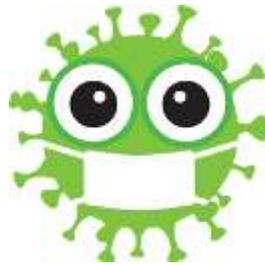


**Actividad especial para
practicar en casa mientras seguimos con la contingencia
del COVID-19.**



Taller para aprender a reproducir “El Romero”.

“Aprende y disfruta en familia”.



Programa de Educación Ambiental.

Taller para aprender a reproducir "El Romero".

Este taller se ha preparado con el objetivo de facilitar conocimientos a las niñas y los niños junto a sus familias para que aprendan de una forma muy sencilla a reproducir el aromático **ROMERO**, una planta nativa de nuestra región aprovechando que siguen en casa para evitar enfermarse.

Una vez que hayas terminado las tareas asignadas por tus profesores puedes invitar a tus familiares a realizar la lectura de este material y así prepararte para cuando se vaya a realizar la actividad ya sea en el patio o en el jardín de la casa, en macetas o directamente en el suelo y después podrás disfrutar de todos los beneficios que nos ofrece esta maravillosa planta.

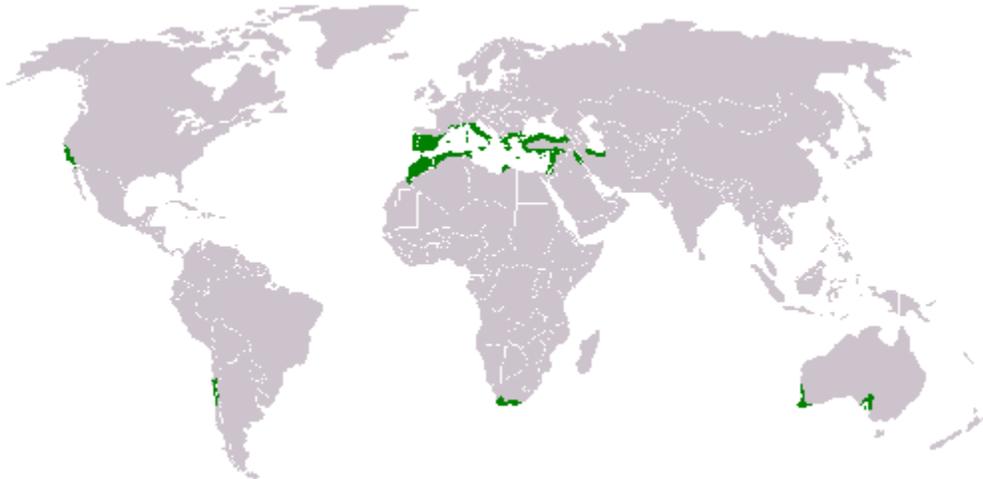
Este taller te da la información sencilla y clara de cómo y cuándo hacerlo y sobre todo te enseña lo hermoso que es disfrutar de todo el proceso de reproducción que tendrá como resultado cultivar tu propia planta aromática.

Recuerda que aprender haciendo es una de las mejores formas de aprender. No olvides que si aprendes a reproducir a plantar a regar y a cuidar las plantas estarás cuidando en gran medida a salvar la vida de nuestro planeta.

¿Sabías qué?

El Romero es una planta nativa de la región mediterránea.

Si observas el mapa que a continuación se presenta hallarás una muy buena información y te darás cuenta que Tijuana, Baja California se encuentra dentro de las regiones de Clima Mediterráneo del mundo, lo que nos indica que esta planta a la que hacemos referencia se puede reproducir fácilmente en nuestra ciudad.



Mapa mundial que indica en color verde las regiones donde se localiza el clima mediterráneo.

El clima mediterráneo se localiza al Sur de Europa, en contacto con el Mar Mediterráneo. Aquí se incluye la península Ibérica, España y Portugal; la península Itálica, Italia; y la península Balcánica y del Peloponeso. También se incluyen las islas dentro del Mar Mediterráneo (Córcega, Cerdeña, etc.) y las proximidades al mar en Arabia.

Este clima se da además en la zona noroeste de África y en su parte más al sur en la Punta del Cuerno de África.

También se puede encontrar en América. En América del Norte en la parte más Occidental de Estados Unidos y en algunas partes del Sur de estos, incluyendo a Baja California específicamente a Tijuana.

En América del Sur en las zonas de Chile y Argentina.

Por último este clima también se encuentra en Australia, en la zona más al noroeste, en Perth; y en la zona al este de la Gran Bahía Australiana, Adelaida.

Como se puede observar en el mapa el clima se encuentra en los trópicos, en el de Cáncer al Norte y en el de Capricornio al Sur.

El sotobosque de este clima mediterráneo es leñoso, espinoso y aromático donde abundan plantas como el lentisco, el tomillo, **el Romero**, el aladiemo, y numerosas lianas como la zarzaparrilla.



Romero planta nativa.

Conozcamos más sobre El Romero.

Su nombre científico es *Salvia rosmarinus*, pero más conocido en todo el mundo por **Romero**. El Romero es una planta aromática que no debe faltar en tu ventana, en tu balcón, en tu jardín pero mucho menos en el huerto familiar.

Características de la planta.

El romero es una planta de tallo leñoso con hojas perennes en forma de aguja y siempre verdes. Sus flores pueden ser blancas, rosas, purpuras o azules. Puede llegar a medir los 3 metros de altura en climas cálidos. El romero es una planta aromática que se puede plantar tanto en el suelo como en macetas. Le gusta el sol pero también tolera lugares donde da el sol y después llega la sombra.

Lo más importante que es nativa de la región mediterránea.



Flores del Romero.



Ramas de Romero



Romero florecido

¿Cuándo y donde debemos plantar el romero?

El romero se debe plantar en primavera con una distancia entre plantas de 60cm a 1 m, en su primer año crece lentamente pero pasado este tiempo su ritmo de crecimiento es mayor.

En la ciudad de Tijuana el Romero se da fácilmente porque la planta se adapta a las condiciones del clima mediterráneo.

En las zonas cálidas el romero no presenta ningún riesgo mientras que en las zonas frías puede afectarse la parte superior de la planta cuando la temperatura es muy baja por lo que será bueno sembrarlo cerca de un muro que le ofrece protección y preferentemente con orientación al sur.

En los climas más fríos se recomienda sembrar el romero en macetas para poderlos mover del lugar cuando haga mucho frío. Sin embargo son tolerantes a la niebla salina por lo que es una buena opción para las zonas de playa.

Es importante sembrar romero en los huertos y sobre todo alrededor como una cerca natural aromática, de esta forma se ahuyenta la mosca de la zanahoria y los insectos que atacan a los frijoles y guisantes. Además de que sus flores atraen muchas abejas que son grandes polinizadoras.

¿Qué plagas puedan afectar al Romero?

La mosca blanca, la araña roja y la cochinilla son los insectos que pueden molestar al romero, al igual que el moho (oídio) y la podredumbre de las raíces. Para que esto no ocurra hay que asegurarse que las plantas se encuentren en un lugar donde drene bien el agua y además haya buena circulación de aire.

Propiedades del romero.

1-El aceite esencial del romero es uno de los mejores aromatizantes que además de brindar un rico aroma a nuestro hogar mejora nuestra memoria. Inhalar aroma de romero frecuentemente mejora la capacidad de memorizar.

Para todos los que estudian es importante tener una bolsita de tela con ramitas de romero secas cerca de la mesa donde te sientas a estudiar.

También se pueden poner las bolsitas con romero en la guantera de los carros y donde sale el aire acondicionado, de esta forma se logra que el aire del carro se aromatice a romero

2-Oler romero mejora la memoria pero también mejora las vías respiratorias ya que es un potente antiséptico.

3-No solo se debe oler, también se debe y se debe comer.

Como ejemplo tenemos que en la cocina mediterránea es frecuente usar el romero como aderezo, también le da un sabor característico a los guisos. Cuando comes el romero no solo disfrutas de su sabor también sino de todas sus propiedades como que favorece la expulsión de gases. Además es digestivo y antiespasmódico por lo que será un buen remedio para las personas que padecen de colitis tomarlo como infusión. Se pueden usar para darle sabor al aceite y a la mantequilla.

4-Estimulante de la segregación de la bilis. Si comes comidas pesadas o grasosas (pizzas, asados, frituras) es bueno tomar una infusión de romero, ya que una de sus propiedades es la de estimular la segregación de las bilis para favorecer la digestión de las grasas.

5-El romero es un diurético te ayuda a combatir la retención de líquidos y de esta forma se baja de peso.

6-El romero es hipotenso, es decir baja la presión.

7-El romero es rico en sustancias antioxidantes.

8-El romero tiene un excelente valor nutritivo por su alto contenido en Fe (hierro), además de Vitaminas como la C, la E y las del Complejo B.

9-Puede usarse de forma externa a través del alcohol de romero que tiene numerosos usos, el más conocido es el relativo a combatir los dolores musculares, también aplicar en golpes, además para curar la piel de personas con poca movilidad, y en personas que padecen de dermatitis seborreica.

10-Tiene comprobados sus uso en los tratamientos para la piel y para el cabello.

¿Cómo lo podemos reproducir?

El romero es muy fácil de reproducir por esquejes y en 2 o 3 semanas ya tenemos plantas.

¿Qué es un esqueje?

Parte de una planta que se ha cortado, bien por accidente o de forma intencionada. Puede ser un trozo de rama tierna, un brote nuevo de los que salen en primavera o una porción de rama semi-leñosa. Se usa para obtener una nueva planta mediante reproducción asexual. De esta forma se obtiene un ejemplar genéticamente idéntico al original.

La estación más apropiada es la primavera, (21 de marzo al 20 de junio en Tijuana, Baja California).

A continuación de una forma detallada se describen los pasos a seguir:

Paso No 1 - Observar el tallo del Romero y te darás cuenta que es leñoso pero en el brote de ese tallo se llega hasta la punta que es verde.

Este brote es el lugar ideal para que se pueda enraizar el romero, precisamente donde ese brote verde comienza a tomar forma de madera y tiene un color marrón.

Tomar el brote nuevo y cortar 10 cm aproximadamente que es la parte buena para que pronto aparezcan las raíces.

No hay problema con la planta a la que se le corten los brotes porque esta retoñara con mucha más fuerza.



Esquejes seleccionados para la reproducir el Romero.

Cortados directamente de una planta por la parte que termina el tallo leñoso y comienza lo tierno. Tamaño aproximado de 10 cm.



Paso No 2-Una vez que tenemos cortado el brote de 10 cm lo pelamos y le quitamos las hojas hasta la mitad, aproximadamente 5 cm.



Aproximadamente 5cm de las hojas se deben de quitar.



Paso No 3-Se toma un recipiente de vidrio preferentemente con agua común con una cantidad suficiente que tape el tronquito y un poco de las hojas que le dejamos al esqueje. Aproximadamente 5 cm se introducen en el agua. El frasco se debe colocar en un lugar que reciba sombra - sol y que sea fresco.



Paso No 4-Anotar en su libreta el día que comenzó su experimento, para que en sus resultados pueda saber exactamente el día que aparecieron las primeras raíces en los esquejes y todas las anotaciones que desee mientras realiza esta actividad.

Las raíces no necesariamente saldrán del final del tronquito pueden salir de donde el esqueje ha tomado color verde a marrón. Entre la primera y la tercera semana vas a observar que las raíces ya comenzaron a salir. Lo importante es, siempre mantener el mismo nivel de agua en el frasco y cambiarla cada 2 días.



En la cuarta semana las raíces de la rama del romero ya habrán crecido, pero no necesitas esperar las 4 semanas. A penas comiencen a salir raíces en las ramas ya las podrás sacar del frasco con agua y sembrarlas.

Paso No 5-Prepare la tierra, añadiendo agua para que se encuentre húmeda a la hora de sembrar el esqueje. Seleccione las macetas donde colocara las ramas de romero enraizadas. Se recomiendan no usar macetas muy pequeñas.



Paso No 6-Tomar el esqueje al que le han brotado raíces.
Con cuidado se le corta toda la parte del mismo que ha quedado
leñosa sin cortar o dañar las raíces.



Paso No 7- A la hora de sembrar la planta de romero se introduce bien el esqueje en la tierra que tiene la maceta, tapando bien las raíces y por último se riega la nueva planta de romero.





Paso No 8-Para asegurar que nuestra planta se desarrolle bien se debe poner a la sombra hasta tanto no se reconozca que ya la planta se fijó bien al suelo y que está empezando a retoñar. Tener mucho cuidado con el agua no se puede dejar que la tierra de la maceta se seque debe mantenerse húmeda.



Paso No 9- Cuando empiece a retoñar se debe poner al sol y tratarla como una planta normal.



Paso No 10- Si desee plantar su romero directamente en la tierra, este es el momento de trasplantarlo sacándolo con cuidado de la maceta y tratando de que las raíces no se dañen.

Cosecha y almacenamiento:

Se cortan los tallos tiernos en cualquier época del año si deseamos tener romero fresco. No se deben cortar los tallos leñosos de la planta.

Si deseamos romeros secos corta un grupo de ramas y ponerlos a secar colgados hacia abajo. Una vez secos escoger las hojas para envasarlas en bolsas de tela o en frascos de vidrio y dejar el tallo seco. También se pueden congelar las ramas y conservarlas en vinagre.

Una vez que termines tu experiencia de seguro llegarás a la conclusión de que **un jardín sin romero, una huerta sin romero y un camino sin romero no se pueden concebir**, porque además de todos los beneficios que la planta nos proporciona nos brinda un aroma tan agradable y natural que puede sustituir a cualquier perfume, al estrujar sus ramitas en tus manos y recuerda que el **Romero es una hierba mágica** que con su aroma hace que mejore nuestra memoria.



No olvides tener siempre en tu mesa de estudio unas ramitas de Romero.

Bibliografía.

¿Cómo plantar Romero?

Recuperado de:

https://mx.video.search.yahoo.com/search/video;_ylt=AwrVpCH4aTVg628ATnXF8Qt.?p=como+cultivar+el+romero&fr=mcafee&fr2=p%3As%2Cv%3Ai%2Cm%3Apivot#id=1&vid=79a16567e57330539b5f516d97970509&action=view

Fecha 23 de febrero del 2021

¿Cómo reproducir romero?

Recuperado de

https://mx.video.search.yahoo.com/search/video;_ylt=AwrVpCH4aTVg628ATnXF8Qt.?p=como+cultivar+el+romero&fr=mcafee&fr2=p%3As%2Cv%3Ai%2Cm%3Apivot#id=3

Fecha 23 de febrero del 2021

Como reproducir romero fácil en agua. COSAS DE JARDIN. Temporada VI
- Ep. XLVII

Recuperado de

https://mx.video.search.yahoo.com/search/video;_ylt=AwrVpCH4aTVg628ATnXF8Qt.?p=como+cultivar+el+romero&fr=mcafee&fr2=p%3As%2Cv%3Ai%2Cm%3Apivot#id=3&vid=8c1dd6640b4a5a8df9eb094f05cb2bf1&action=view

Fecha 23 de febrero del 2021

Propiedades del romero.

Recuperado de

https://mx.video.search.yahoo.com/search/video;_ylt=AwrWq7sWajVgbwEAsBPu8Qt.;_ylu=c2VjA3NIYXJjaAR2dGlkAw--;_ylc=X1MDMjExNDcxMjA0NgRfcgMyBGFjdG4DY2xr

Fecha 24 de febrero del 2021

Mapa mundi. Clima Mediterráneo. Plataforma WIX

Recuperado de

<https://bloggerjc.wixsite.com/climamediterraneo3a/localizacion>

Fecha 26 de febrero del 2021

¿Qué es un esqueje? Leroy Merlin

Recuperado de

<https://www.leroymerlin.es/bricopedia/esqueje>

Fecha 28 de febrero del 2021

La mejor referencia de este trabajo está en la experiencia de las personas que trabajan y han colaborado en el PROGRAMA DE EDUCACIÓN AMBIENTAL DE ECOPARQUE. Este es un maravilloso taller donde la investigación fluirá junto a tu creatividad sin tener que salir de casa.

Este trabajo fue realizado por:

Dra. Xiomara Delgado Rodríguez, Coordinadora del Programa de Educación Ambiental de Ecoparque/ Dirección General Académica/El Colegio de la Frontera Norte.

Lic. Tania Evelyn Bermúdez Reyes, Asistente del Programa de Educación Ambiental de Ecoparque/Dirección General Académica/El Colegio de la Frontera Norte.

Fecha de realización: Marzo del 2021