



El Gallito Granjero

Publicación gratuita

Nº VOLUMEN 169 1a EDICIÓN
DE COLECCIÓN JULIO DE 2018

Complemento del programa dominical de radio del mismo nombre

Boletín para fines educativos y de información

Del 27 de Febrero de 1995 a la Fecha: 23 Años al Aire el Programa de Radio "El Gallito Granjero"

ES PREOCUPANTE EL USO INDISCRIMINADO DEL PLÁSTICO ¡¡¡EVITÉMOSLO, POR NUESTROS NIÑOS Y EL FUTURO DE LOS MARES!!!

¡¡¡YA ESTUVO BUENO CON TANTA BOTELLA !!!
Limpiemos nuestros campos, ríos,
canales, playas.
Hagamos cada quien lo que nos
corresponde, ¡¡¡Organiza!!!
¡Iniciemos por nuestro entorno!

Con el ejemplo, Guatemala invita a todos los países de América Latina a unirnos en una cruzada de salvación en donde la limpieza empieza por casa. Limpiemos los cuerpos de agua.

Iniciemos con nuestro entorno: campo, drenes, canaletas, ollas de agua, ríos, presas, lagunas.

Evitemos que la basura ingrese al mar, con la instalación de las **BIO-BARDAS**, (Especiales para atrapar plásticos y basura.)

Actualmente los pobladores de varios departamentos del país de Guatemala en conjunto, emprendieron una lucha sin tregua para limpiar sus cuerpos de agua.

Página de la SEDER donde se puede ver por vía multimedia/boletín "El Gallito Granjero".
<http://seder.jalisco.gob.mx/>

Una ruta de acceso más sencilla al boletín "El Gallito Granjero"
<http://www.oidrus-jalisco.gob.mx/libreria/gallitogranjero/>



Isla de basura en el mar, del tamaño del Estado de Chihuahua

Educación a distancia Para saber si aprovechaste los conocimientos, aplícalos en tu propio beneficio.

Donde hay aprendizaje, hay más esperanzas de poder solucionar las situaciones que se presenten en el transcurso del caminar de la vida.

La educación de un pueblo es la mejor inversión de una nación. ● La capacitación se da, no importa por qué medio llegue.



ALIMENTOS QUE NUNCA DEBIERAN ENTRAR EN TU BOCA

Los 7 alimentos enemigos de tu salud que nunca deberían acercarse a tu boca. Están repletos de aditivos e ingredientes químicos que siembran desordenes en tu cuerpo, perturban el sistema inmunológico y causan **cáncer**.

Alimento tóxico

1: El azúcar

El enemigo número uno de tu salud. Causante de enfermedades como la obesidad y la diabetes. Daña el páncreas, el hígado y el sistema digestivo. Así como tu sistema nervioso. Los azúcares que se encuentran naturalmente en las frutas y la miel son beneficiosos para la salud, siempre y cuando se consuman con moderación.

2: La harina

Aparentemente inofensiva, la harina tiene el mismo efecto que el azúcar en el cuerpo. Perturba la producción de la insulina. Durante la fabricación de la harina, la parte más nutritiva del grano de trigo y la mayoría de las fibras, se eliminan. Por lo tanto, casi no tiene valor nutricional.

3: Hamburguesas (comida rápida)

Los productos de comida rápida como las hamburguesas, son alimentos perjudiciales para la salud por su alto

contenido en las carnes procesadas, sodio y grasas saturadas.

4: Embutidos

Las carnes procesadas como las salchichas, toda clase de embutidos... son ricas en nitratos y sodio, sustancias que pueden ser peligrosas para la salud, causando enfermedades y cánceres; el consumo de carne aumenta el riesgo de cáncer de colon. Los nitratos, cuando se transforman en nitrito (una vez digerido) pueden formar nitrosaminas, un químico altamente cancerígeno.

5: Buñuelos

Todos sus ingredientes son un cóctel tóxico para tu salud: contienen azúcar blanco, harina blanca y grasa saturada. De hecho, el consumo de grasas saturadas y azúcar resulta en un mayor riesgo de enfermedades del corazón y diabetes.

6: Papas fritas

Cuando los alimentos se fríen a altas temperaturas, la presencia de un agente cancerígeno llamado *acrilamida* puede ser detectado. Según un investigador, "El consumo de papas fritas aumenta la presión arterial y el colesterol en la sangre y, por lo tanto, aumenta el riesgo de



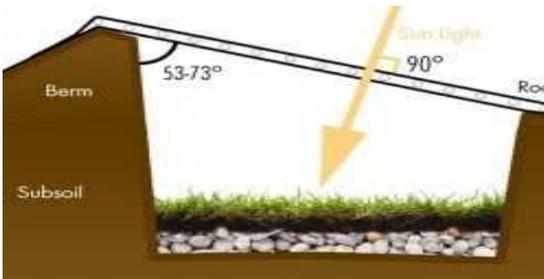
ataque cardíaco y accidente cerebro vascular (ACV)". Una dieta alta en sal, aumenta el riesgo de cáncer gastrointestinal.

7: Sopas enlatadas

La mayoría de los alimentos enlatados son cargados con sal. Algunas sopas enlatadas pueden contener hasta 890 miligramos de sodio, o el equivalente de sus necesidades diarias. El sodio retiene el agua en el cuerpo (y crea retención de líquidos), y se altera la actividad cardíaca con el aumento de la presión arterial, lo que puede causar riesgo de paro cardíaco.

Fuente: Informao

INVERNADERO PROTEGIDO DE LA TIERRA



Este tipo de invernadero es relativamente simple de construir y mucho más barato que los invernaderos prefabricados convencionales. ¿Quieres uno en tu propio patio trasero?.

Construir un invernadero protegido

por la tierra es una forma ecológica de cultivar plantas.

El clima controlado de un refugio de tierra debería ayudarlo a cultivar, sin importar el clima. Están protegidos de las fuertes lluvias, los vientos y las heladas, y como el invernadero

funciona con energía solar, consume menos energía para mantener vivas a las plantas. Las plantas nunca corren el peligro de perder nutrientes, ya que obtienen sus nutrientes directamente de la tierra.

Fuente: Im Lewis ha guardado en Casas verdes/ jardinería

USO DEL AZUFRE EN PLANTAS

El azufre es uno de los productos más utilizados sobre las plantas, este producto está recomendado para la agricultura ecológica debido a que es natural y no causa daños en el medio ambiente. El uso de este producto tiene un doble beneficio sobre las plantas. Por un lado actúa como repelente de insectos y por otro lado como fungicida (evita el ataque por hongos).

Como repelente, actúa sobre ácaros y propilosis (mosca pequeña de los brotes), que son una de las plagas más difíciles de controlar debido a su pequeño tamaño y la rapidez del daño que producen en la planta. La forma de utilización es a través del espolvoreo en las hojas, tanto en la parte superior como en la inferior, que es donde principalmente se hospedan estas plagas. Se recomienda espolvoreos semanales (una vez a la semana) y a mano para lograr una adecuada aplicación.

Como fungicida, actúa sobre el hongo de la oidiosis, que produce polvo blanco sobre las hojas; también se aplica con espolvoreos en ambas partes de las hojas y aplicaciones semanales para evitar que el hongo pueda establecerse y cause daño a la planta, es decir, previene la enfermedad. La cantidad de azufre por aplicar depende del tamaño y número de hojas de las plantas a proteger.

A pesar de las bondades de este producto, se debe realizar una prueba en una planta al azar antes de aplicarlo a todo un biohuerto, debido a que en cultivos sensibles puede causar marchitez de las hojas, esto es denominado toxicidad; algunos de los cultivos que no son afectados por la aplicación de azufre son: la papa, tomate, espárrago, ají, rabanito, zapallito italiano, etc. El resto requiere de pruebas de una semana de duración para comprobar su toxicidad.



Si por casualidad se aplica azufre a un cultivo que es sensible y empieza por pequeños manchones de plantas a marchitarse rápidamente, se debe rociar agua cada 2 – 3 horas sobre las hojas hasta 3 veces al día para retirar los restos de este producto (como un lavado) y esperar algunos días hasta que la planta se recupere, después de la aplicación de azufre.

JABILLO, CEIBA AMARILLA O SOLIMÁN

Conocido como el Hura crepitans*, también llamado jabillo, ceiba amarilla o solimán, es un árbol venenoso para los humanos. Nativo de las regiones intertropicales americanas, tanto en América del Norte y Central, como en América del Sur, especialmente en las cuencas del Orinoco y del Amazonas. Es un árbol venenoso, y parece ser que nada más para humanos, porque hay loros, monos y otros bichos, que se alimentan de sus frutos. En esta planta, su tronco está cubierto de filosas púas que, en zonas urbanas, es necesario cortar para evitar accidentes con los transeúntes; es de raíces grandes y expuestas, que pueden crecer considerablemente y afectar las construcciones vecinas; además, sus pesadas ramas pueden ser desgajadas durante las tormentas, el peso de la madera mojada y el viento puede causar bastantes daños a casas y edificios al romperse; finalmente, su savia es tan tóxica que

los nativos de las Amazonas la usaban para envenenar sus lanzas y flechas para pescar y cazar.

Pero lo que realmente me llamó la atención fueron los frutos: son altamente purgantes si se consumen crudos y, en un cruel giro del destino, son pequeñas bombas de tiempo orgánicas. Según wikipedia:

"El fruto es similar a una pequeña calabaza, con lóbulos alrededor que contienen las semillas en forma de disco, del tamaño aplanados, que están encerradas entre dos pequeñas cápsulas curvas de madera muy dura. Estas semillas maduran al llegar la época de lluvias y el agua, al mojarlas, las hace estallar en muchos pedazos, produciendo un ruido muy fuerte. El estallido lanza las semillas a grandes distancias, con lo que puede extenderse el área de difusión. Dicho estallido es el responsable de su nombre científico* (el término crepitans hace referencia a este



hecho)".

El Hura crepitans: el único árbol que se reproduce por garras de velociraptor. Estas semillas, al romperse durante las primeras lluvias, pueden lanzar fragmentos a gran velocidad en un área extendida, aunque no es frecuente que cause daños o heridas a los seres humanos. Siento que si éste árbol caminara, nos hubiera esclavizado a todos, ¿y todavía osan decir que la madre naturaleza nos ama?.

BOLITAS DE COCO: RECETA PARA POSTRES Y CUMPLEAÑOS

Ingredientes:

- 1 taza de coco rallado
- 1 lata de leche condensada
- 1 cucharada (sopera) de mantequilla
- Moldes de papel para las bolitas

Consejos: esta receta es muy parecida a uno de los dulces más tradicionales de Brasil.

Cómo preparar las bolitas de coco, paso a paso:

1. En una cacerola, juntar la leche condensada, la mantequilla y el coco rallado. Dejando una taza de coco rallado separada. Mezclar todo muy bien y llevar

al fuego.

2. Remover siempre, hasta que consigas una masa homogénea.
3. Seguir removiendo con una cuchara de madera hasta que la mezcla empiece a engrosar.
4. Cuando la mezcla empiece a despegarse del fondo, retira la cacerola del fuego y deposita la mezcla en una superficie llana para que se enfríe.
- 5- Cuando esté frío, con la ayuda de una cucharita, hacer bolitas con las manos.
6. Enseguida, pasar cada bolita por el coco rallado restante.



7. Disponer cada bolita en un molde de papel. ¡Y ya tenemos las bolitas de coco para el postre o para alguna celebración familiar!.

FUNGICIDA DE COLA DE CABALLO

La cola de caballo (*Equisetum arvense*) se utiliza como fungicida (control de hongos) por su alto contenido en sílice y la presencia de una saponina tóxica para los hongos llamada **Equisetonina**, las cuales son eficaces para el control de diversos tipos de hongos que infectan a la planta como: la Roya (heridas en las hojas), Oidiosis (polvo blanco sobre las hojas), Mildiu (manchas blanquecinas debajo de las hojas), Phytophthora sp (pudrición y marchitez de plantas), Septoria (manchas oscuras en hojas), Botrytis sp. (pudrición de brotes, flores y frutos), Alternaria (manchas oscuras en hojas), etc.

Su principal mecanismo de acción se basa en que favorece el engrosamiento de las paredes celulares, lo que impide la penetración de los hongos. Su uso se recomienda tanto como preventivo (evita que el hongo se instale en la planta), como curativo (Elimina al hongo ya instalado en la planta).

Materiales e insumos

- Un atado de hojas de cola de caballo
- 1 litro de agua
- Recipiente de plástico con tapa
- Una tijera
- Una estufa una fuente de calor (jarra hervidora)
- 1 trozo chico de jabón blanco para ropa

Preparación

Las hojas de cola de caballo se pueden comprar con los hierbateros de los

mercados, la mayor cantidad de estas plantas son traídas de la Sierra.

Al conseguir las plantas, se procede a picar las hojas con ayuda de una tijera (en pedazos pequeños).

Después de tener las hojas listas, se colocan dentro de un recipiente y se agrega el agua hasta que las cubra totalmente, se procede a enjuagar las hojas con esta agua. Después se tapa y se colocan en un lugar fresco por 12 horas aproximadamente para que empiecen a brotar las sustancias benéficas en el agua. Al finalizar este periodo, se procede a cocinar esta mezcla en una estufa por 10 ó 15 minutos a fuego lento y después se deja reposar hasta que enfríe; al finalizar este periodo se procede a tamizar el líquido (ya sin hojas), este líquido estará listo para ser aplicado a las plantas. Una característica de este preparado es su olor agradable y su color caramelo.

Aplicación

La dosis de aplicación varía, sin embargo la más usada es la de 1/3, es decir una taza de líquido de cola de caballo por cada 3 tazas de agua. Se debe aplicar con ayuda de un rociador para que las gotas finas queden adheridas a las hojas; si se desea una mayor adherencia, se puede disolver un pequeño pedazo de jabón blanco para lavar ropa.

Para un mejor control de los hongos, se debe aplicar este preparado en la parte superior e inferior de las hojas, debido a



que gran parte de los hongos se encuentran en la parte inferior de las hojas, porque rechazan la luz directa. Se debe aplicar de preferencia una vez por semana para evitar que sea atacado por el hongo como preventivo o cada dos días cuando el hongo ya está presente, como curativo.

De no utilizarse todo el preparado, se puede almacenar en el refrigerador, en la parte baja del mismo, de esta forma puede durar de 1 a 2 meses sin perder sus propiedades curativas.

INFORMACIÓN DEL USO DE AGUA OXIGENADA EN LA AGRICULTURA

El agua oxigenada es lo mismo que el peróxido de hidrógeno, siendo un compuesto formulado solo de agua y oxígeno. El agua oxigenada es por mucho, el mejor desinfectante, ya que éste actúa por oxidación en los microorganismos, matándolos, y dejando limpia el área. Pero en este artículo nos basaremos a los usos del agua oxigenada en la agricultura, como las recomendaciones de dosis de la misma.

Primero que nada, la Agencia para la Protección de Medio Ambiente (EPA es una agencia del gobierno federal de Estados Unidos encargada de proteger la salud humana y proteger el medio ambiente: aire, agua y suelo), que es la que tiene reconocida al agua oxigenada como una aplicación correcta para la agricultura orgánica, por lo cual funciona tanto para ésta, como para la agricultura convencional.

Uso del agua oxigenada como fungicida.

Para el uso contra patógenos, se recomienda utilizar 3 litros de agua oxigenada al 25% para 200 litros de agua. Haciendo aplicaciones por la mañana antes de que existan rayos intensos de sol, puede ser acompañada de un adherente como refresco, inexistente a dosis de 1 ml por litro, o 200 mililitros por tambo. Para la

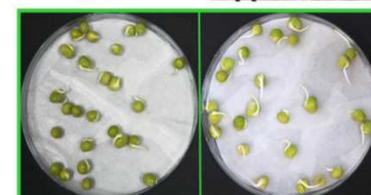
prevención de patógenos se realizará la misma acción, solo bajando la dosis a litro y medio de agua oxigenada por 200 litros de agua acompañada de la misma cantidad de adherente. Realizar aplicaciones cada 15 días.

Uso del agua oxigenada para descompactar tierra y evitar podredumbres. El agua oxigenada funciona muy bien para descompactar suelos o ayudar a los suelos que permanecen por más de un día llenos de agua debido a exceso de lluvias. Como sabemos, el agua en exceso puede llegar a provocar incidencias de patógenos, como ahogar por completo las raíces por la falta de oxígeno en el suelo, para esto se recomienda utilizar dosis de agua oxigenada a 6 litros de agua oxigenada al 10 % en un tambo de 100 litros, vía riego por goteo.

Uso de agua oxigenada para la desinfección de materiales para campo.

El agua oxigenada funciona como un excelente desinfectante, el cual puede desinfectar sustrato a dosis de 200 ml de agua oxigenada al 3 % por cada litro de agua. Desinfección de materiales no metálicos: 500 mililitros de agua oxigenada al 3 % por cada litro de agua. Dándoles inmersión a estos utensilios por 30 minutos aproximadamente.

El agua oxigenada se descompone en



Efecto del agua oxigenada sobre la germinación de semillas de guisante.



presencia de cualquier materia orgánica, y con la luz, por ello no debe reutilizarse y debe guardarse en frascos opacos y bien cerrados. Debe aplicarse preferentemente al anochecer. Es aconsejable mezclarla con agua destilada o de botellón. Debe usarse inmediatamente después de preparada la mezcla.

Como punto final, se recomienda ser cuidadoso con el uso de agua oxigenada en la agricultura, ya que ésta también se encargará de eliminar microorganismos benéficos para nuestro cultivo.

MEZCLA CASERA PARA ELIMINAR HONGOS DE LAS UÑAS RÁPIDO

Ingredientes:

Vinagre blanco: un cuarto de taza.

Agua oxigenada 10 volúmenes: media taza.

Alcohol etílico 70%: media taza.

Modo de preparación:

Primero, mezcle alcohol con el agua oxigenada.

Después agregue poco a poco el vinagre blanco. Mezcle con una cuchara.

Con una gasa o una mota de algodón, aplique la mezcla en las uñas atacadas por los hongos.

Deje la mezcla actuar de 15 a 20 minutos.

Enjuague con agua fría y seque bien las uñas con una toalla.

Repita el procedimiento hasta dos veces por día, por la mañana y en la noche antes de dormir.

Durante el tratamiento, intente evitar zapatos cerrados y utilice medias de algodón, nunca sintéticas, pues no dejan a la uña respirar.

Atención:

Los consejos de esta página no lo exentará a una consulta médica. Si



posee alguna enfermedad, consulte siempre a un especialista. ¡Intente este tratamiento y cuéntenos los resultados, estamos seguros que se sorprenderán por los resultados!

Fuente: Isabel Corte Colaboradora

¿SABES POR QUÉ NUESTRO CUERPO REACCIONA ASÍ?

¿Por qué bostezas?

La utilidad principal del bostezo es conseguir que el cerebro se enfríe cuando está sobrecalentado o sobrecargado, aunque hay otras causas: conseguir un extra de oxígeno, aumentar la atención o como un arcaico sistema de comunicación que usaban nuestros antepasados para sentir empatía por los demás miembros del grupo (por eso es tan contagioso).

¿Por qué estornudas?

Al estornudar expulsas de golpe alérgenos, microbios, polvo, que pueden irritar las vías respiratorias.

¿Como sacar toda la basura de golpe!

¿Por qué nos estiramos?

Sobre todo cuando te levantas por la mañana o te despiertas de una buena siesta. Lo haces para preparar al cuerpo para el trabajo físico, trabajas los músculos, restauras el flujo sanguíneo y mejoras tu humor.

¿Por qué tienes hipo?

El hipo es una de las funciones del cuerpo más extrañas. Si comes muy rápido, comes trozos de comida grandes o te sobrecalientas, el nervio vago se irrita. Este nervio está asociado al estómago y al diafragma. Por eso tienes hipo.

¿Por qué te sobresaltas mientras duermes?

Estás dormido y, de repente, notas una sacudida, como un shock eléctrico. En ocasiones te da la sensación de que caes desde una altura considerable o que vas a caer de la cama. Este fenómeno ocurre cuando comienzas a quedarte

dormido.

Tu cerebro interpreta esto como que vas a morirte y reacciona de esa manera.

¿Por qué se te arrugan los dedos cuando los mojas?

Este es uno de los fenómenos corporales más curiosos. Cuando hay un incremento de humedad considerable, el cerebro considera que el entorno va a ser resbaladizo, así que los dedos necesitan rugosidades para agarrarse mejor a lo que tengas cerca. En otras épocas, nuestros antepasados vivían cerca de costas, los dedos rugosos les permitían coger peces, vegetales mojados o rocas mojadas con mayor facilidad.

¿Por qué se pierde la memoria?

Cuando ocurre una experiencia muy desagradable o traumática, el cerebro borra esas imágenes. Por eso cuando alguien tiene un accidente, sólo recuerda hasta unos momentos antes del impacto.

¿Por qué se pone la piel de gallina?

La piel de gallina consigue que se reduzca la cantidad de calor que pierde tu cuerpo, así que es más fácil mantener la temperatura corporal en entornos difíciles.

¿Por qué lloramos?

Las lágrimas protegen a la membrana que rodea al ojo del contacto de pequeñas partículas, pero también tienen un efecto de defensa emocional. Algunos científicos piensan que, al llorar, se crea una fuente de irritación que te distrae de aquello que te está causando dolor.



Desde hace 23 años en el aire

Es un programa técnico, científico, cultural e informativo

Acompáñanos



El Gallito Granjero

Programa de Radio para del Desarrollo Sustentable que trata todos los temas relacionados con el campo.
 Domingos 9 de la mañana. Frecuencia 760 a.m.
 Televisa Radio Guadalajara.

Directorio

Revisión Técnica y Forma	Tel.	Ext.
Dr. Salvador Mena Munguía.....	37 77 – 11 55	3175
Dra. Martha Isabel Torres Morán	37 77 – 11 50	33141
(CUCBA UDG)		
Ing. Ricardo Rivas Montiel (HCG).....	36 17 – 07 60	52630
Téc. Teresita del Niño Jesús Ortiz García.....	30 30 – 06 00	56195

Edición y Diseño

Ing. María Elena Estrada García.....(33) 30 30 06 71
 Coordinadora de Desarrollo Rural, Radio y Comunicación Social
programagallito@hotmail.com