

**PARLAMENTO
ABIERTO**

La voz de la ciudadanía

REVISTAS ALDF

Para su consulta vía Internet ingresa a la página

www.aldf.gob.mx



TEXTO Y FOTO GABRIELA GUTIÉRREZ M.

ECHAR SEMILLA

La Sedema ofrece talleres de agricultura urbana el último fin de semana de cada mes en sus tres centros (Xochimilco, Iztapalapa y Ajusco), con duración de ocho a 10 horas y un costo de recuperación de 140 pesos. Para mayores informes: Tel. 5446-8120 y en educacionambiental@sedema.df.gob.mx

También la organización Cultiva Ciudad ofrece talleres y cursos en Huerto Tlatelolco, ubicado sobre Av. Reforma.

¿QUIERES RECUPERAR UN ESPACIO?

La Asamblea Legislativa de la Ciudad de México aprobó en febrero de 2017 la primera Ley de Huertos Urbanos, la cual pretende impulsar, junto a la Sedema, la Secretaría de Desarrollo Rural y Equidad para las Comunidades (Sederec) y la Secretaría del Desarrollo Social (Sedeso), la recuperación de espacios públicos en abandono y convertirlos, a iniciativa y colaboración de cada comunidad, en huertos urbanos.

El polvo de los edificios que colapsaron durante el terremoto de 1985 sumergió zonas de la Ciudad de México en una neblina con olor a muerte y gas. Tlatelolco, el moderno complejo habitacional concebido por el arquitecto Mario Pani como una pequeña ciudad dentro de la ciudad, no salió ileso.

El edificio Nuevo León de 15 pisos colapsó. Otros más resultaron severamente dañados, por lo que tuvieron que ser demolidos más tarde. Uno de ellos fue la Torre Oaxaca. Los 1 640 metros que ocupaba se convirtieron en un tiradero de basura. Hasta que hace cinco años llegó el Huerto Tlatelolco, de la organización Cultiva Ciudad, con apoyo de la delegación Cuauhtémoc.

Donde antes se encontraban, cubiertas de basura, las huellas de una de las tragedias más grandes de la historia de la Ciudad de México, hoy se cosechan jitomates, acelgas, lechugas, cilantro, una variedad de frutas y verduras orgánicas que se venden tanto a vecinos como a restaurantes de la zona.

“Los huertos urbanos son como puntos de acupuntura que tocas y el sistema empieza a cambiar: ayudan a regenerar el tejido social, a reconectar con la naturaleza y a la vez son una fuente de inspiración para recuperar la ciudad”, dice Gabriela Vargas, directora de Cultiva Ciudad.

Las posibilidades de fabricar un huerto urbano propio son tan bastas como la creatividad lo permita, así como los presupuestos con la finalidad de instalarlos, que pue-

den ir desde cero hasta los cientos de miles de pesos.

Las razones para que cada vez más personas decidan instalar un huerto urbano en sus hogares o colonias son: obtención de productos más saludables, al ser más frescos y no tener agroquímicos; ahorro del gasto familiar; incrementa las áreas verdes; y como terapia ocupacional.

Los efectos de las hortalizas urbanas van más allá de sus propiedades nutricionales o del ahorro en el bolsillo. Desde 1980, diferentes estudios científicos alrededor del mundo han comprobado que las personas que tienen contacto con la naturaleza gozan de mejor salud mental y física que quienes perciben su entorno como predominantemente gris.

Uno de estos estudios, conducido por la Facultad de Medicina, Cuidados y Ciencias de la Conducta de la Universidad de Deakin, en Australia, incluso comprobó que los niños y adolescentes con mayor con-

tacto con la naturaleza tienen menos probabilidades de sufrir depresión o ansiedad.

EL ABC

El primer paso para instalar un huerto urbano es realmente querer hacerlo —podría sonar obvio, pero no lo es—, de acuerdo con la especialista Carmen Hernández Zacarías, coordinadora del área de Difusión y Educación del Jardín Botánico de la UNAM: “Lo importante no es querer instalar un huerto en casa porque es tendencia, porque los demás lo hacen, sino porque realmente podemos sostener un compromiso para mantenerlo”.

Una vez con la decisión y el compromiso de lo que implica tener un huerto en casa, podrías dar el siguiente paso: ser responsable de uno en la colonia. Para esto lo más importante es el espacio, el cual debe contar con acceso a luz natural durante buena parte del día.

“Puede ser una ventana (si es interior), una pared exterior, un balcón o una azo-

Fecha 21-AGO-2017

Página 26-27 Sección *RELLER*

tea”, explica Enrique Ortiz, director de Educación Ambiental de la Secretaría de Medio Ambiente de la Ciudad de México (Sedema).

Este mismo espacio debe ser de fácil acceso para las personas a cargo del cuidado del huerto -de lo contrario, el riesgo de abandono aumenta considerablemente- y de acceso restringido para mascotas, agrega Ortiz Moreno.

Después, se deben seleccionar los productos a sembrar, de acuerdo con la disponibilidad de luz, agua y espacio. Un buen paso a fin de decidir estos es conocer el Calendario de Siembra, disponible en Internet en diferentes sitios -la Sedema publica una versión en su *Guía de huertos urbanos*.

Ortiz Moreno recomienda iniciar con hortalizas (acelga, betabel, brócoli, espi-

naca y zanahoria) o plantas aromáticas, que son más resistentes y cuyo tiempo de maduración es corto, como epazote, ruda, albahaca, orégano.

Con el propósito de conocer la profundidad adecuada para sembrar las semillas, Hernández Zacarías recomienda una medida de tres veces el tamaño de la semilla.

La tierra es otro aspecto relevante, pues debe ser rica en nutrientes. Se puede comprar con costos que van desde 10 pesos por kilo o se puede preparar la composta con residuos orgánicos de origen vegetal (desperdicios de fruta, verdura, café y té): “Una capa de residuos, otra de tierra y una tercera de hojarasca. Se deben mezclar de vez en cuando, en un recipiente con agujeros pequeños que permitan el proceso de descomposición, pero no de putrefacción”, dice Ortiz Moreno.

La siembra se puede realizar directamente en el suelo o en recipientes, como macetas, huacales forrados de yute o, incluso, botellas de PET. Lo único importante es que, si se realiza en un objeto, este cuente con perforaciones que permitan el libre drenado del agua excedente, así evitas que las raíces se pudran.

Por último, a fin de proteger el huerto, se pueden crear bioplaguicidas hechos a partir de ortiga, ajo, cebolla, chile o tabaco. Con esto, todo está listo para empezar la aventura del huerto a tu mesa... ¡y a la de tus vecinos! **CAMBIO**

COMPROMISO



LA ESCALERA DE LAURA
Laura Quintero
laura_quintero2003@yahoo.com.mx

En la Ciudad de México debemos asumir el compromiso que tenemos como seres humanos para respetar los derechos de las diferentes comunidades étnicas y pueblos indígenas del país que se encuentran asentados en esta capital, porque en lugar de respetarlas se les discrimina y se abusa de ellas, lo que limita su desarrollo. Y debemos aceptar que todos somos iguales.

cultural, mejorar la convivencia y reflexionar sobre nuestros valores como una ciudad donde conviven diversas razas y lenguas. Todos tenemos un compromiso con esas comunidades y lo menos que podemos hacer es respetar sus derechos y no discriminarlos”, comenta **Lescas Hernández**.

Realmente es lamentable que los padres no eduquen a sus hijos en el respeto por nuestras comunidades, aunque sea producto de nuestra ignorancia y falta de valores. ¿A poco no?

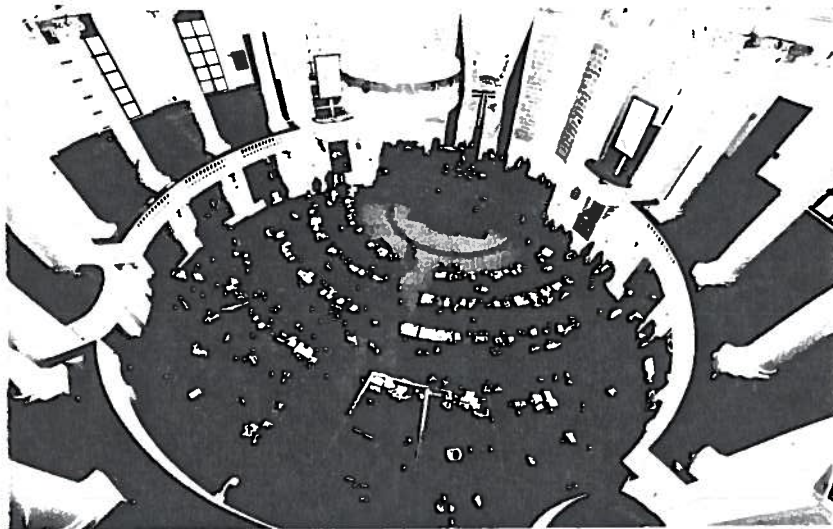
Datos de la Secretaría de Desarrollo Rural y Equidad para las Comunidades, indicó la diputada local, revelan que 700 mil indígenas en esta ciudad enfrentan cada día discriminación, abuso y pobreza, lo que hace necesario consolidar la cultura, tradiciones y defensa de los intereses de la población indígena, originaria o migrante”.

Oriunda de Xochimilco y presidenta de la Comisión Especial para la Preservación del Patrimonio Histórico y Cultural de la Ciudad de México, recordó que “la Declaración Universal de la UNESCO sobre la Diversidad Cultural impulsada en 2001 afirma que el respeto a la diversidad de las culturas, la tolerancia, el diálogo y la cooperación en un clima de confianza y de entendimiento mutuos son uno de los mejores garantes de la paz y la seguridad internacionales”.

Desafortunadamente, es algo que las mayorías desconocen: la tolerancia y la cooperación. Y que deben repensar, porque si ponen algo de su parte estarían ayudando al desarrollo de las comunidades indígenas, lo que dejaría de lado la pobreza en que viven. ¿No creen que es justo? ¡Por supuesto!

El bolso de Laura...

Y ahora le cuento que la Suprema Corte de Justicia de la Nación avaló la nueva Constitución y la nueva Ley Electoral con la nueva districación de 33 diputados de mayoría relativa y 33 de representación proporcional, con lo que desechó las impugnaciones de Morena y Nueva Alianza: quedó claro que no habrá sobrerepresentación... ❏



La avalaron.

“Casi 700 mil indígenas en esta ciudad enfrentan cada día discriminación, abuso y pobreza”.

La diputada **Eva Lescas Hernández**, del Partido Verde, dice que “México es realmente privilegiado al ser considerado como una nación con mayor diversidad cultural y contar dentro de su patrimonio con once familias lingüísticas, así como 68 agrupaciones de este tipo y 364 variantes, de acuerdo con la Comisión Nacional para el Desarrollo de los Pueblos Indígenas”.

Tiene razón la legisladora: somos un país multicultural que muchas naciones desearían... y no lo sabemos apreciar. No estamos acostumbrados a valorar y mucho menos a reconocer el orgullo con que las comunidades indígenas lucen sus atuendos. Muchas personas se burlan de ellas. Y, la verdad, es muy lamentable.

“Debe crearse mayor conciencia entre los capitalinos para comprender el valor de la diversidad