



# La sandía, “la reina del verano”

► ..... Texto y fotografías:  
Josep Roselló i Oltra

Si se dispone de espacio en la huerta y suficientes horas de sol, vale la pena dedicar un poco de nuestro tiempo a esta planta, ya que su fruta es la reina refrescante del verano. Vamos a conocer qué le gusta y qué requiere su cultivo para no tener problema alguno, empezando por planificar una buena rotación. Es interesante saber cómo cogerla en sazón y cómo proceder para guardar y perpetuar una variedad tradicional conservando las semillas

Si hay alguna fruta que produzca una sensación refrescante en pleno verano, esa es la sandía. Y difícilmente se encontrará otro fruto cuya demanda dependa, en el mismo grado, de la temperatura. Los agricultores de las comarcas de La Ribera del Júcar y de L'Horta de Valencia lo saben bien: si en verano vienen días frescos, el precio de la sandía cae en picado.

## Una fruta que viajó de Europa a América

Para los aficionados a la botánica y a conocer los orígenes de las plantas diremos que la sandía es uno de los frutos de mayor tamaño de cuantos se conocen, ya que puede sobrepasar fácilmente los 10kg de peso. Pertenece a la familia de las Cucurbitáceas, que incluye unas 850 especies de plantas herbáceas con frutos generalmente de gran tamaño y protegidos por una corteza dura. Su nombre científico es *Citrullus lanatus* Thunb, siendo sinónimos: *C. vulgaris* y *Colocynthis citrullus*.

Su nombre, sandía, viene del árabe hispano *sandíyya*. También es conocida como *watermelon* (melón de agua) en los países anglosajones, patilla en Colombia o *melancia* en Portugal. En zonas del País Valenciano se la llama *meló d'Alger* (melón de Argelia), tal vez por su procedencia africana.

El origen de esta fruta se sitúa en el África tropical y su cultivo se conoce desde hace siglos en la ribera del Nilo, desde donde se extendió a numerosas regiones bañadas por el mar Mediterráneo. Por aquellos tiempos, la sandía era un regalo para campesinos y viajeros pues calmaba su sed en sus largas jornadas de viaje o de trabajo. Su cultivo era objeto de especial dedicación, al ser una fruta muy apreciada por su sabor y belleza. Se difundió a través del tráfico mercantil, aunque fue casi exclusiva de los países mediterráneos. España, Italia y Grecia eran los mayores productores y su consumo no se extendió por la totalidad del continente europeo hasta el siglo XIII.

Los pobladores europeos fueron quienes la llevaron hasta América, junto con los esclavos africanos y otros cultivos de ese mismo continente, el sorgo y la okra. Hoy en día es una de las frutas más extendidas por el mundo, y los principales países productores son: Turquía, Grecia, Italia, España, China y Japón.

La planta es una típica mata rastrera con tallos que presentan zarcillos, generalmente bifurcados, que le sirven para agarrarse. Las hojas también son típicas: profundamente lobuladas –más o menos según las variedades–, pelosas y con nervios pronunciados. Su sistema radicular consta de una o varias raíces principales –de anclaje– que profundizan bastante en la tierra, y de raíces absorbentes o alimentarias, que son superficiales.

Son plantas monoicas, es decir, en la misma planta tienen flores masculinas, que aportan polen, y femeninas, con un ovario redondo y claramente visible. La fecundación requiere de los insectos y del viento.

## Cultivo de primavera-verano

La sandía es cultivo principal de primavera-verano. Le gustan los veranos calurosos y secos, con cielos bien despe-





Para que el polen de la flor masculina llegue a la flor femenina (ovario) de la misma planta, se necesita de los insectos y del viento

## Preparación de las semillas para siembra

El agricultor que quiera controlar el ciclo completo del cultivo debe empezar por la preparación de la semilla para la siembra, para ello debe elegir semillas sanas, enteras y sin impurezas; que no tengan muchos años, ya que a partir del cuarto o quinto año baja mucho el poder germinativo.

Se puede realizar un pequeño test de germinación como orientación. Consiste en colocar 50 o 100 semillas en un plato con arena humedecida y papel de fieltro encima de la arena, se colocará el plato en un lugar cálido y soleado de la casa, a los 8 días contamos las semillas germinadas y lo expresamos en porcentajes. Si el porcentaje es bajo, o cambiamos la semilla o aumentamos la dosis de siembra.

También se puede hacer una pregerminación de la semilla con la finalidad de facilitar la emisión de la radícula y de paso eliminar las no adecuadas. Hay diversas formas de hacerlas pregerminar. Algunos agricultores prefieren colocar las semillas en agua caliente, se separan las que flotan por vanas y el resto nada más se observe que rompen la corteza de la semilla. Otros introducen las semillas en un recipiente con un poco de agua, se cubre la boca con un lienzo húmedo y se coloca al sol. En 24 horas se observa el inicio del enraizamiento. También es tradicional meter las semillas en una bolsa de tela humedecida y colocarla en un montón de estiércol en fermentación: el calor favorece igualmente la germinación.

jados. Es más precoz que el melón y llega antes al mercado, pero igualmente su consumo desciende cuando llegan los melones dulces.

La planta es muy exigente en agua y agradece los suelos con buenos porcentajes de materia orgánica. Además, es muy delicada y cualquier helada tardía o lluvias abundantes en el momento de la nascencia le afectan muy negativamente. El momento de la siembra directa en campo viene dado por la temperatura de la tierra, que tiene que alcanzar los 20 °C.

Dentro de la rotación son cultivos precedentes favorables el ajo, la cebolla, el maíz y otros cereales. Son indiferentes el apio, la zanahoria, las coles, la lechuga o el guisante. Precedentes dudosos o cultivos no aconsejados: otras cucurbitáceas (pepino, calabacín,...), y las solanáceas muy exigentes (tomate, patata, tabaco,...). Sería interesante un abono verde como cultivo precedente. De todas formas, es necesario aportar una cantidad importante de estiércol o compost antes de la siembra o plantación, y una segunda aportación a mitad del cultivo.

### Cultivo de secano y de regadío

Así mismo, podemos distinguir entre cultivo de temporada y cultivo forzado. Las sandías de secano y de temporada son más dulces que las de regadío y forzadas.

En cultivo de secano, en secanos frescos, era tradicional abrir un hoyo de plantación y, con antelación, aportar un capazo de estiércol muy maduro. Además, se han de realizar varias labores preparatorias para que la tierra retenga bien





Como el desherbado es muy costoso, se puede acolchar con un plástico biodegradable

la humedad existente. En la siembra se depositan 6 o 7 semillas por golpe. Tras la germinación, que suele durar entre 6 y 10 días, dejaremos sólo una o dos plantas. Hay que estar pendientes de la formación de costra sobre las semillas, porque puede dificultar la emergencia de las plantas.

Se siembra o trasplanta en tierra llana, con una separación entre plantas de entre 2 y 3 metros.

En regadío la plantación o siembra se realiza sobre bancales elevados, para evitar la humedad continua que tanto molesta a las hojas. A un marco variable de 1,5 a 2m entre calles y 1,20 a 1,80m entre plantas.

En los sistemas forzados, y cada vez más en los de temporada, suele trasplantarse en vez de sembrar, para adelantar tiempo y evitar situaciones críticas en los primeros momentos de la vida de las plantas. Para ello hay que confeccionar plantales generalmente sobre bandejas y con sustratos autorizados.

En el ciclo de cultivo temprano se siembra en plantel, se trasplanta bajo tunelillo de plástico y se recoge en junio-julio.

En el ciclo de estación, siembra directa, sin protección climática, y recolección en julio-agosto.

El desherbado es un coste económico importante en esta especie. Como alternativa se puede cubrir el bancal con un acolchado, como protección frente a las adventicias y para mantener la sazón de los riegos. Mejor acolchar con compost que con paja, ya que ésta no le va bien.

El acolchado con plástico está autorizado, suelen utilizarlo los horticultores profesionales porque el coste de la escarda es muy elevado. Últimamente se están probando plásticos

biodegradables, obtenidos a partir del almidón de maíz o de guisante, que no hay que recogerlos porque incorporados a la tierra se degradan.

El riego debe ser ligero en los primeros momentos, para que las raíces profundicen en busca de humedad. Después, cuando ya hay frutos cuajados, los riegos serán más frecuentes para mantener la tierra siempre fresca.

### La recolección, momento importante

Hay que conocer bien los signos de madurez y así no errar. Ahí van algunos: en la zona donde descansa el fruto, la piel de la sandía es clara, cuando está madura es casi amarilla; los zarcillos y dos pequeñas hojas que acompañan al fruto en la inserción en el tallo, se secan en la madurez. Otro signo: golpeándola con los nudillos devuelve un sonido característico que, una vez escuchado en un fruto maduro, tenemos que recordar.

### Algunos problemas que suelen surgir

Es muy probable que se presenten **pulgones** que enrollan los brotes y las hojas jóvenes. Debemos estar atentos y, si no hay control natural, se puede ayudar con tratamientos autorizados, comenzando de forma suave con jabón potásico.

En las primeras fases del cultivo también puede causar daños el **gusano gris** o *pardeta*, que roe por la noche la base de las plantas. Se controla con un cebo, localizado en latas cerca de las plantas. Otras orugas de la parte aérea no son tan frecuentes y podemos confiar en el control natural y en el *Bacillus thuringiensis*.

La **araña roja** se presenta en verano y siempre que haga calor. La aplicación de azufre es un buen remedio que, además, reduce el peligro de un hongo, el oídio.

**Fusarium** y **verticilium** son hongos vasculares de muy difícil control. Las plantas se marchitan, como si les faltara agua, y mueren. La rotación de cultivos y una tierra fértil con un buen nivel de materia orgánica son la mejor protección. También se puede utilizar sandía injertada sobre calabaza, ya que las raíces de la calabaza son resistentes a estos hongos.

El **oídio** es un hongo muy frecuente entre las cucurbitáceas, necesita temperaturas altas y humedad ambiental baja, es pues típico del verano.

Algunas variedades presentan mayor resistencia, pero si vemos el micelio blanco por encima de las hojas, la aplicación de azufre es muy efectiva.



En secanos frescos, con antelación se abría un hoyo y se aportaba un capazo de estiércol muy maduro y se realizaban varias labores preparatorias para que la tierra retuviera bien la humedad



El **mildiu** es otro hongo frecuente cuando hay agua en el ambiente, por lluvia o riego excesivo, por tanto intentaremos evitar las humedades. Como preventivo, endurecer la planta con extractos naturales o aplicar sales de cobre, con las limitaciones que marca el Reglamento de la Producción Ecológica.

### Variedades y semillas

La sandía es una especie que presenta numerosas variedades, con importantes diferencias en el aspecto externo e interno. Estas diferencias no sólo son importantes para el agricultor, sino también para el consumidor. Es importante que éste las conozca para saber elegir y reconocer los frutos que se le ofrecen.

El aspecto externo puede variar desde las formas esféricas a las alargadas, con tamaños que van desde los muy grandes –frutos mayores de 12kg– a los medianos o pequeños, que están sobre los 4kg. También hay diferencias en el color y rallado de la piel: hay pieles lisas y reticuladas, y desde el color verde claro hasta un verde intenso y oscuro.

En cuanto a las diferencias internas, podemos encontrar sabores más o menos dulces y colores de la carne que van del rosa pálido al rojo intenso. Últimamente se encuentran en los mercados sandías de color amarillo, creadas por las empresas de semillas para estimular al consumidor aburrido con los colores clásicos.

La península ibérica ha sido rica en formas locales de sandías, pero la introducción de los híbridos ha desplaza-

do estos frutos tradicionales. No hace mucho eran conocidas variedades como la “Valenciana” de semilla negra o “sang de bou”; la “Catalana común”; la “sandía de la Reina”; “Del Rey” o “Grano de Rey”; la “Pileña” o “Roteña” en Andalucía; la “sandía de invierno”; y muchos otros cultivares con nombres locales. Afortunadamente, aún se pueden recuperar, sobre todo por aquellos agricultores que quieran ser autónomos y responsables en sus recursos filogenéticos.

### Para obtener semilla

Tendremos en cuenta que es neutra al fotoperíodo, pero depende de la temperatura para florecer. Con temperaturas por debajo de 25 °C no obtendremos casi floración.

La polinización es entomófila, por lo tanto precisamos de abejas para obtener una buena producción de semilla. Debido a la facilidad de cruzamiento de variedades, se recomienda una distancia importante de plantación respecto de otras variedades.

El fruto para semilla lo recogeremos al menos una semana más tarde que el de consumo, o cuando las tijerillas que acompañan al fruto ya blanquean. La extracción de las semillas se hace por maceración y después se limpian con agua y se secan inmediatamente. No se aconseja la fermentación, ya que disminuye el poder germinativo de la semilla.

El peso medio de 1.000 semillas viene a ser de 110g. ■

## Algo más que agua refrescante

La pulpa de la sandía contiene un 93% de agua y cerca de un 7% de hidratos de carbono. Es dulce, rica en azúcares y de bajo contenido calórico, apenas 30 calorías por 100 gramos, lo que la convierte en una fruta muy refrescante y muy adecuada para los meses estivales. Excelente para las dietas de adelgazamiento.

En muchas regiones africanas se la considera más una reserva de agua que un alimento, pero hay estudios sobre lo que nos aporta: por cada 250gr de sandía podemos calcular 75 calorías; un 42% de las necesidades diarias de vitamina C; un 15% de vitamina A, un 10% de vitamina B1 y también vitamina B6, fibra, potasio y magnesio, si bien en cantidades inferiores comparada con otras frutas. Su característico color rojo o rosado se debe al licopeno, de efectos antioxidantes y anticancerígenos.

La medicina naturista considera a la sandía como diurética y la recomienda a quienes padecen dolores y gases intesti-



nales, tomándola en ayunas o fuera de las comidas porque, al ser prácticamente agua, tiende a fermentar si la tomamos como postre.

De la sandía no sólo se utiliza la pulpa,

el té elaborado con sus semillas es un buen laxante. Masticar sus semillas es bueno para la salud de la próstata. Con la zona blanca inmediata a la corteza se pueden elaborar dulces y escarchados.