

## 5 - FERTILIZAÇÃO ORGÂNICA



▪ **A fertilização orgânica deve ser priorizada para manter ou, se possível, melhorar a qualidade do solo em que faz crescer as suas culturas.**

São muitas as boas práticas que pode utilizar, sem ter de recorrer a “adubos de saco”, mesmo que alguns sejam permitidos em agricultura biológica:

- utilize **o composto** produzido com os resíduos da horta e da cozinha e os estrumes animais (bem curtidos previamente). Com a incorporação destes compostos orgânicos no solo também se melhora a sua estrutura e permeabilidade
- utilize **o empalhamento e a rotação das culturas(\*)**
- Aplique os **preparados à base de plantas(\*)** (chorumes, infusões)

(\*) consulte **Guia de Boas Práticas para a Agricultura Urbana em [www.lisboa.pt](http://www.lisboa.pt)** – Publicações Hortas Urbanas.

## 6 - HORÁRIO DE REGA



▪ **Regue no horário adequado**, evite desperdícios e regas excessivas.

▪ **Regue de manhã cedo** para evitar evaporação. Nesta altura do dia, quando a água, a terra e as plantas estão ainda frescas, é quando as culturas mais beneficiam da rega.

▪ Se não for possível deslocar-se à horta de manhã cedo, deve então optar por **regar ao fim da tarde**.

▪ **Tenha o cuidado de regar junto do pé das plantas.** Por exemplo, a maioria das hortícolas de Verão sofre com o aparecimento de fungos quando as suas folhas são molhadas.

▪ São ainda **mais vantajosas as regas abundantes e menos frequentes**, pois a água penetra em profundidade no solo, favorecendo o enraizamento das plantas, tornando-as mais fortes e produtivas.



### Rega Sustentável



**HORÁRIO PARA REGA DAS HORTAS**

6H00 às 11H00  
17H00 às 22H00



**HORÁRIO DE CAUDAL REDUZIDO**

11H00 às 17H00

# BOAS PRÁTICAS NAS HORTAS URBANAS DA CÂMARA MUNICIPAL DE LISBOA

## GESTÃO SUSTENTÁVEL DA ÁGUA NA REGA



**A Câmara de Lisboa implementou um sistema para a gestão da água no Parque Hortícola do Vale de Chelas, no âmbito do Projeto LIFE LUNGS. Este é um projeto co-financiado pela Câmara Municipal de Lisboa (CML) e a União Europeia no âmbito do programa LIFE.**

O aumento das temperaturas médias juntamente com a diminuição da pluviosidade, tem provocado uma diminuição drástica da disponibilidade de água potável.

Neste sentido é importante definir as práticas que permitem a utilização eficiente, racional e sustentável do recurso água na rega das hortas urbanas.

**Projeto co-financiado pela CML e UE no âmbito do Programa LIFE**



## 1 - PLANIFICAÇÃO DA HORTA

A planificação da horta é o primeiro exercício para evitar erros, que mais tarde poderão vir a dificultar o cultivo e o sucesso da produção.

- Verificar a **orientação solar dos canteiros ou linhas de cultivo**. Esta avaliação deve ser feita no Outono/Inverno pois, apesar das espécies que crescem nesta época serem menos exigentes em luz solar, o sol tem um percurso mais baixo e de menor duração. Assim, deve-se tentar ocupar, sempre que possível, as zonas mais soalheiras da horta.

- **Decidir onde plantar as culturas mais altas**, como por exemplo as ervilhas de trepar, para não causarem sombra às espécies mais baixas que crescerem por perto.

- Na Primavera/Verão a maioria das espécies, em particular as que produzem frutos, necessitam de maior exposição ao sol.

- **A instalação de sebes nas bordaduras do talhão** ou, no caso de áreas maiores, em talhões/canteiros próprios, deve ser feita logo no início da planificação, tendo em atenção o porte das plantas, considerando o ensombramento que possam vir a causar.



## 2 - USO DAS VARIEDADES TRADICIONAIS

As variedades tradicionais, também chamadas regionais ou de conservação, são parte do nosso património agrícola e devem ser preservadas e o seu cultivo incentivado.

- Estas variedades precisam de menos água para crescer e produzir, e são ainda, nalguns casos, mais nutritivas.

- **As variedades tradicionais portuguesas estão mais adaptadas ao clima e solos do nosso país** e isso reflete-se numa maior resistência a pragas e doenças.



Algumas variedades tradicionais de tomate, alface, alho, abóbora, cebolas e batata-doce.

## 3 - EMPALHAMENTO



**Empalhamento é a prática de cobrir o solo em volta das plantas, durante o tempo quente.**

Os materiais orgânicos que se podem usar são palhas, caruma, cortes de relva (sem resíduos de fertilizantes químicos), composto, cascas de pinheiro finas e areia do pinhal.

- As palhas devem ser, sempre que possível, de cereais. As que provêm das ervas espontâneas (fenos) contêm sementes que se propagam, e podem ser um problema.

- **O empalhamento ajuda a manter a terra fresca**, evita regas desnecessárias e favorece o enraizamento das plantas;

- **Diminui o crescimento de ervas espontâneas** e, assim, a frequência das sachas e mondas;

- **Contribui para estabilizar a vida microbiana nos solos e favorecer o habitat** de alguns auxiliares.

- **Melhora a estrutura dos solos**, que no caso das terras argilosas, ficam mais leves, mais fáceis de trabalhar e com maior capacidade de drenagem. Evita a formação de uma crosta à superfície da terra, a consequente abertura de rachas que irão contribuir para a secar as raízes.

- Em solos mais arenosos e pobres, onde a infiltração da água é maior, esta técnica contribui para minimizar a frequência das regas, tornando a terra mais rica e com maior capacidade de retenção de água.

## 4 - COMPOSTAGEM

A transformação dos resíduos vegetais produzidos na horta e na cozinha, pelo **processo de compostagem**, tem sido desde sempre incentivada junto dos utilizadores das hortas urbanas de Lisboa.

- Todos os resíduos que provêm das culturas, no fim da produção, assim como as ervas resultantes das mondas (salvo algumas exceções), devem ser colocadas no compostor.

- Para se obter um composto equilibrado deve juntar à pilha de resíduos orgânicos materiais secos como palhas e ervas secas, resultantes da limpeza de terrenos e jardins.

- Para manter a humidade e arejar deve revirar com uma forquilha a pilha de resíduos orgânicos

- **A compostagem permite obter um excelente fertilizante para aplicar nos seus canteiros e sebes**, sem quaisquer custos e com grandes benefícios.



Exemplo de compostor para a horta.

**Para obter um compostor aceder:**  
<https://lisboaacompostar.cm-lisboa.pt>

