



LA CONSUELDA RUSA

(*Symphytum x uplandicum*)

FUENTE DE FERTILIDAD



La consuelda rusa es una hierba perenne de la familia borraginácea, conocida desde hace 1.500 años como planta medicinal. También sirve como forraje animal, pero sobre todo, como abono y la mayor fuente de potasio no-químico ya conocido por agricultores y jardineros ecológicos.

Con raíces que penetran hasta 3 metros de profundidad, la consuelda rusa es una planta altamente eficaz en la recolección de minerales. Las raíces principales de la planta pueden llegar a tener un diámetro de 7cm en su base. Se morirán a los 4 años, pero son reemplazadas continuamente durante los 40 años de vida de la planta; ellas producen secreciones poderosas, y tienen pelos que hacen disponibles grandes cantidades de minerales a la planta. Un árbol con semejante sistema y profundidad de raíces, se gasta casi todos los minerales en el crecimiento de la madera, pero la consuelda rusa se guarda los mismos en sus hojas y tallos que crecen muy rápidamente.

La planta puede llegar a más de 1 metro de altura en flor, pero raramente se la deja alcanzar esa altura, porque ésta se siega con regularidad (hasta 5 o 6 veces al año, dando hasta 2,5 kilos de follaje cada vez), para forraje o para aumentar la fertilidad de la tierra. Se queda durmiente durante el invierno en zonas frías, pero vuelve a crecer con vigor en la primavera.

El valor de la consuelda rusa está en su notable análisis. Es tan bajo en fibra, que deja muy poco humus en el suelo y tiene que ser usada como estiércol vegetal, activador de compost, mulching o para hacer un extracto concentrado o purín, más que como un ingrediente del compost. No es un abono verde, es decir: no se puede enterrar la planta entera. Hay que cosechar el follaje por sus múltiples usos en la huerta/jardín, y crece año tras año, subiendo minerales del subsuelo.

El cultivo de consuelda rusa "Bocking 14" esta considerada como la mejor para la huerta/jardín porque empieza a crecer más temprano en el año, es la más rica en potasio y alantoína (un proliferador de las células), y es más resistente contra la única enfermedad que afecta a la consuelda, *Melampsorella symphyti*. Raramente se producen semillas (no es invasora, como otros tipos de consuelda), por eso se propaga por esquejes.

Comparado al análisis de estiércol de granja, el follaje marchitado de consuelda rusa tiene un 15% más de nitrógeno (**N**), la misma cantidad de fósforo (**P**) y un increíble 300% más de potasio (**K**).

También la hoja de consuelda tiene los alcaloides del alantoína (**estimulante de las células**), pyrrolizidine y symphocynoglossine, mucílago, choline, taninos, saponinas, asparragina, inulina, resinas, ácidos fenolicos (incluyen rosmarinic y caffeic) y (sobre materia seca) hasta un 34.6% de proteínas.

Los oligoelementos: Boro(**B**), Calcio(**Ca**), Cobalto(**Co**), Cobre(**Cu**), Cromo(**Cr**), Hierro(**Fe**), Magnesio (**Mg**), Manganeso(**Mn**), Molibdeno(**Mo**), Sodio(**Na**), Azufre(**S**), y Zinc (**ZN**).

Las vitaminas A, B1, B2, B3, B5, B6, B12 (la única fuente vegetal conocida de B12), C, y E.

Además tiene fitohormonas y una relación carbono/nitrógeno de 9,8/1.

¿Cómo se emplea la consuelda rusa?

Abono líquido:

Eso es probablemente la manera más popular de utilizar la consuelda. Es fácil y eficiente, porque no hay pérdida de minerales con la lixiviación. También, los minerales están inmediatamente disponibles para las plantas abonadas. Como el abono es de origen vegetal todas las moléculas son seleccionadas por las raíces de la planta de origen que facilitan la absorción fácil por el cultivo abonado. Se emplea como abono foliar o puede aplicarse con el riego.

Hay dos métodos para usar la consuelda en el abono líquido:

1) Purín de la Consuelda: Poner el follaje y el agua en un recipiente (barril de madera, plástico alimentario, barro o cerámica) y dejar que la mezcla esté en reposo durante 4 o 5 semanas. El resultado es un purín de

consuelda, listo para utilizar, que se puede regar directamente sobre las plantas. Unos 7 Kg. de consuelda en 100 litros de agua es una proporción correcta.

Este método es bueno si se desea solamente una cantidad pequeña de purín de consuelda en cualquier momento. El purín es algo maloliente y no se almacena bien¹. Es también muy voluminoso y ocupa mucho espacio en cantidades grandes.

2) Concentrado de la Consuelda: Esto se hace apilando el follaje solamente, en un envase con un pequeño agujero en su base, preferiblemente con un peso que apriete el follaje. Después de 2 o 3 semanas la consuelda se descompone en un líquido marrón que sale por el agujero (durante una semana o más), y se recoge en otro recipiente debajo del agujero. Este concentrado se diluye de 20:1 a 10:1, dependiendo de las necesidades del cultivo, o a un 5% en aplicación foliar.

Patoje o mulching:

Como mulching superficial, alrededor de las plantas y arbustos frutales con una capa de 5cm de hojas de la consuelda rusa que rende lentamente sus alimentos a los cultivos. Especialmente útil para las cosechas que necesitan el **potasio** adicional. También una capa de consuelda rusa en el surco o zanja de las patatas, con unos centímetros de tierra encima (para que las patatas de semilla no estén en contacto con la consuelda) alimenta perfectamente la cosecha sin necesidad de ningún otro abono o fertilizante. Según pruebas dirigidas por el H.D.R.A. (Reino unido), las patatas abonadas con 2 kilos por metro de zanja de la consuelda, rende casi un 20% más que las patatas abonadas con el estiércol.

ACTIVADOR DEL COMPOST VEGETAL:

Incluye capas de consuelda rusa en el montón de compost vegetal para animar la actividad bacteriana, ayudar a calentar el montón y añadir nutrientes y minerales. También se puede regar el montón con el purín diluido a 10:1 para obtener un efecto similar.

COMPOST INSTANTÁNEO:

Enterrar el follaje cosechado, para aportar sus nutrientes al suelo.

MEZCLA DE MACETAS Y SEMILLEROS:

Puedes hacer un buen sustrato de uso múltiple, mezclando hojas de árboles y las de la consuelda en un cubo de basura o saco de plástico, y dejando entre 2-5 meses, comprobando que no se reseca ni está demasiado mojado. Añadir un poco de cal para aumentar el pH si es necesario.

Atrayente de insectos beneficios:

Las flores de la consuelda son atrayentes de los abejorros y abejas que ayudan a polinizar los cultivos.

CONSEJOS DEL CULTIVO

PLANTAR LOS ESQUEJES EN SU SITIO PERMANENTE A 5cm DE PROFUNDIDAD, Y A 60-100cm ENTRE PLANTAS. ALIMENTAR CON ESTIERCOL U OTRO ABONO NITROGENADO. REGAR CON FRECUENCIA HASTA QUE ESTÉ BIEN ARRAIGADA. NO SE DEBE COSECHAR EN SU PRIMERA ESTACIÓN, MIENTRAS QUE SE ESTABLECE LA PLANTA CON FUERZA. CUALQUIER TALLO FLORECIENTE DEBE SER CORTADO, PUES ÉSTOS DEBILITARÁN LAS PLANTAS EN SU PRIMER AÑO DE VIDA. COMO PERMANECE DURMIENTE DURANTE EL INVIERNO, NO ES RECOMENDABLE COSECHARLA DESPUÉS DEL OTOÑO TEMPRANO, PARA PERMITIR QUE LAS PLANTAS ACUMULEN RESERVAS PARA EL INVIERNO. UNA VEZ ESTABLECIDA, COSECHAR LAS HOJAS Y TALLOS CUANDO LLEGA A 50cm DE ALTURA (5 A 6 VECES AL AÑO) CORTÁNDOLA A 5cm DEL SUELO. LA PLANTA, ES PERENNE Y VIVE HASTA 40 AÑOS.

Hacienda del Carrizal, Siles 23380, Jaen
consuelda@haciendadelcarrizal.com
650216431

¹ Para evitar este mal olor, recomendamos el libro "Plantas para curar plantas" editado por la "Fertilidad de la Tierra", con interesantes explicaciones de cómo elaborar y almacenar correctamente el purín.