

facebook profile
cklic here

facebook group
cklic here

facebook group
cklic here

La Pitaya y La Salud

Propiedades Medicinales
&
Cultivo

By Joxe Bilbao





La Pitaya es una planta originaria de América central, es planta de mucha ramificación y llega a crecer hasta los 2 metros de alto. La planta de pitaya tiene dos tipos de raíz, raíces primarias que son más delgadas y superficiales y es con las que absorbe los nutrientes y las raíces secundarias, estas raíces se desarrollan al rededor del área de la planta de pitaya y actúan como soporte de la planta.

A la planta de pitahaya le gustan los climas cálidos con humedad en el ambiente, pero también puede crecer en climas más secos y con menor humedad en el ambiente. Las temperaturas que mejor le van para su crecimiento están entre los 18°C y 25 °C y le gustan zonas de semi-sombra. Los tallos de la planta de Pitaya son ramificados de color verde, las flores y ramificaciones crecen por la parte superior de la planta, el tallo participa en la fotosíntesis y es el regulador de agua de la Pitaya.

Para Acceder o Unirse a [bUnited](#) **CLICK AQUI**

Comunidad de Negocios [Wogii](#) Marketing Online Gratis **CLICK AQUI**



La Pitaya se adapta también a suelos secos y pobres en nutrientes, pero se desarrolla mejor en suelos arenosos, húmedos y con buen drenaje, la pitaya no requiere mucha agua, los riegos de apoyo se deben dar durante el desarrollo de la planta y en el periodo de floración, si se hacen riegos en los periodos de sequía, deben ser muy contenidos ya que el riego abundante en este periodo, influye en la disminución de la floración.

Se distinguen dos especies principales: La H. Triangularis (pitaya amarilla) y la H. Ocamposis (pitaya roja). La que proporciona frutos rojos es mucho más atractiva pero tiene el inconveniente de que es mucho más frágil y delicada, soportando mal el transporte y posterior mercadeo. La de color amarillo es menos perecedera y ofrece mejores posibilidades comerciales debido a sus cualidades resistentes y, sobre todo, a su sabor, muy superior a las variedades rojas.

Otras especies son; Hylocereus Costaricensis que tiene pulpa roja y piel rosa; Hylocereus monacanthus con pulpa roja y piel rosa; y la variedad ya mencionada Hylocereus undatus de pulpa blanca y piel rosada.

Para Acceder o Unirse a [bUnited](#) **CLICK AQUI**

Comunidad de Negocios [Wogii](#) Marketing Online Gratis **CLICK AQUI**



Propiedades nutricionales y medicinales de la Pitaya

La Pitaya tiene un numero importante de antioxidantes como, mucílagos, ácido ascórbico, fenoles y otros. Es una fruta rica en Vitamina C, vitaminas del grupo B (B1, B2 y B3), también es rica en minerales como el calcio, fósforo, hierro, con alto contenido en agua, aporta proteína vegetal y fibra soluble. Las semillas son comestibles y contienen cantidades importantes de ácidos grasos como el ácido linoleico, ácido oleico, ácido palmítico y ácido esteárico. La Pitaya tiene acción antitumoral, antiinflamatoria y antioxidante.



Algunos beneficios y usos medicinales que tiene la pitaya.

Retrasa el envejecimiento celular, fortalece el sistema inmunológico, ayuda a prevenir la arterioesclerosis, ayuda a regular el tránsito

Para Acceder o Unirse a [bUnited](#) **CLICK AQUI**

Comunidad de Negocios [Wogii](#) Marketing Online Gratis **CLICK AQUI**



intestinal, ayuda a reducir el riesgo de infarto cerebral e infarto cardiaco. Las semillas pitaya tienen efecto laxante, ayuda a prevenir piedras en el riñon, Inhibe el desarrollo de células tumorales, ayudan a regula el azúcar en la sangre. El consumo de Pitaya ayuda a estimular la producción de colágeno, ayuda a mejorar la absorción del hierro, en los niños, es buena para la formación de huesos y dientes, ayuda a reducir los niveles de ácido úrico, va muy bien como fruta de consumo diario en las dietas de adelgazamiento por su alta contenido en agua y bajo contenido en carbohidratos.



Como consumir la Pitaya

La pitaya se consume habitualmente como fruta, es una fruta deliciosa que contiene una pulpa suave, dulce y blanda, hay variedades de color amarillo y carmesí, las variedades de piel roja suelen contener menos azúcar, se puede consumir la carne interior de la fruta como la de cualquier otra fruta, también se puede utilizar en batidos, para hacer helados y otras muchas recetas culinarias.

Para Acceder o Unirse a [bUnited](#) **CLICK AQUI**

Comunidad de Negocios [Wogii](#) Marketing Online Gratis **CLICK AQUI**



Como Cultivar La Pitaya

La Pitaya se puede cultivar de dos formas, por trasplante de estaca o por semilla, la que mas se utiliza es el trasplante de estaca pero para ello deberos primeramente enraizar las plantas, para la siembra de semillas utilizamos poteras o bandejas de plástico con cavidad para enraizar cuando germinan las plantas.



Plantación por estaca

Si tenemos las plantas enraizadas, el primer paso sera la preparación de la tierra, esto deberemos hacer con al menos un mes de antelación a efectuar la plantación como sigue a continuación:

Primeramente deberemos abonar la tierra con abono orgánico, en un cultivo artesanal es aconsejable aportar basura de ganado vacuno en un 75% mezclado con basura de aves en un 25%, extender una capa de abonado de aproximadamente 5 cm sobre la superficie que vamos a cultivar, si no se dispone abono artesanal se puede abonar la tierra

Para Acceder o Unirse a [bUnited](#) **CLICK AQUI**

Comunidad de Negocios [Wogii](#) Marketing Online Gratis **CLICK AQUI**



con humus de lombriz comprado en almacenes dedicados a la venta de estos productos, si la tierra es muy compacta o dura es conveniente hacer un aporte de arena, puede ser arena de playa, bien lavada con agua dulce para quitarle el grado de salinidad, el cultivo de Pitaya necesita de suelos que drenen bien el agua por lo que también es importante que el terreno tenga un pequeño desnivel, el pH de la tierra a cultivar debe estar entre 5.5 y 6.5.

En segundo lugar aramos la tierra para que se airee y se mezcle el abono con la tierra, la profundidad del arado debe ser de entre 25 y 30 cm, y es recomendable que la tierra quede esponjosa, después del arado dejaremos reposar la tierra durante un mes hasta proceder a la plantación.

Pasado el mes de reposo de después del abonado y arado en la tierra donde plantaremos las Pitayas, procederemos a hacer la plantación. Primeramente, trazar las líneas de plantación para que las plantas queden alineadas y reciban la suficiente claridad de luz que necesitan tanto para el desarrollo como para la maduración de las frutas, esto lo podemos hacer con cuerdas que lleguen de extremo a extremo del terreno a plantar, unas líneas a lo largo del terreno y otras líneas a lo ancho del terreno y plantaremos una planta en cada cruce de línea, la distancia entre líneas a lo largo y ancho del terreno debe

Para Acceder o Unirse a [bUnited](#) **CLICK AQUI**

Comunidad de Negocios [Wogii](#) Marketing Online Gratis **CLICK AQUI**



ser de aproximadamente 3 metros, por lo que la distancia entre plantas sera la misma.

Las plantas de Pitaya necesitan de un soporte o tutor, tanto en el desarrollo de la planta con en periodos posteriores, para ello prepararemos unas estacas de madera bien fuertes que se clavaran al suelo junto a cada planta, las estacas deben tener un diámetro aproximado de 7/10 cm y un largo de aproximadamente 2,5 metros, de los cuales aproximadamente 1 metro irá clavado en la tierra, según va creciendo la planta iremos atando la misma a la estaca con cuerdas de esparto para que la planta se sujete al la estaca, según desarrolla la planta sera necesario ir cambiando las cuerdas que atan la pitaya a la estaca, ya que esta planta no solo desarrolla en altura, también desarrolla en grosor y es conveniente adaptar la sujeción con las cuerdas en diferentes momentos del desarrollo para que la planta no sufra estrangulamiento contra la estaca.

La pitaya no requiere de abonados periódicos durante durante su desarrollo, ni tampoco en el periodo de crecimiento de sus frutos, por lo que es suficiente con el abonado que se hizo en el inicio de la plantación, pero si habrá que volver abonar y arar la tierra de los pasillos que quedan en la hileras de plantas y acercar la tierra esponjada y abonada a cada hilera de plantas en cada nuevo periodo de producción, esto es cada año natural, ya que la vida del cultivo

Para Acceder o Unirse a [bUnited](#) **CLICK AQUI**

Comunidad de Negocios [Wogii](#) Marketing Online Gratis **CLICK AQUI**



esta estimada en aproximadamente 15 años. Tampoco necesita mucha agua, la pitaya se riega igual que si regáramos un cactus, si el área de la plantación es muy seca, podemos hacer un riego abundante cada 15 días aproximadamente, los días exactos de intervalo entre riegos, dependen también de otros factores como la humedad ambiental del lugar o las lluvias, en estos caso el intervalo de tiempo entre riegos es mayor, con el riego es importante tener en cuenta que el riego excesivo puede ser causa de muerte para la planta, por lo que se debe calcular muy bien cuando hacer cada riego.



Siembra de Semillas de Pitaya

La siembra de semillas de pitaya es también una buena opción. Seleccionadas las semillas para la siembra, procederemos primeramente a preparar las bandejas de plástico con cavidad para enraizar, llenaremos todas las cavidades de la bandeja con compost especial (Sirve un compost normal hecho de forma artesanal, al cual le mezclares un 25% de arena de playa lavada previamente). Una vez

Para Acceder o Unirse a [bUnited](#) **CLICK AQUI**

Comunidad de Negocios [Wogji](#) Marketing Online Gratis **CLICK AQUI**



hemos rellenado las bandejas, procederemos a sembrar las semillas, introduciremos 2 semillas en cada cavidad de la bandeja para tener seguridad que al menos germine una y posteriormente taparemos las semillas con el compost. El segundo paso es colocar las bandejas sembradas dentro de un invernadero para que la semilla no problemas de germinación, una vez colocadas las bandejas en el lugar donde van a estar durante hacer el periodo de semillero, procederemos a hacer un primer riego de las mismas con un regador de agujeros finos para que no remueva las semillas sembradas en la turba, posteriormente sera necesario regar las bandejas con el mismo método, cada vez se vea seco el compost de las bandejas, hasta que las plantas crezcan al tamaño de trasplante.

En 7/10 días habrán germinado las semillas y empezaremos a ver el inicio del crecimiento de las plantas, en aproximadamente 75 días, las plantas de pitaya tendrán tamaño y habrán enraizado bien para ser trasplantadas a la tierra y seguiremos el mismo proceso de plantación que el explicado en la plantación por estaca, en el periodo en el que las plantas estén en el semillero sera necesario efectuar un abonado periódico hasta el momento del trasplante (Abonar con abono orgánico cada dos semanas, el abono se incorporara al agua de riego).

Para Acceder o Unirse a [bUnited](#) **CLICK AQUI**

Comunidad de Negocios [Wogii](#) Marketing Online Gratis **CLICK AQUI**



La planta pitaya tarda aproximadamente un año en su total desarrollo y en dar frutos, la media de cosechas es de entre 4 y 6 en cada ciclo anual en las zonas sub-tropicales donde el cultivo de la planta se hace al aire libre. La vida de cada cultivo esta estima en el entorno de los 10/12 años.

En áreas no sub-tropicales donde las temperaturas no son excesivamente frías en otoño, invierno y parte de la primavera, se puede cultivar pitaya en invernaderos, aprovechando recursos energéticos naturales (Sol , Viento y otros) para que los costos energéticos de adaptación de los invernaderos a las necesidades climáticas de un cultivo de calidad sean aceptables y se consiga tener una producción rentable y competitiva.



Epocas de plantación de la Pitaya

La plantación de pitaya por estaca se lleva a cabo al inicio del invierno, si se realiza durante la estación seca, se debe dar un riego abundante tanto antes de la siembra y como después e incorporar un

Para Acceder o Unirse a [bUnited](#) **CLICK AQUI**

Comunidad de Negocios [Wogii](#) Marketing Online Gratis **CLICK AQUI**



manto materia orgánica superficial para evitar que las altas temperaturas y reduzcan las pérdidas de humedad.

Si la plantación se lleva a cabo por medio por medio de siembra se semillas, se realiza a mediados de otoño para después trasplantar las plantas enraizadas de igual manera en el inicio del invierno.



Poda de formación

La poda de formación se realiza desde el inicio de la plantación, permite eliminar los brotes para dejar una o dos vainas seleccionadas para que alcancen el extremo del soporte. Al alcanzar la cima, se despunta la planta para permitir el desarrollo de vainas laterales desde el extremo.

Durante el crecimiento y posteriormente también se realizan podas de limpieza para eliminar las vainas están mal ubicadas y perjudican al buen desarrollo de las plantas de pitaya y habitualmente suelen ser improproductivas. Los cortes de los tallos que se podan siempre hay

Para Acceder o Unirse a [bUnited](#) **CLICK AQUI**

Comunidad de Negocios [Wogii](#) Marketing Online Gratis **CLICK AQUI**



que hacerlos entre los nudos. El material descartado se quema o entierra fuera de la plantación.

Rendimiento por Hectarea

Si la Plantación de pitaya se lleva a cabo dentro de los estándares de producción establecidos para un menor agotamiento de la tierra (Plantas a una distancia de 3 metros entre si), tendremos un total de 1.100 matas por hectárea.

Normalmente, la primera cosecha se puede obtener a los 18 meses después del trasplante, en este periodo inicial las plantas de pitaya dan un número de frutos, aproximadamente 10/15 frutos al año.

Los frutos de la pitaya pesan entre 150 a 600 gr. dependiendo de la variedad, podemos decir que el peso medio de los frutos para hacer un cálculo del rendimiento de este cultivo, está en aproximadamente en 300 gramos por fruta.

La producción de la pitaya aumenta ligeramente hasta el sexto año, pero se puede decir que cada planta de pitaya da unos 4,5 kilos por planta y año, esto hace un total de 4.950 kilos por hectárea. Esta sería la cantidad de producción o el rendimiento que nos daría una plantación de pitaya por cada hectárea de cultivo.

By Joxe Bilbao

Para Acceder o Unirse a [bUnited](#) **CLICK AQUI**

Comunidad de Negocios [Wogii](#) Marketing Online Gratis **CLICK AQUI**