

Huertos Urbanos, arándanos y amor a la tierra.

Por Álbeto de Pablo García

Hace ya bastantes años que mi curiosidad por la horticultura me empujó a plantar media docena de lechugas en el pequeño huertito de la casa de Villanueva. Al ser la primera experiencia en estos asuntos, y al no poder estar pendiente de ellas todo lo que se merecían, unas se secaron, otras se alzaron, y en fin, apenas pude comerme unas pocas ensaladas con mi cosecha. Aún así, pude comprobar de primera mano que la tierra, mimándola, es agradecida casi siempre.

Analizando los problemas con las lechugas, localicé unos programadores a pilas y aprendí a montar un pequeño sistema de riego por goteo, no lo recuerdo bien pero sería alrededor del año 2000 (no había kits de riego para terrazas como ahora), y planté lechugas y además tomates, pudiendo disfrutar a partir de ese año de las mejores lechugas y tomates del mundo que son las que cultiva uno mismo.

Como la curiosidad seguía “picándome”, y siempre me pareció que tener un pequeño huerto en el pueblo, una vez superados los escollos iniciales, podría ser una actividad interesante, que me permitiría además ir a Villanueva con cierta frecuencia, limpié un huerto familiar y fui cada año haciendo cosas distintas, plantando otras hortalizas, sembrando patatas, judía verde, etc... hasta que descubrí los arándanos.

¿Pero, qué son los arándanos?

A algunos os sonarán unos pequeños frutos silvestres que hay en algunos rincones del monte, también en los montes de Villanueva, que les llaman anabias. Normalmente en estado silvestre sirven de alimento a los animales a principios del otoño. Pues bien, las anabias y los arándanos son lo mismo, si bien las plantas que se cultivan para producción son variedades especialmente desarrolladas para ello.



Tienen unas propiedades espectaculares, por algunos está considerada como la fruta del siglo XXI. Lo primero que hay que destacar es que está entre las frutas que tienen mayor poder antioxidante, ya que la antocianina, la enzima vegetal que les da su color morado característico, es el componente clave de sus características tanto antioxidantes como antiinflamatorias.

También son bactericidas, antisépticos y disolventes del ácido úrico. Alivian los trastornos del tubo digestivo, y son muy útiles en los casos de reuma y gota. Asimismo ayudan a la función hepática, siendo una de las mejores funciones el tratamiento de la diabetes. Protege el corazón, ya que el gran poder antioxidante se asocia con un aumento del DHL o colesterol bueno, lo que disminuye las posibilidades de sufrir una afección cardiaca. También aumentan la agudeza visual. Por si esto fuera poco, investigaciones recientes también les atribuyen propiedades anticancerígenas.



¿Por qué los arándanos?

Volviendo a mi experiencia personal, como todos los veranos paso unos días por Cantabria, me enteré que tanto allí como en Asturias llevan años cultivándolos, sustituyendo así en muchos casos la actividad ganadera por la agrícola, pues parece ser más rentable económicamente. Nuevamente la curiosidad llamó a mi puerta, y, después de documentarme con cierta profundidad, tomé la decisión de probar con 12 plantas de arándano, puesto que si las anabias se daban, quizás estas variedades modernas también.

Lo pude comprobar directamente, se dan bien, el clima es muy adecuado, y en la actualidad poseo una pequeña explotación de arándanos de casi 150 plantas, con las que tanto los de casa, como la familia, como muchos amigos, podemos disfrutar todos los años de esta excelente fruta. Los comemos en fresco, hacemos batidos, mermeladas y un montón de recetas de cocina, con lo que todo el año contamos con el bonito recuerdo y disfrutamos de lo que la tierra nos ha ofrecido en Villanueva.

Desde estas líneas me gustaría animar a todos aquellos que en algún momento han sentido, al igual que yo, curiosidad por estos temas, porque aporta conocimientos, contacto con la Naturaleza, relación social con otras personas del pueblo que también cultivan, nos obliga a “subir a Villanueva” de vez en cuando, desde el mes de abril hasta septiembre, y quién sabe, si alguno se atreve, puede ser una actividad económica interesante, que en los tiempos que corren, no es nada desdeñable.