

Los melones, un regalo del verano

► Texto y fotografías: Josep Roselló i Oltra

Con la llegada de las temperaturas adecuadas a cada lugar, en los huertos ecológicos ya estarán sembrados los deliciosos melones y llega el momento de otros cuidados. Un experto en su cultivo nos habla de las peculiaridades según sea en secano o en regadío, de las variedades a elegir y de por qué son importantes las variedades locales. Una fruta que tradicionalmente se ha cultivado en la costa levantina (luz y calor) y también en el interior, requiere menos agua de la que pensamos y, si aprendemos a elegirlo bien -tanto en la mata como en la tienda-, lo disfrutaremos plenamente

El melón es una fruta que encierra en su interior una larga historia, empezando por sus orígenes, ya que no se sabe con certeza su lugar de procedencia, al menos no existe un criterio compartido en lo referente al origen del melón. La mayoría de los autores acepta su origen africano, si bien otros consideran la India como el centro de domesticación de la especie, ya que es donde mayor variabilidad se encuentra para la misma. Afganistán y China son considerados centros secundarios de diversificación del melón y también España, donde la diversidad genética existente es muy importante. Lo que sí está perfectamente documentado es el gran desarrollo que experimentó su cultivo y la gran aceptación que siempre tuvo entre egipcios, griegos y romanos, que conocían e igualmente alababan las virtudes de este refrescante fruto. A España parece que llegó más tarde gracias a los árabes, extendiéndose después al resto de Europa y América.

La planta

El melón tiene por nombre científico *Cucumis melo* L, pertenece a la familia botánica de las *Cucurbitaceae*, familia botánica típica de países cálidos, de gran importancia por sus frutos comestibles de gran cultivo y muy apreciados. Es una planta anual, de carácter herbáceo, con porte rastrero o trepador, con abundantes raíces, muy ramificadas y de rápido desarrollo. El tallo principal está recubierto de formaciones pilosas, y presenta nudos en los que se desarrollan hojas, zarcillos y flores, brotando nuevos tallos de las axilas de las hojas.

Las hojas son de limbo redondeado, reniforme o pentagonal, dividido en 3-7 lóbulos con los márgenes dentados. Las hojas también son vellosas por el envés.

Las flores son solitarias, de color amarillo, y pueden ser masculinas, femeninas o hermafroditas. Las masculinas suelen aparecer en primer lugar sobre los entrenudos más bajos, mientras que las femeninas y hermafro-



.....
La polinización de las flores del melón la realizan los insectos, por eso se llama entomófila

ditas aparecen más tarde en las ramificaciones de segunda y tercera generación, aunque siempre junto a las masculinas.

La polinización de las flores la realizan los insectos, por tanto es entomófila. El fruto -el melón- puede ser redondo, elíptico, ovalado, etc; de corteza verde, amarilla, anaranjada, blanca, etc., con una superficie lisa, reticulada o estriada. Por dentro, la pulpa o carne puede ser blanca, amarilla, cremosa, anaranjada, asalmonada o verdosa. La placenta contiene las semillas y puede ser seca, gelatinosa o acuosa, en función de su consistencia.

Clima y tierra

El melón es planta que requiere calor. Las heladas, por leves que sean, destruyen la planta, por lo que esperaremos a sembrarlos cuando la tierra alcanza los 15 °C. El crecimiento de la planta es óptimo entre 18 y 24 °C. Para que se de una buena polinización, la temperatura no



debe descender de los 18 °C, y para la maduración son adecuados de 25 a 30 °C. Todo ello nos lleva a zonas de primavera cálidas y veranos soleados. Sin embargo, hay que saber que temperaturas excesivamente altas (por encima de 35-40 °C) pueden producir alteraciones en la calidad de la fruta e incluso quemaduras.

La iluminación es muy importante porque favorece el crecimiento de la planta, por ello lo situaremos en los lugares más soleados del huerto.

El melón es planta que resiste la sequía. Necesita agua, como todas las plantas, pero con moderación, por eso podemos cultivarlo en secanos frescos, bien labrados para conservar la humedad. En estas zonas la cosecha alcanza una gran calidad. Además, un exceso de humedad es perjudicial tanto si es en la tierra (no le van bien la tierras con aguas estancadas) como en la parte aérea, ya que aparecen enfermedades que afectan a la calidad y a la producción.

Respecto de los suelos, el melón no es muy exigente, aunque prefiere los ricos, profundos, aireados y bien provistos de materia orgánica. Es una especie de moderada tolerancia a la salinidad, tanto de la tierra (CE de 2,2 dS.m-1) como del agua de riego (CE de 1,5 dS.m-1).

Por su lugar en la rotación de cultivos son precedentes favorables: los ajos, la cebolla, las coles y las lechugas, así como las leguminosas de grano; son precedentes no aconsejados otras cucurbitáceas y las solanáceas. Sería conveniente un abono verde como precedente porque anima la vida de la tierra, de todos modos hay

que realizar una importante aportación de estiércol o compost.

Su cultivo en tierras de secano

El cultivo en secano, tradicionalmente requiere preparar la tierra, abriendo un hoyo cada 2,5 o 3m, depositando un capazo de estiércol (unos 10kg) bien descompuesto, se cubre con la tierra extraída, se siembra y se riega.

Esta práctica coincide con la cita de los hermanos Bou-telou, jardineros mayores del sitio de Buen Retiro, Jardín Botánico y Aranjuez, que en su *Tratado de la huerta*, publicado en Madrid en 1801, dicen: “*Los melonares se deben colocar en terrenos de fondo y sustanciosos, muy cavados y desterronados (...) Se abre para dicho efecto (sembrar las pipas) un hoyo de un pie de diámetro, y lo mismo de profundidad (...) cada hoyo se beneficia con una tanda de estiércol o mantillo, incorporándolo bien con la demás tierra que se sacó del hoyo, la que debe desmenuzarse para que vaya suelta...*”

Normalmente se siembran de 6 a 10 semillas por golpe, después se aclara dejando un par de plantas por hoyo. Si el secano es fresco la separación entre golpes puede ser menor, obteniendo una mayor densidad de plantas.

Es frecuente realizar una pregerminación de las semillas, con un procedimiento básicamente igual al que nos describen los hermanos Boutelou: “*(...) Tenemos la práctica en este país de echar agua en un puchero antes de la siembra, y en ella las pipas: de esta manera las vanas,*

El melón requiere calor, debemos situarlo en el lugar más soleado del huerto



Una vez separado de la planta, no aumenta su contenido en azúcar, por eso es importante cosecharlo en su punto de madurez

Una fruta antioxidante

Estamos ante una fruta jugosa, muy agradable y refrescante. Un buen melón maduro es puro jugo (90-95% de su peso), con poco aporte calórico y un 6% de **hidratos de carbono** de absorción rápida (glucosa, fructosa y sacarosa). Apenas contiene grasas y destaca su elevado contenido en **betacaroteno**, precursor de la vitamina A, de acción antioxidante, responsable a su vez del color anaranjado de la pulpa de algunas de las variedades.

Además contiene **vitamina C**, de acción igualmente antioxidante e importante para el buen funcionamiento del sistema inmunológico; ácido fólico, necesario para las mujeres embarazadas, y vitaminas del grupo B (ácido pantoténico). En cuanto a su contenido mineral, destaca la presencia de potasio, magnesio, calcio y, en menor proporción, hierro, fósforo y sodio.

El melón es un alimento muy aconsejable si no queremos ganar sobrepeso y en casos de hipertensión, siendo muy diurético, pero tampoco hay que abusar porque puede resultar indigesto. Lo mejor es tomarlo un poco antes de la comida o entre horas y evitar tomarlo antes de ir a dormir.

COMPOSICIÓN POR 100 GRAMOS DE FRUTA COMESTIBLE

Calorías	52,4
Hidratos de carbono (g)	13,1
Fibra (g)	0,8
Potasio (mg)	320
Magnesio (mg)	11,8
Calcio (mg)	15,8
Hierro (mg)	0,4
Vitamina C (mg)	32
Provitamina A (mcg)*	3

* mcg : microgramos

ligeras y defectuosas sobrenadan y se arrojan, conservando solamente las más nutridas y pesadas, que se caen al fondo, y son las que propagan más bien la buena calidad de los melones, después vertemos el agua, conservaremos (las pipas) dentro de los pucheros con bastante humedad, tapadas con un trapo mojado en algún cuarto abrigado. Con el calor y la humedad brotan el pitón o radícula, y de esta manera se separan las buenas de las malas”.

Cultivo del melón en regadío

Si queremos cultivarlos en regadío podemos distinguir el cultivo de primor del cultivo de estación.

En el **cultivo de primor** se adelanta la siembra o trasplante de las plantas al campo, para lo cual ayudaremos a las plantas a soportar el frío. Por ejemplo, con acolchados o pequeños invernaderos: colocaremos arcos de alambre cada 1,5m aproximadamente, y sobre ellos colocamos el plástico, que irá sujeto al suelo con la propia tierra. El plástico autorizado por el Reglamento de la Producción Ecológica es el polietileno transparente. Tiene un buen efecto térmico, aunque presenta el inconveniente del goteo en el interior del tunelillo, por eso periódicamente hay que levantar el plástico para ventilar. Lo retiraremos cuando las plantas ocupen todo el túnel y la temperatura exterior sea ya la adecuada.

Hace años, en el litoral mediterráneo, en lugar de tunelillos de plástico, se utilizaban espalderas de paja de arroz para proteger a las plantas las primeras semanas de cultivo. Se orientaban al sur de forma que protegían durante la noche de los vientos fríos, y de día capturaban radiación solar para adelantar las plantas; estos efectos se completaban con una importante cantidad de estiércol que ayudaba a calentar la tierra.

El **cultivo de estación, en regadío**, comienza con una preparación del terreno y un aporte importante de materia orgánica, unas 60 toneladas por hectárea.

La siembra o trasplante se dispone sobre una disposición de regueras y bancadas, de forma que con la reguera aportamos el agua pero la planta crece sobre la bancada sin riesgo de humedad. La separación entre las

plantas de la línea suele ser de 1 metro, y la separación entre líneas de 1,5 a 2 metros.

Labores de cultivo

Escaradas o acolchado: las escaradas se realizan entre líneas mientras el crecimiento de la planta lo permita, luego éstas se cruzan y es imposible. En este caso los acolchados evitan las escaradas y mantienen mejor la humedad de la tierra. Entre los materiales para acolchar, se comportan bien el compost y mal la paja de cereal.

Podas: aunque la poda puede incidir sobre la producción y la precocidad, la verdad es que la respuesta es poco clara y depende de muchos factores, como la variedad o el estado de la planta, por lo que la opción más práctica es la de no podar, o simplemente despuntar con una hoz los brotes que sobresalen de la bancada de cultivo, una vez hayamos visto melones cuajados y en crecimiento.

Entutorados: si queremos podemos guiar verticalmente la planta mediante mallas o espalderas. Normalmente los zarcillos del melón son suficientes para sujetarse, pero podemos ayudarlo enrollando los brotes tiernos en los cuadros de la malla. Evitaremos el sobrepeso dejando sólo de 4 a 6 frutos por planta en cultivares de fruto pequeño y de 3 a 4 en cultivares de fruto más grande.

Riegos: ya hemos comentado que al melón no le convienen los riegos excesivos. Tras la siembra o trasplante retardaremos el segundo riego para favorecer el que las raíces profundicen en la tierra. Sólo a partir del engrosamiento de los frutos podemos regar con más abundancia, porque ahora las plantas presentarán las mayores necesidades de agua.

Recolección: El melón, una vez separado de la planta, no aumenta su contenido en azúcar, por lo que es muy importante cosecharlo en su punto de madurez. Sólo en el caso de querer conservar el melón hasta el invierno adelantaremos un punto el momento de la recolección.

¿Cómo sabemos que es el momento de coger el melón de la mata? Por el marchitamiento de la primera hoja sobre el fruto; por los cambios de color de la corteza, que pasa de tener tonos más vivos a tonos más mates; por una ligera elasticidad de la piel en la parte inferior del fruto; por su aroma, porque cuando está maduro aumenta el aroma del fruto.

Cuidados sanitarios

Enfermedades de la tierra: bajo este nombre agrupamos un conjunto de patologías que incluyen desde el *Fusarium* hasta el colapso del melón (problema producido por un conjunto de hongos del suelo). La mejor prevención es una rotación adecuada y sólo en el caso de que estén ya presentes podemos pensar en el cultivo

Variedades

Del *Cucumis melo* L. existen diversas subespecies y/o cultivares en función de sus respectivos centros de origen y características. Los grupos más importantes son:

Variedad Cantalupensis. Frutos de piel rugosa, listada o acostillada, muy apreciados en Francia y otros países europeos, se pueden citar como cultivares agronómicos: Charentais, Galia, Ogen.

Variedad Reticulatus. Frutos de tamaño medio con la corteza reticulada o "escrita", sería el melón de Villaconejos o el Verde oloroso reticulado.

Variedad Inodorus. También llamados melones de invierno, adaptados a clima seco y cálido. La piel es lisa o estriada pero gruesa, de maduración tardía y aptos para la conservación hasta el invierno, como ejemplo los cultivares Valenciano de invierno o Amarillo de Onteniente.

Variedad Saccharinus. Frutos de tamaño medio, reticulados o moteados, de coloración verdosa que posteriormente vira a tonos más cálidos, de corteza gruesa a muy gruesa, con carne aromática, cultivares conocidos: Piel de sapo, Tendral verde, Tendral negro.

Variedad Flexuosus. Melones muy largos (hasta 1m), se consumen jóvenes en ensalada, en encurtidos o confitados, el ejemplo es el Alficós o melón serpiente.

De estos grupos de variedades derivan la mayor parte de los cultivares tradicionales existentes, muchas veces enmascaradas bajo denominaciones toponímicas locales.

En las últimas décadas se han introducido numerosos cultivares híbridos, que muchas veces no superan claramente a los cultivares locales, pero que están provocando su sustitución, y causando un grave problema de erosión genética, dejando a las variedades desplazadas camino de la desaparición.

De ahí la importancia de mantener semillas de los cultivares locales, que durante generaciones se han ido seleccionando por los hortelanos para conseguir frutos adaptados a la zona, por tanto más resistentes a enfermedades y con más calidad gustativa. También es importante recordar que tenemos que separar (entre 100 y 400m) nuestra plantación de otras vecinas con cultivares diferentes, para evitar que se dé una polinización cruzada. Así como mantener las condiciones sanitarias adecuadas para que no sea posible la transmisión de enfermedades por las semillas.

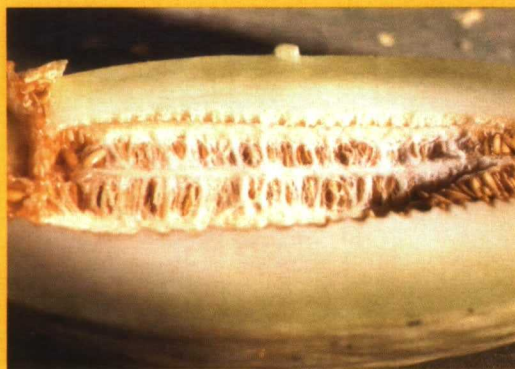


Cómo elegir un buen melón

A la hora de comprarlos, lo mejor es cogerlos al peso. El fruto debe dar la sensación de ser macizo y no de estar hueco. Se toma entre las manos con firmeza y se comprueban los extremos, que han de estar algo blandos. Esto significa que está bien maduro. Los de mejor calidad son los que se encuentran en los mercados en los meses de julio a septiembre.

Elegiremos los melones que están duros, que no presentan marcas o cicatrices -propias de algún tipo de deterioro o mala manipulación- y que tengan aroma.

Después de la compra se deben conservar en un lugar fresco, con buena ventilación. El melón maduro se ha de consumir lo antes posible, ya que se deteriora con facilidad. Una vez abierto, hay que guardarlo en la nevera, envuelto en un film transparente, para que su aroma no quede enmascarado por el sabor de otros alimentos, pues absorbe fácilmente todos los olores.



de melón injertado sobre pie de calabaza (cuyo sistema radicular es resistente a estos hongos).

Pulgones: es probable que se presenten. Las primaveras cálidas y húmedas, así como los elevados aportes orgánicos, favorecen la proliferación de pulgones, auténticos especialistas en aprovechar oportunidades como un exceso de nutrientes. En cualquier caso hay que evaluar, en función de la edad de las plantas y el nivel presente, si el control biológico es suficiente o hay que reforzarlo, en primer lugar con jabón potásico como producto más suave, o con aceites parafínicos, y como último recurso, sólo en casos apurados, con pelitre o rotenona.

Araña roja: su aparición es más probable en pleno verano ya que ama las temperaturas altas y la humedad relativa baja. Su control específico se realiza con azufrados y también con aceite parafínico; hay que tener cuidado con las condiciones de aplicación del aceite y el estado de la planta, también hay que guardar un tiempo respecto a la aplicación de azufre, para no tener problemas de fitotoxicidades.



Como le perjudica el exceso de humedad en la tierra o en la parte aérea, el agua va por la reguera pero la planta crece sobre la bancada sin riesgo de humedad

Mildiu: hongo que vive en el interior de la hoja, lo cual hace difícil su control. Aparece ligado a humedades ambientales, por lo que debemos moderar el riego y facilitar la ventilación. Como tratamiento preventivo podemos aplicar sales de cobre cuando se den las circunstancias favorables al hongo, pero tener en cuenta que aplicarlas en plantas jóvenes frena el crecimiento, y que el brote que crezca después de la aplicación no estará protegido del hongo.

Oídio: hongo también de la hoja, pero crece en su superficie. Es muy frecuente en la familia de las cucurbitáceas y prefiere el tiempo cálido para presentarse, afortunadamente los azufrados regulares tienen un buen efecto de control. ■

Sobre el autor

Ingeniero Técnico Agrícola y Licenciado en CC Ambientales, es Técnico de AE en la Estación Experimental de Carcaixent y agricultor ecológico e impulsor de diferentes cooperativas en Valencia. Ha publicado, entre otros libros, *Cómo obtener tus propias semillas*, editado por La Fertilidad de la Tierra

Alimentos de Agricultura Ecológica de Extremadura

