RINCÓN DEL AGRICULTOR · GUÍA PRÁCTICA

Rotación de cultivos en 4 bancales

Una guía para huertos ecológicos en Canarias

Cuatro bancales, cuatro años y una idea sencilla: que ninguna familia de cultivo repita en el mismo sitio y que el suelo tenga siempre algo que comer. Esta guía propone un orden, no una receta cerrada.

LA IDEA EN UNA FRASE

La rotación no consiste en cambiar de cultivo por cambiar: consiste en alternar familias, raíces, hojas y frutos para no agotar el suelo ni multiplicar las plagas.

Noviembre de 2026 · Documento orientativo · Ajustar a la altitud, el agua y el suelo de cada finca.

01 · EL SUELO

Por qué merece la pena rotar

Repetir el mismo cultivo en el mismo bancal año tras año facilita que se acumulen plagas y enfermedades, agota ciertos nutrientes y empeora la estructura del suelo. La rotación rompe ese círculo.

- Alterna familias: las solanáceas y las cucurbitáceas no deben repetir en el mismo bancal.
- Alterna órganos: hoja, raíz, fruto y leguminosa tienen necesidades distintas.
- Incluye una leguminosa cada año: habas, guisantes o judías aportan nitrógeno.
- Deja el suelo cubierto: una cubierta o un acolchado protege la vida del suelo.

REGLA DE TRABAJO

Los tres criterios

Criterio	Pregunta	Consecuencia
Familia	¿Es de la misma familia que el año pasado?	No repetir solanáceas, cucurbitáceas ni brassicáceas en el mismo bancal.
Órgano	¿Cosecho hoja, raíz o fruto?	Alternar para no agotar el mismo horizonte de suelo.
Leguminosa	¿Hay una leguminosa en el ciclo?	Al menos una vez cada cuatro años en cada bancal.

PARA RECONOCERLAS

Familias y ejemplos

Grupo	Ejemplos	Qué aporta	Cuidado
Leguminosas	Habas, guisantes, judías	Fijan nitrógeno y mejoran el suelo	No abusar; pueden atraer pulgón
Hojas	Lechuga, acelga, espinaca, col	Cubren rápido y aprovechan nitrógeno	Necesitan agua y sombra en verano
Raíces y bulbos	Zanahoria, remolacha, rábano, cebolla, puerro	Sueltan el suelo y aprovechan otros horizontes	Evitar exceso de abono fresco
Fruto	Tomate, pimiento, berenjena, calabacín, pepino	Alta demanda de agua y nutrientes	Solanáceas y cucurbitáceas: no repetir
Papa	Papa local, bonita, millo	Tubería y cobertura	Es solanácea: 3–4 años sin repetir
Aromáticas	Cilantro, perejil, albahaca	Borde, polinizadores y aroma	No invadir el bancal principal

02 · EL ORDEN

Una rotación de 4 bancales

Cada fila es un año. Cada columna es un bancal. La secuencia gira una posición cada año, de modo que cada bancal pasa por los cuatro grupos.

Año	Bancal 1	Bancal 2	Bancal 3	Bancal 4
Año 1	Leguminosa	Hoja	Raíz	Fruto
Año 2	Hoja	Raíz	Fruto	Leguminosa
Año 3	Raíz	Fruto	Leguminosa	Hoja
Año 4	Fruto	Leguminosa	Hoja	Raíz

Si incorporas papa, trátala como solanácea: no la pongas después de tomate, pimiento o berenjena. Puede ocupar el lugar del fruto un año, pero necesita su propio descanso.

EN LA PRÁCTICA

Cómo leer la tabla

- Bancal 1, año 1: habas o guisantes. Año 2: lechuga y acelga. Año 3: zanahoria y cebolla. Año 4: tomate o calabacín.
- Cada bancal recorre los cuatro grupos en cuatro años; no hace falta memorizar la tabla.
- Si un bancal se queda vacío, siembra una cubierta (avena, mostaza o leguminosa) y incorpórala.
- Anota en el cuaderno qué sembraste y qué cosechaste: la rotación se corrige con lo que ves.

NO ES UNA REGLA RÍGIDA

La tabla es un punto de partida para cuatro bancales. Si tienes más, repite el ciclo; si tienes menos, prioriza no repetir familia y incluir una leguminosa. La observación del bancal manda sobre el papel.

03 · EL CLIMA

El calendario en Canarias

En Canarias el invierno es suave y el verano está marcado por el alisio y la escasez de agua. El calendario se adapta a la altitud y a la orientación: no es lo mismo la costa que la medianía.

Época	Cultivos que suelen funcionar
Otoño – invierno (sep–mar)	Habas, guisantes, lechuga, acelga, espinaca, col, cebolla, puerro, zanahoria, remolacha, rábano, cilantro, perejil.
Primavera – verano (mar–sep)	Tomate, pimiento, berenjena, calabacín, pepino, judía, maíz, calabaza, boniato, albahaca. Papa según zona y agua.
Todo el año con manejo	Acelga, lechuga de hoja, rábano, cilantro y perejil, con riego y sombra en los meses fuertes.

En medianías y cumbres, retrasa unas semanas la primavera y adelanta el otoño. En costa, puedes adelantar; pero el agua y el viento mandan más que el calendario.

La papa, el millo, la batata, las habas y la cebolla tienen variedades locales adaptadas. Úsalas cuando puedas: son la mejor garantía frente al viento, la sal y la sequía.

04 · ADAPTACIÓN

Cinco cosas que cambian en Canarias

Tema	Qué hacer
Agua	Acolcha, riega por goteo y agrupa cultivos con necesidades parecidas. El agua es el límite principal.
Viento y sal	Usa cortavientos, variedades resistentes y evita trasplantes en rachas fuertes.
Suelo volcánico	Busca buen drenaje, aporta materia orgánica y no trabajes el suelo encharcado.
Variedades locales	Papa bonita, millo, batata, habas, cebolla y tomate local: semilla adaptada.
Cubiertas	Leguminosa, avena o mostaza entre cultivos; no dejes el suelo desnudo.

05 · ANTES DE SEMBRAR

Lista de comprobación

- ☐ Cada bancal tiene asignado un grupo para este año.
- ☐ Ninguna familia se repite en el mismo bancal dos años seguidos.
- ☐ Hay al menos una leguminosa en el ciclo de cuatro años.
- ☐ El bancal tiene acolchado o cubierta si va a estar libre.
- ☐ El riego está pensado para la época y el cultivo.
- ☐ He anotado la siembra, el trasplante y la cosecha en el cuaderno.
- ☐ He revisado las variedades locales y la altitud de la finca.

PARA NO CAER

Errores que se repiten

- Repetir tomate, pimiento o papa en el mismo bancal.
- Dejar el suelo desnudo entre cultivos.
- Sembrar por calendario sin mirar la altitud y el agua.
- No anotar nada y decidir la rotación de memoria.
- Abonar en exceso las raíces y los bulbos.

Fuentes y adaptación

Guía elaborada a partir de principios generales de agricultura ecológica y de la experiencia de campo en Canarias. Para el riego, consulta las recomendaciones del Cabildo de La Palma (Smart Agro) y SIAR Canarias. No sustituye el asesoramiento de un técnico agrícola.

Rincón del Agricultor · Huerto Mercadillo · Noviembre de 2026