soil contaminants and best practices for healthy gardens*
Brownfields and Urban Gardening <http://www.gardenonbrownfields.org/p.aspx?tabid=26>

Environmental Protection Agency, *Brownfields and Urban Agriculture: Interim Guidelines for Safe Gardening Practices*. http://epa.gov/brownfields/urbanag/pdf/bf_urban_ag.pdf

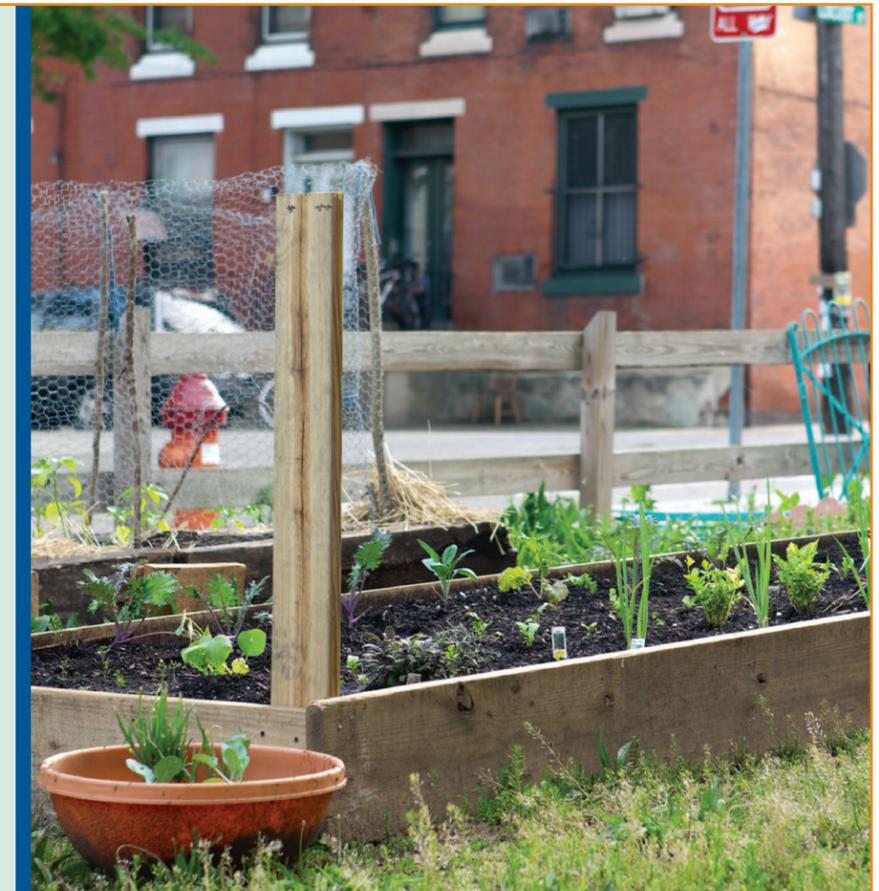
Environmental Protection Agency, *Reusing Potentially Contaminated Landscapes: Growing Gardens in Urban Soil that has been tested and is clean*
www.clu-in.org/download/misc/urban_gardening_fact_sheet.pdf



La presente hoja informativa ofrece consejos básicos para el cultivo de alimentos en áreas en las que la contaminación medioambiental podría ser motivo de preocupación. Aprenda cómo poder disfrutar de los beneficios de la jardinería para la salud protegiéndose, al mismo tiempo, contra los contaminantes que se hallan comúnmente en la tierra.

El cultivo de nuestros propios alimentos nos ofrece numerosos beneficios para la salud. Fomenta una dieta alimenticia sana y la actividad física. Asimismo, unifica comunidades, crea oportunidades de aprendizaje y transforma los terrenos abandonados y baldíos.

Sea usted agricultor urbano, jardinero los fines de semana, o se dedique al cultivo de plantas en la ventana de su apartamento, empiece al aprender sobre la tierra que utilizará. ¿Qué había allí antes? ¿Qué remanentes podría contener? Las respuestas a estas preguntas le ayudarán a decidir si analizar la tierra para descartar la presencia de contaminantes y el tipo de análisis a emplear.





Contaminantes comunes en la tierra:

Plomo y arsénico: Estos metales pesados comunes están presentes de forma natural. Por otra parte, puede encontrarse plomo en la tierra proveniente de pinturas antiguas (viviendas que fueron pintadas antes de 1978), emisiones de vehículos (cerca de las pistas) y en terrenos que se usaron plaguicidas (ex huertos). Los niveles de plomo y arsénico en la tierra pueden ser entre 10 y 1,000 veces mayores que los que se encuentran en las plantas que crecen en la tierra. Debido a eso, concéntrese en restringir su exposición a la tierra misma.

Plaguicidas: Éstos incluyen una variedad de productos que se utilizan en entornos residenciales y agrícolas. A manera de ejemplo tenemos los productos para matar la hierba mala, insecticidas, eliminadores de moho y mildiú, así como otras sustancias químicas que se emplean para controlar las plagas. Muchas de las zonas residenciales en Oregon fueron huertos o granjas en el pasado. El uso persistente de plaguicidas era una práctica común entre 1940 y 1970. Al informarse sobre el terreno de su huerto, sabrá si los plaguicidas de antaño son motivo de preocupación. El uso de técnicas integradas para el control de plagas (Integrated Pest Management o IPM) disminuye la necesidad de los plaguicidas.

Madera tratada y durmientes de ferrocarril: Ambos contienen sustancias químicas que impiden que se pudran y no deben colocarse cerca de los cultivos alimentarios. Con el tiempo, tales sustancias químicas pasan a la tierra. Considere eliminar este tipo de madera si está presente. Si no resulta práctico, plante sus cultivos a un pie (unos 30 cm), como mínimo, del borde de la madera.

Agua de barriles de agua de lluvia: Si emplea agua de lluvia recolectada del techo, tenga presente el material del que está fabricado el techo. Muchas de las tejas estándares para techo están hechas de asfalto y contienen en la actualidad pirorretardantes y sustancias resistentes al mildiú, además de productos petrolíferos. Esto podría ser inofensivo para su jardín de flores, pero no para su huerto ni su salud.

Prácticas sencillas de jardinería que todos debemos aplicar:

- Analice la tierra en base a la información que tenga sobre la tierra en la que sembrará. Traiga tierra limpia y use lechos alzados en las áreas cuyo nivel de contaminación no pueda corregirse de otra manera.
- Plante sus huertos a un pie (unos 30 cm), como mínimo, de la línea de goteo (“*drip line*”) de la vivienda o edificación, en la que el agua cae del techo. Esto conserva a los alimentos lejos de residuos potenciales provenientes de las tejas cuando llueva y donde pueda haberse pintado la vivienda o haberse raspado la pintura en el pasado. Asimismo, evite sembrar sus cultivos cerca de los postes de servicios públicos, pistas de alto tránsito y otras fuentes de contaminación potencial.
- Mejore la calidad de la tierra añadiendo enmiendas para suelos especiales para el cultivo de alimentos, tales como alimentos usados como abono, grama cortada y hojas que estén libres de plaguicidas y fertilizantes.
- Mantenga la tierra húmeda mientras trabaja en el jardín para evitar que el polvo y la tierra se acumulen en los cultivos. Utilice mangueras de irrigación por goteo (*soaker hoses*) o agua en la base de sus plantas para reducir al mínimo la cantidad de tierra que salpica a las plantas. Esto también ayuda a evitar las enfermedades en las plantas y ahorra agua.
- Antes de entrar a la vivienda, quítese los zapatos y limpie a su mascota para que no introduzca tierra a la vivienda.
- Lávese las manos con agua y jabón inmediatamente después de haber trabajado en el jardín, incluso si usó guantes.
- Lave los cultivos para quitarles la tierra. Las verduras como el brócoli y las de hojas comestibles deben remojar en agua unos cuantos minutos para eliminar las pequeñas cantidades de polvo y tierra que se esconden en las partes de acceso difícil. Con todos los demás cultivos, páseles una escobilla debajo del agua corriente antes de consumirlos.
- Cubra la tierra con mantillo (*mulch*), tela de jardinería, grama o plantas cubresuelos.
- Enséñeles a los niños a seguir las prácticas de jardinería sana.

