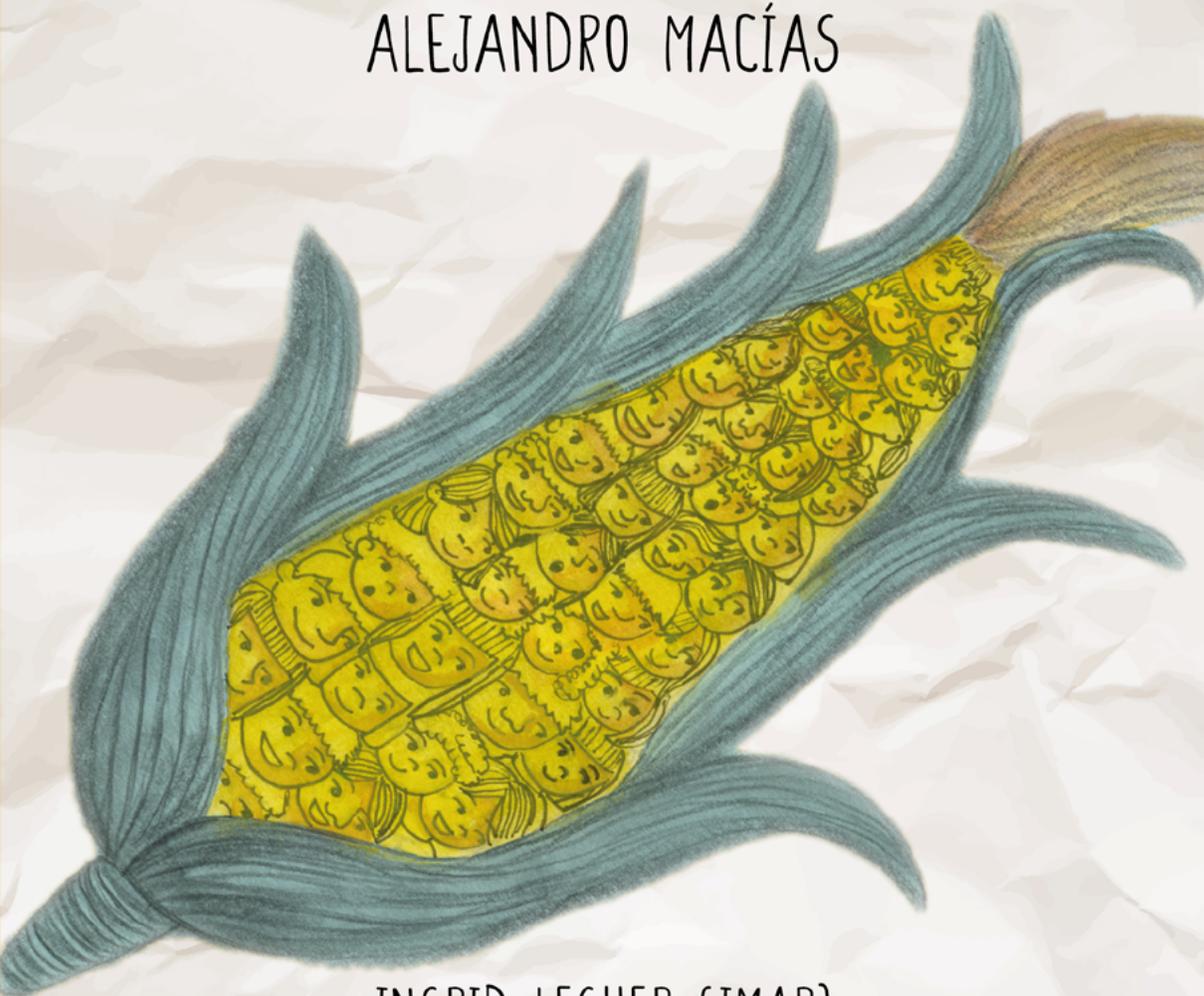


# EL HUERTO DE AIMARA

LIZETH SEVILLA  
ALEJANDRO MACÍAS



INGRID LEGUER (IMAR)  
ILUSTRADORA

Este libro forma parte del proyecto de investigación e incidencia Transición agroecológica en la agricultura de pequeña escala en tres regiones agrícolas de México (CONAH-CYT-PRONACES 319060). Constituye un esfuerzo por acercar los principios agroecológicos a las niñas consideradas el futuro de la Agroecología. Incluye distintos cuentos que reflejan la experiencia cotidiana de campesinas y campesinos con la madre tierra, así como las problemáticas a las que se enfrentan. Este libro refleja a través de sus cuentos, la preocupación de las niñas por el cuidado de la madre tierra y el acceso a alimentos sanos y saludables.

Esperamos que sea de provecho para acompañar las transiciones agroecológicas en nuestras comunidades.



**PUERTABIERTA**  
E D I T O R E S

Este libro es un producto del proyecto Transición Agroecológica en la Agricultura de Pequeña Escala en Tres Regiones Agrícolas de México (CONAHCyT-PRONACES 319060). Fue apoyado por el Consejo Nacional de Humanidades, Ciencia y Tecnología (CONAHCyT) en el año 2024.

"Este libro es de acceso abierto y público se prohíbe su venta"

# EL HUERTO DE AIMARA

Lizeth Sevilla  
Alejandro Macías

Ilustraciones  
Ingrid Leguer (Imar)



**CONAHCYT**  
CONSEJO NACIONAL DE HUMANIDADES  
CIENCIAS Y TECNOLOGÍAS



**PUERTABIERTA**  
EDITORES

**EL HUERTO DE AIMARA**  
Primera edición, 2024

© Lizeth Sevilla  
© Alejandro Macías  
© Ingrid Leguer (por las ilustraciones)

D.R © Puertabierta Editores, S. A. de C. V.  
Ma. del Refugio Morales No. 583,  
Col. El Porvenir, Colima, Col.  
Para México: [www.puertabierta.com.mx](http://www.puertabierta.com.mx)  
Para España: [www.puertabiertaeditores.com](http://www.puertabiertaeditores.com)

ISBN: 978-607-8961-71-9

Diseño editorial: Ana Martínez Alcaraz  
Impreso en México / Printed in Mexico

---

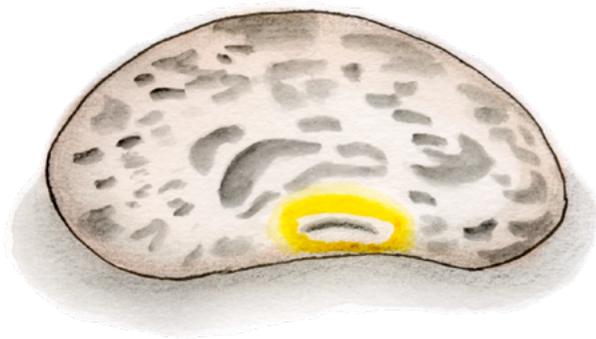
Todos los Derechos Reservados. Queda prohibida la reproducción total o parcial de esta obra por cualquier medio o procedimiento, comprendidos la reprografía y el tratamiento informático, la fotocopia o la grabación, sin la previa autorización por escrito de los editores.

---

## ÍNDICE

Las guardianas de semillas .....	6
¿Qué le gusta comer a la tierra? .....	14
Las compostas .....	14
¿Y si tenemos un huerto? .....	24
Las plantas medicinales en el huerto .....	42
La comunidad del huerto escolar .....	51

## LAS GUARDIANAS DE SEMILLAS



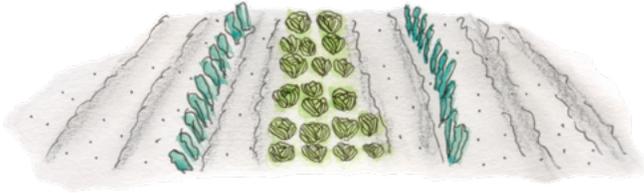


¿De dónde viene lo que comemos? ¿De dónde viene el jitomate?  
¿Por qué la papa es color arena? ¿Cómo tienen el color los alimentos?

Aimara despertó llena de asombrosas preguntas, ¿qué hace que los alimentos tengan el sabor que les caracteriza? ¿Por qué hay maíces de todos los colores? ¿Cómo se hacen las verduras, ahí abajo en la tierra?



Para resolver estas dudas, fue a buscar a sus abuelas, ellas siempre estaban en sus parcelas, con sus plantas, cantándole a las flores, ellas sabían de memoria los sabores que debía tener cada comida.



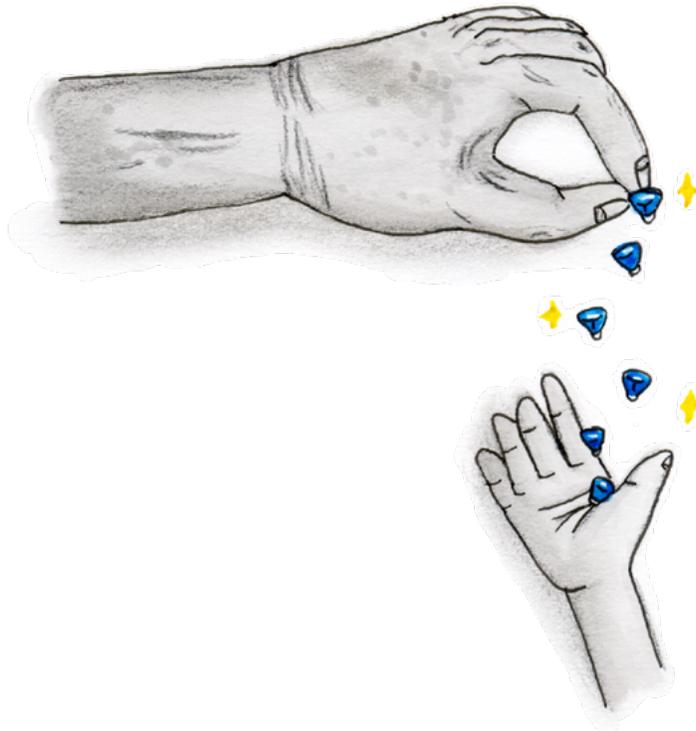
Las abuelas le contaron a Aimara, que cada pueblo tiene las semillas que necesita para alimentarse, o al menos eso sucedía antes. Proteger las semillas ayuda a proteger la forma en que nos alimentamos. Aimara las observaba con ojos de asombro. Entonces las abuelas creyeron que, si le contaban historias, ella podría comprender mejor.



Hace mucho tiempo, cuando éramos niñas, cuidábamos nuestras semillas junto con nuestra familia. Íbamos hacer milpa, es decir, sembrar en el cultivo de maíz otras semillas que le ayudarán, como frijol, calabaza, chile, tomate. Bueno, después de muchos meses y buena lluvia, aquella parcela verde llena de alimento fresco que aprovechábamos, se ponía color dorado y eso nos avisaba que podíamos cosechar, es decir, recolectar alimentos. Traíamos a la casa maíz, frijol, calabaza y además comenzábamos un ritual familiar en el que todos y todas sentadas sobre el suelo, comenzábamos a separar la semilla para el próximo ciclo.

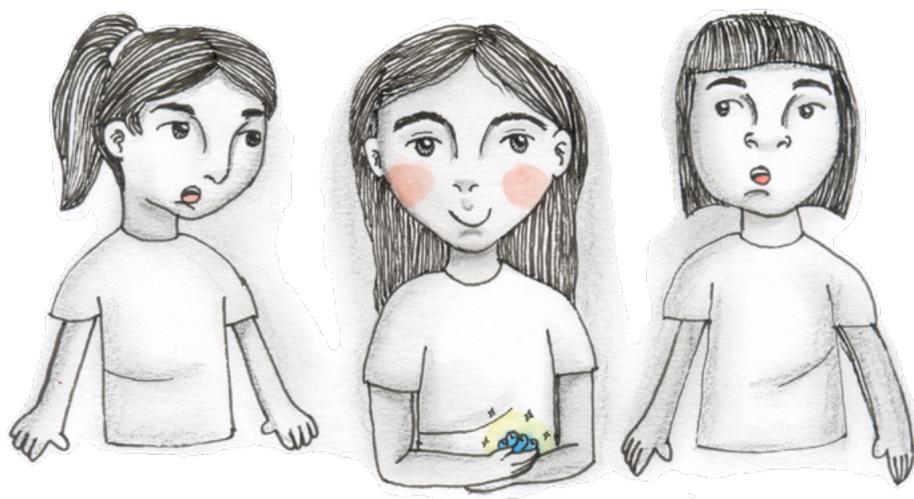


A mí me gustaba desgranar los maíces, los más grandes los íbamos poniendo en una canasta que se usa para cosechar. Lo mismo hacíamos con el frijol y la calabaza. Cuando teníamos la semilla seleccionada preparábamos las ollas de barro, aquéllas eran enormes, les íbamos poniendo en el fondo una capa de hojas de eucalipto y una capa de hoja santa, después una capa de granos de maíz, otra capa de hojas, otra de maíz, así poco a poco hasta llenar las ollas. Después continuábamos con el frijol y la calabaza. Las ollas se sellaban con manta y alrededor se les ponía un baño de cal con baba de nopal para sellar. Te preguntarás por qué usábamos hoja santa y eucalipto, bueno, ayuda a las semillas a no pudrirse, así como sellar las ollas con cal y baba de nopal, esas semillas aguantarán un año o más resguardadas en cuartos oscuros.



Cada pueblo tiene sus propios rituales para proteger las semillas, tiene sus guardianes y guardianas que cuidan que no se pierdan las semillas nativas. En nuestra familia sembramos el maíz que hemos venido cuidando desde hace más de cien años. Cuando tú quieras sembrar, primero tienes que aprender a cuidar las semillas, recibirás la herencia que nosotras hemos protegido y tendrás que protegerla también.

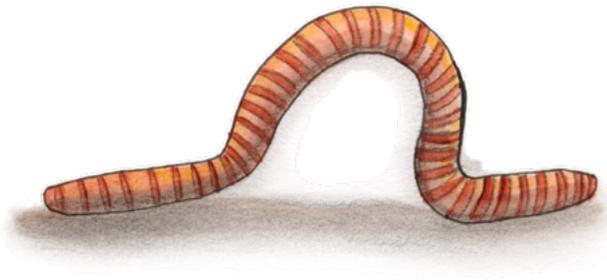
Cuando sembramos, lo hacemos para nosotras, para otros seres vivos y también debes dejar que algunos cultivos echen flor, de ahí vendrá la semilla que continuarás protegiendo. La planta te avisa cuando está lista para que recojas cada semilla y después la guardes.



Aimara llena de asombro, fue a compartir con sus amigas, juntas comenzaron a soñar con un espacio para sembrar y ser guardianas de semillas.

¿Cómo protegen las semillas en tu comunidad?

¿QUÉ LE GUSTA COMER A LA TIERRA?  
LAS COMPOSTAS





Una mañana Aimara se disponía a ayudar a sus abuelas a sembrar maíz. En el pueblo le llaman hacer “Milpa”, siembran maíz, frijol, calabaza, tomate, chile y flores. Aimara llegó a la casa y de ahí caminaron varios kilómetros hacia la parcela. Ahí tenían muchos árboles frutales. Mientras iban por un largo camino de pinos y magueyes, las abuelas le preguntaron a Aimara ¿Tú sabes cómo se siembra una semilla? Aimara supuso que no era nada del otro mundo, hacer un pequeño hoyo en la tierra, poner la semilla y listo, esperar que crezca. Cuando llegaron a la parcela, las abuelas le compartieron cómo ellas y otras campesinas hacían con la tierra antes de sembrar cualquier semilla.



“Cuando tú vas a salir a la escuela, desayunas lo suficiente para ayudar a tu cuerpo a crecer y estar sana, le ayudas a que tenga energía para que puedas jugar y aprender. Nosotras hacemos algo muy parecido con la tierra antes de pedirle que nos ayude a cuidar y hacer crecer las semillas que le ponemos para después alimentarnos con los alimentos que ahí nacen.”



Entonces, las abuelas acercaron a Aimara a un lugar mágico: El compostero. Ahí preparaban recetas deliciosas para nutrir la tierra. Aimara estaba asombrada ¿cuáles son los ingredientes que le pone a las recetas? ¿qué le gusta comer a la tierra? Las abuelas le hablaron de las diferentes compostas y fueron caminando para conocer cada una.



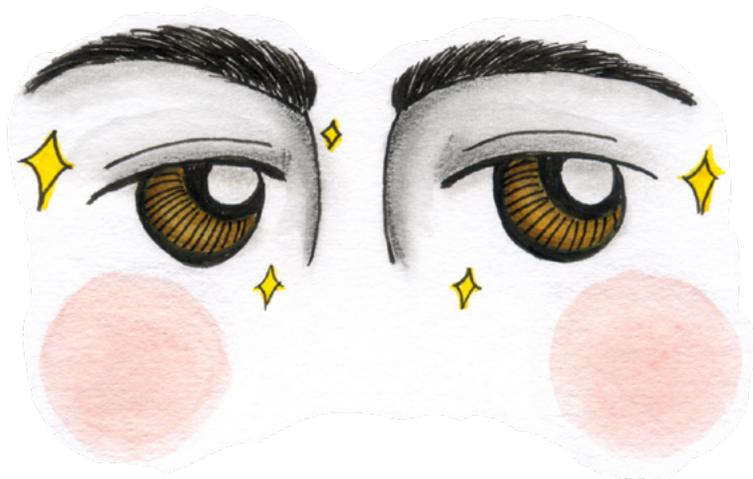
“Aquí tenemos un preparado que lleva hojas que caen de los árboles, ceniza de mi fogón y caca de vaca. Las mezclamos bien, humedeciendo un poco, dejamos que repose algunos días. Cuando está lista le vamos dando a la tierra, sobre todo donde vamos a sembrar. Lo ponemos un par de meses antes porque la tierra digiere despacito, este preparado se llama composta, hay varias compostas, es decir, varias recetas para la tierra.



Ella va incorporando cada nutriente muy lento. Otras veces nos ayudamos con otras amigas: las lombrices ¿las conoces? Bueno, a ellas las tengo aquí, en unas camas elevadas, les decimos así porque parecen camas, ellas viven aquí, les damos de comer a veces la caca de la vaca o del caballo, también puedes ponerle cascara de verduras o frutas. Las lombrices necesitan su tiempo para convertir todo este alimento en composta. Pero ¿sabías que también usamos los líquidos que se desprenden de las camas? Sí, almacenamos en botes los líquidos que vienen de la misma lombriz, de la tierra, de las cáscaras, todo junto hace un caldo, ese caldo lo ponemos en el agua que usamos para regar, ayuda mucho a los cultivos cuando están creciendo.



En la agroecología todo tiene tiempos Aimara, hay que aprender a respetarlos, antes de sembrar, hay que alimentar la tierra, cantarle, moverla, hay que bailarle, platicarle... al menos un mes o dos antes de comenzar a sembrar debes comenzar a nutrirla.



En los ojos de Aimara podía verse un universo lleno de preguntas, pero ella quería que las abuelas siguieran contándole, así, a través de las historias ella aprendía.



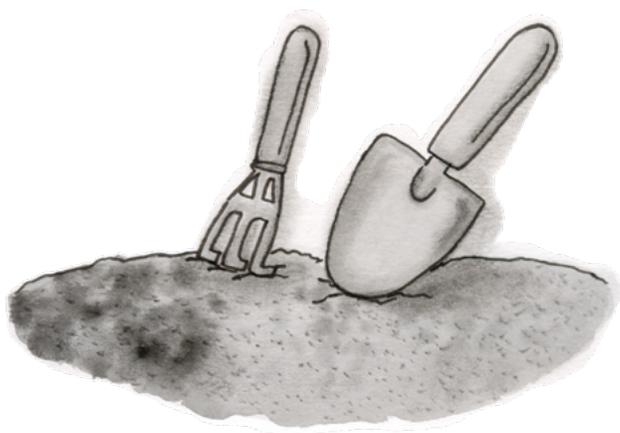
“Ahora voy a contarte lo que no le gusta a la tierra: se llaman agroquímicos, estas son sustancias peligrosas que diseñaron personas para acelerar los procesos naturales de la madre tierra y hacerla producir más, incluso cuando no le toca, hay tiempos para cada alimento, pero estas personas viven a prisa, le ponen estos venenos a la tierra, la lastiman, queman sus plantas las que son mal llamadas “yerba” o “maleza”.



—Abuelas, ¿cómo podemos ayudar?

—Hay cada día más personas que han entendido y están retornando a sus prácticas ancestrales, la de proteger la naturaleza, la de poner en primer lugar cómo nos relacionemos con la madre tierra, porque al lastimarla, nos lastimamos.

¿Y SI TENEMOS UN HUERTO?





Después de las historias narradas por las abuelas, Aimara pensó que sería buena idea tener un huerto, así podría ver crecer sus alimentos y cuidar las semillas, la tierra y el agua, que es tan importante para la vida.

—Abuelas ¿Cómo puedo empezar un huerto?

—Primero tienes saber que en cualquier lugar puedes iniciar tu huerto, el espacio es importante para que decidas cómo lo vas a planear. Ven, te enseñamos.

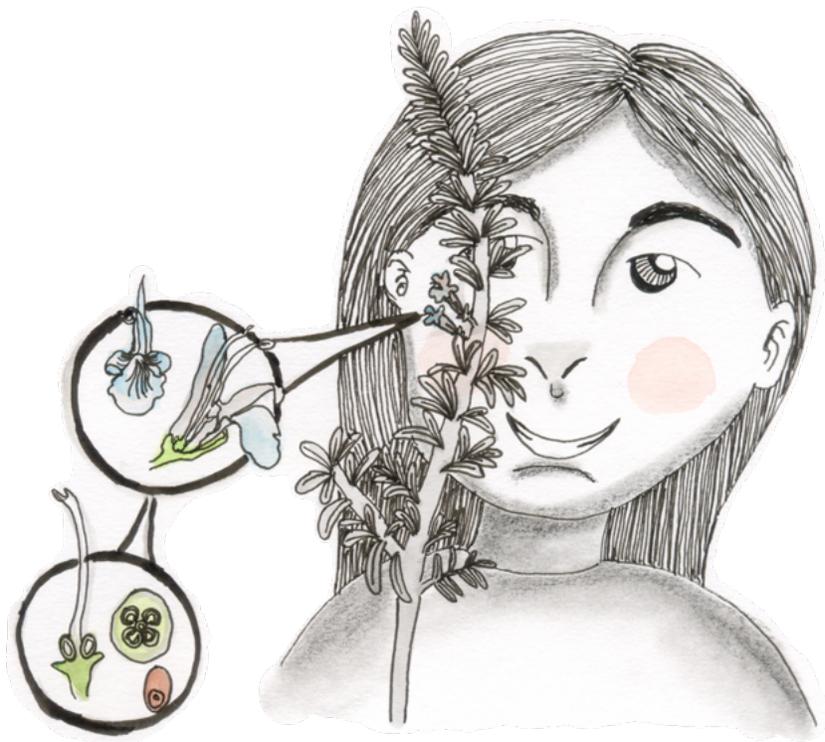


Las abuelas tenían varios espacios, una de ellas tenía su parcela, la otra un gran patio en su casa donde tenía un huerto, pero además tenían cultivos hasta en macetas y botellas de plástico.



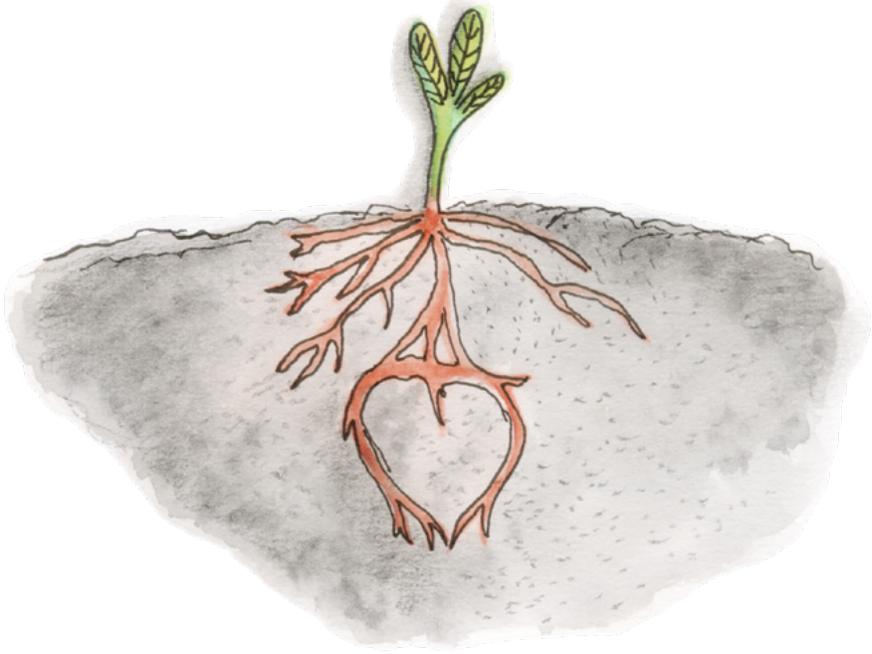
—Si tienes una parcela puedes pensar que en ese espacio hay posibilidad de tener varios huertos, árboles frutales, un lugar para que almacenes agua de lluvia, otro para tu composta y las plantas medicinales. Así tienes diversidad para ti, para otros seres vivos que seguro vendrán a visitarte— le compartieron las abuelas.

# Rosmarinus officinalis



## Romero

Aimara estaba asombrada, cuando ella pensaba en parcela, pronto le venían esas extensiones de tierra grandes, con un solo cultivo, llenas de agroquímicos..., abrir la posibilidad para otras formas de cultivo le emocionaba. ¿Por qué las abuelas sembraban tantos alimentos?



—Al sembrar tantas semillas diferentes se tiene variedad que contribuye con otros seres vivos; además, la diversidad ayuda a la tierra, la nutre también y nos ayuda a nosotras— le compartían.

—¡Asombroso!— se repetía Aimara



La parcela de la abuela era un espacio grande con muchos huertos, venían mariposas, abejas, ardillas, aves de todo tipo. ¡Un día encontró entre el surco a una tortuga de tierra que comía lechuga!

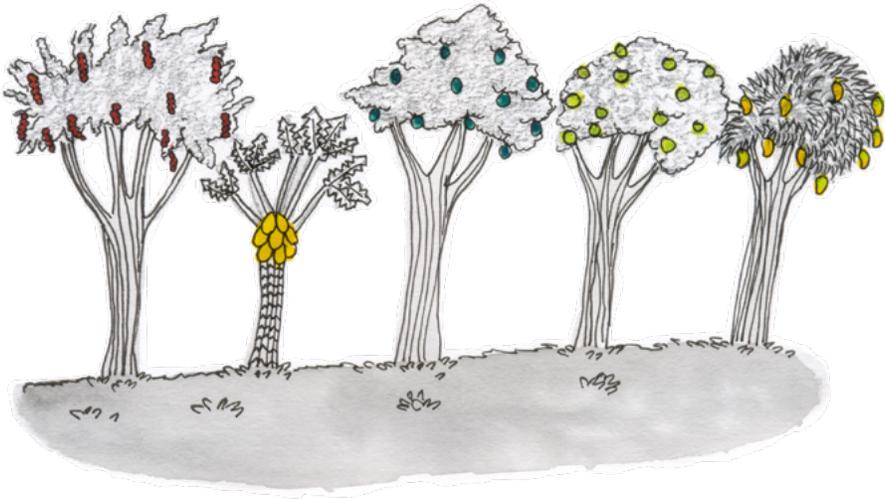


Después fueron a conocer el huerto que tenía la otra abuela en su casa, en su patio. Ahí también tenía árboles frutales. Aimara recordó un árbol de aguacate enorme, daba frutos más grandes que sus dos manos juntas, era un aguacate criollo. A la región le hizo mucho daño que vinieran tantos productores de aguacate a lastimar las sierras, introduciendo variedades que no son de la región, pero además, contaminando el agua, lastimando los bosques... han venido a la región muchas personas que no tienen respeto por la naturaleza y la lastiman con cultivos que no pertenecen a nuestra alimentación, forzan a la tierra a producir, contaminan el agua y poco a poco también lastiman a otros seres vivos que son desplazados de sus hogares por esta agricultura irresponsable.



—Cada espacio puede ser distribuido sabiamente para tener alimento y también poner flores, plantas medicinales, árboles. Ninguna planta es mala en el huerto, todas tienen una función importante para la naturaleza, así que todas las que nacen son cuidadas. El huerto te va a enseñar que debemos convivir con todos los seres vivos: cuando comiences a sembrar tanta variedad de alimentos, vendrán también a tu huerto aves, ardillas, abejas, ratoncitos, tuzas, hormigas. Debes recordar que sembramos para todas. ¿Soñamos tu huerto? —le dijeron las abuelas.

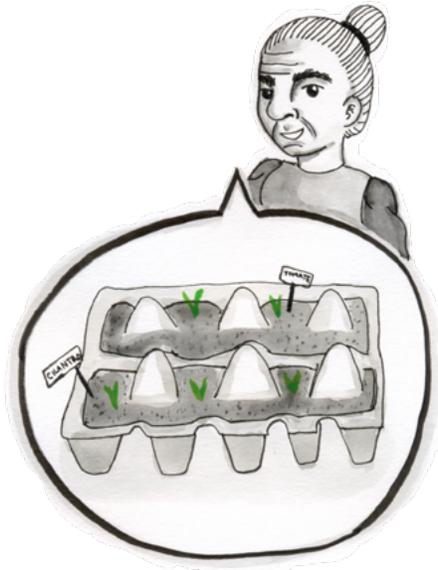
—Yo solamente tengo un patio en mi casa —Dijo Aimara



—Muy bien, podemos poner algunos arbolitos que te gusten, por ejemplo, un árbol de limón para tu limonada, un árbol de naranja, un papayo, un aguacate criollo, un guamúchil..., los que tú quieras y veamos que pueden crecer sanos en tu patio. Pero antes... ¿Recuerdas que primero alimentamos la tierra? El espacio que tengas debe ser nutrido con composta. Entonces, vas a colocar una capa de composta y con un rastrillo o escoba lo vas a esparcir. Dejarás que la composta repose un tiempo. ¿Recuerdas cuánto tiempo?

—Sí, de uno a dos meses. Pero en tanto pasan los dos meses ¿qué haré? —preguntó Aimara.

—Comenzarás a germinar tus semillas. Ve a buscar a la cocina un cono de huevo, de esos de cartón...



Aimara consiguió varios conos en los que su mamá almacena el huevo que dan las gallinas y las patas. — En cada cono vas a poner tierra, procura que esté un poco húmeda. Posteriormente a cada cono le darás un nombre. Este de aquí será de jitomate, este otro será zanahoria ¿qué más te gustaría germinar?

—Lechugas, betabel, cebolla, rábanos, también quiero comer fresas, las que venden en el mercado tienen agroquímicos... Abuela ¿qué significa germinar?

— Significa que ayudas a las semillas para que nazca su brote, su plantita, en un espacio que tú cuidarás hasta que la plantita sea lo suficientemente fuerte para que la puedas llevar al huerto. Empecemos.

Aimara y sus abuelas distribuyeron tierra húmeda en los conos de huevo, los acomodaron en un espacio del patio donde daba sombra y sol, después con ayuda de su dedo meñique, hicieron hoyitos en la tierra y comenzaron a poner las semillas, un tipo de semilla para cada cono. Con cuidado iban cubriendo de tierra el hoyito.

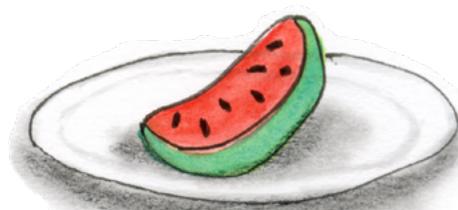
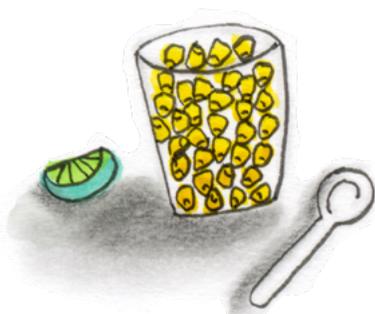
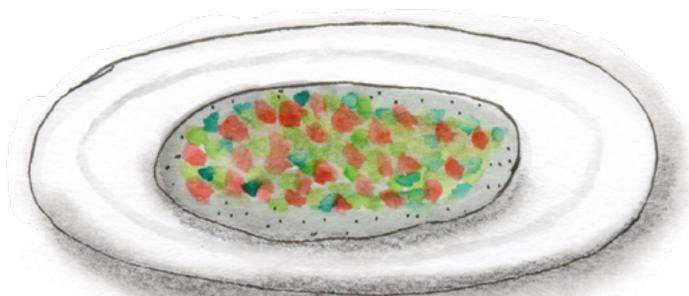


—Abuela, ¿cómo saber qué profundidad necesita la semilla?

—Cada semilla te dirá la profundidad que necesita, el maíz por ejemplo es grande, hay que hacer un hoyo grande. Pero la semilla de zanahoria es pequeña, entonces puedes guiarte por tu dedo meñique para hacer el hoyo. Es importante que sepas sobre el agua y las semillas.



Si abusamos del agua, podemos ahogar las semillas, entonces debemos ser cuidadosas, a más pequeña la semilla más cuidado al regar. Cuando ya van creciendo ya puedes aumentar la intensidad del riego.



—Abuela, una amiga de la escuela no sabe qué quiere sembrar, ¿cómo podemos ayudar?

—Cuando no sé qué sembrar, me gusta pensar en hacer huertos de mis comidas favoritas, entonces un día hice un huerto de chile de uña, que es una comida de mi pueblo que lleva zanahoria, jitomate, cebolla, cilantro, chile verde, jugo de limón, jugo de naranja, tomatillo... Tengo un pequeño huerto con los ingredientes del chile de uña... Puede ayudarte sembrar los ingredientes de las comidas que más te gustan.



Como las abuelas son guardianas de semillas, sacaron algunas de sus jarros de barro, le prestaron a Aimara para que comenzara su huerto, sabiendo Aimara que, cuando sus plantas nazcan, deberá dejar que una florezca y le dé semillas para poderlas regresar al semillero.



Lo que siguió fue que Aimara, en compañía de las abuelas fueron diseñando un pequeño huerto de un metro cuadrado, seleccionaron el espacio para cada semilla germinada, un espacio para poner flores, otro para poner hortalizas. Aimara pensó que además podría diseñar un huerto en forma de caracol, entonces las abuelas le ayudaron a trazar un caracol pequeño en la tierra, ahí ella quería sembrar plantas medicinales para ayudar a las abejas y también hacerse tecitos de vez en cuando.



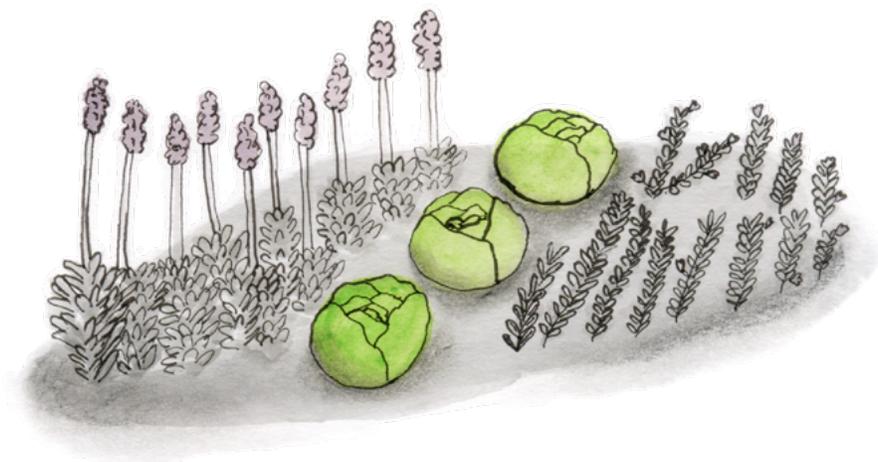
También decidió sembrar en botellas de refresco, las acomodó en la pared, ahí puso semillas de lechuga, cilantro, perejil, a eso se le llama huerto vertical, cuando utilizas una pared o un espacio para acomodar en escalera tus botellas. Fue muy divertido para Aimara. Lo que siguió fue cuidar todos los días su huerto, regarlo, procurar que le diera sol, hasta cosechar.

*Relación de semillas y cuánto tardan en germinar de acuerdo a las abuelas*

Semillas	Días que tardan en germinar
Zanahoria	
Rábano	5 a 10
Maíz	3 a 5
Col o repollo	5 a 9
Lechuga	7 a 10
Chile verde	12
Brócoli	4 a 8
Lentejas	3 a 5
Frijol	4 a 7
Calabaza de castilla	5 a 7
Cilantro	10
Árboles frutales	10 a 20

## LAS PLANTAS MEDICINALES EN EL HUERTO





Algunos espacios tienen alrededor de los huertos plantas medicinales, como el romero, la ruda, la albahaca o la falsa citronela. Para algunas familias es importante porque consideran que estas plantas, además de ayudarnos a curar algún malestar, también sanan y protegen el huerto.

Yerbabuena



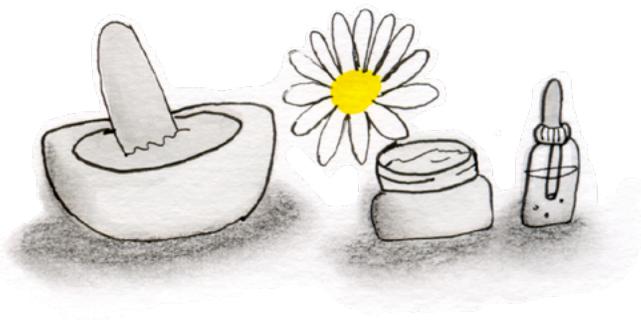
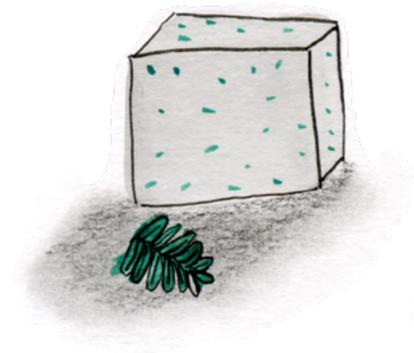
Manzanilla



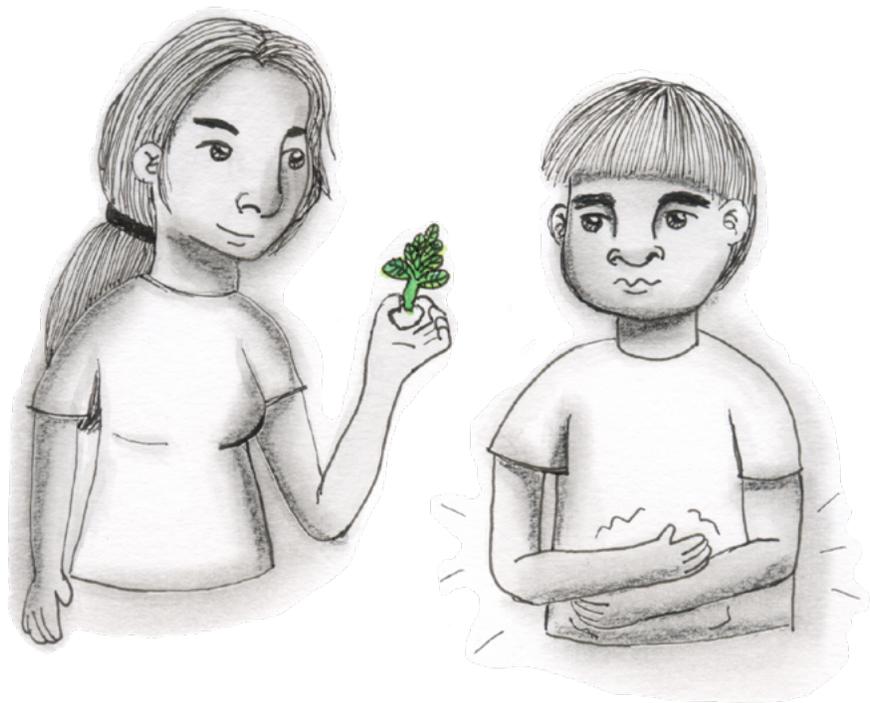
Clavo



Pero hay otras familias huerteras que deciden crear un espacio específico para las plantas medicinales, a este espacio le llaman farmacia viviente ¿habías escuchado al respecto? Estas plantas medicinales, ¿para quién son medicinales?



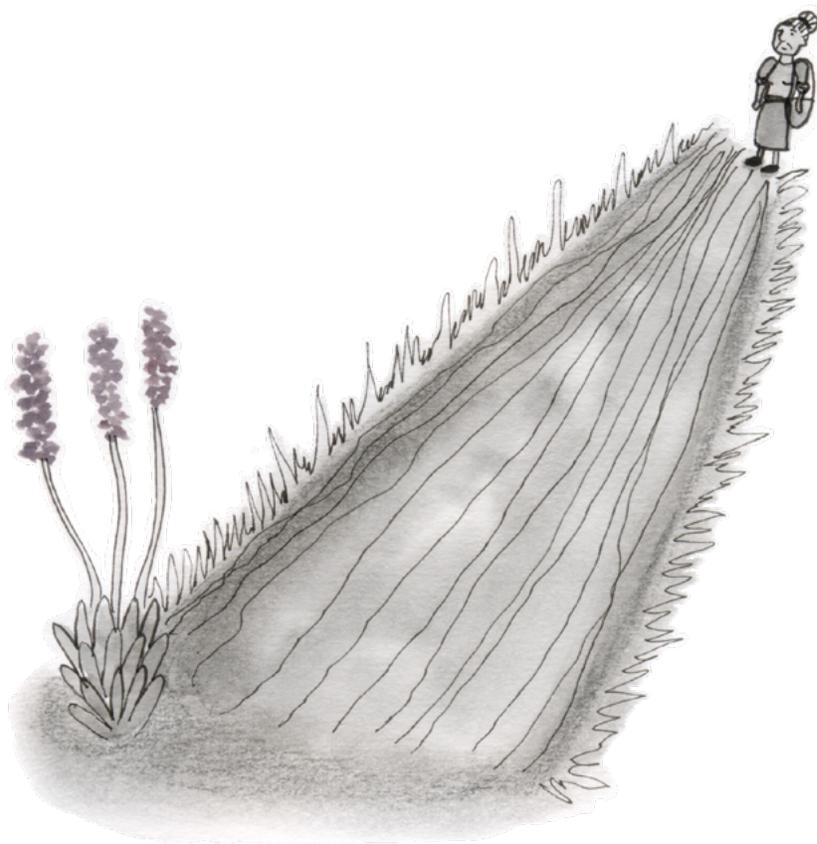
Bueno Aimara, para todas y todos, para las mismas plantas porque atraen abejas que polinizan y ayudan a que crezcan, para las mismas enfermedades de los cultivos o los árboles. Algunas plantas medicinales ayudan a que no lleguen enfermedades en los cultivos de jitomate o de calabaza. Pero estas plantas medicinales, sembradas en los espacios del huerto, nos permiten también crear otro tipo de productos que necesitamos para vivir día a día. Con el romero puedes hacer jabones para lavar tu cabello; también puedes hacer pomadas para dolores con la flor de caléndula o crema hidratante para el cuerpo hecha con yerbabuena.



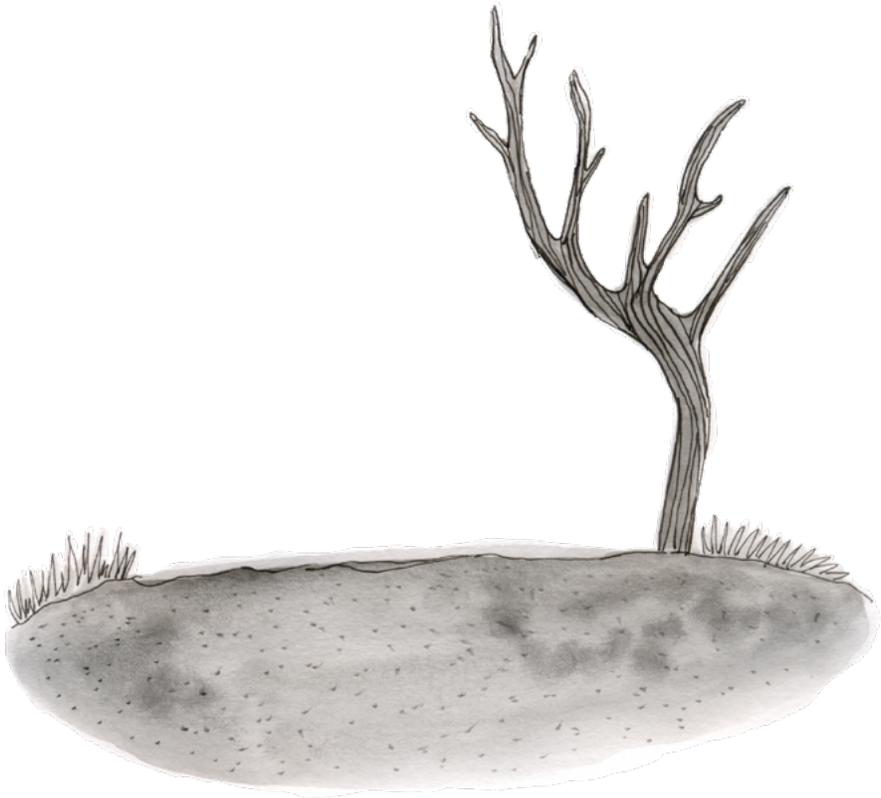
Algunas comunidades de mujeres se organizan y hacen medicina: para el dolor de panza, para los cólicos de las y los bebés, para cuando te sientes estresada. Entonces, a partir de las plantas elaboran gotas, pomadas, o infusiones que ayudan a muchas personas.



Debes saber Aimara, que cada pueblo tiene las plantas medicinales que necesita para curarse y tiene la responsabilidad de cuidarlas. Estas plantas crecen libres en los cerros y a veces también son amenazadas por cómo descuidamos la naturaleza.



En mi comunidad cada día tenemos que caminar varios kilómetros para conseguir gordolobo, una planta que nos ayuda con las molestias de la tos.



—¿Antes no caminabas tanto, abuela? —preguntó Aimara

—No, antes encontrábamos en todo el bosque la planta de gordolobo, pero nuestro bosque ha ido cambiando a causa de que no lo cuidamos, hacemos quemas de espacios y después se extienden por todo el bosque, quemando todo a su paso. También hay agricultura que lastima bosques, selvas, llanos... Hay personas que siembran para ellas mismas, que no piensan en las aves, en los venados y entonces usan agroquímicos que lastiman las plantas medicinales.



— ¿Qué podemos hacer? — Cuestionó Aimara

—Tenemos que organizarnos para proteger las plantas, los animales, las semillas, todo. Tenemos que volvernos guardianas de la naturaleza. Si observas que no hay casi pinos, puedes organizarte con tu familia para ir a plantar más. Si observas que un arroyo está tapado de basura y no pasa agua, podrías ayudar a limpiarlo y después hablar con tus vecinos y vecinas para que juntas protejamos al arroyo y a todos los bienes que nos presta la naturaleza. ¿Te gustaría que hagamos en tu huerto una farmacia viviente?

—Sí

Y tú ¿qué plantas medicinales conoces que puedas tener en tu farmacia viviente?

## LA COMUNIDAD DEL HUERTO ESCOLAR

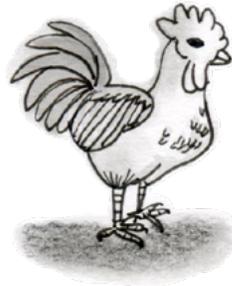
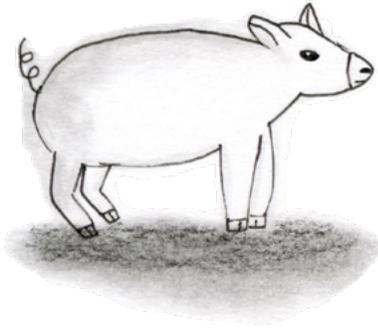
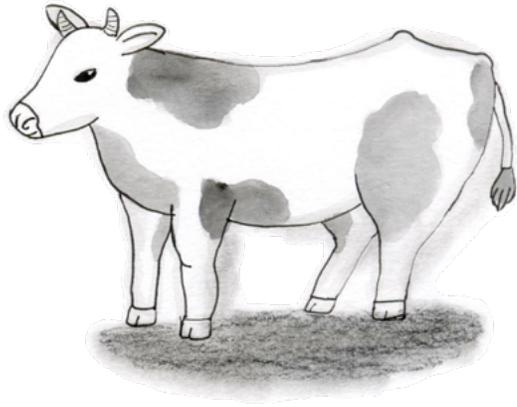




Aimara va a una escuelita en la Sierra del Tigre, en Jalisco. Ahí la escuela primaria comenzó a trabajar un huerto. Cada grupo de niños y niñas cuidan sus plantas de calabaza, acelga, jitomate, maíz. Los niños y las niñas plantaron árboles frutales y también tienen una farmacia viviente llena de ruda, romero, menta, albahaca, citronela...



Ellos y ellas reciben talleres todos los viernes en Pitenzin, Escuelita Agroecológica para niñas y niños. Ahí reflexionan, juntos y juntas, sobre la importancia de cuidar su bosque, de no usar agroquímicos a la hora de sembrar porque nos lastimamos y lastimamos a la naturaleza de la que formamos parte; de sembrar muchas variedades de plantas;



de tener, si se puede, vacas, cerdos, gallinas y otros animalitos que vivan felices y nos den alimentos sanos, así como materiales que después podamos usar para nutrir nuestras plantas. Y, en general, reflexionan sobre la riqueza que es estar cerca de nuestra Madre Tierra y la responsabilidad que tenemos de cuidarla.



A los niños y las niñas les gusta tomar sus talleres al aire libre, a veces en la escuela primaria, a veces en el bosque porque así pueden escuchar el canto de las aves, pueden observar y conocer nuevas plantas.

¿Te gustaría venir un día a Pitenzin, Escuelita Agroecológica para niños y niñas? A Aimara y a sus amigas y amigos les dará mucho gusto que les visites para poder compartir experiencias de cómo siembras en tu comunidad, cómo proteges la naturaleza y cómo ejerces tu derecho a tener una alimentación sana y libre de agrotóxicos.