

# LECHUGA

Es una planta autógama, su raíz no llega nunca a sobrepasar los 25 cm de profundidad, es pivotante, corta y con ramificaciones; las hojas están colocadas en roseta, desplegadas al principio, en unos casos siguen así durante todo su desarrollo, y en otros se acogollan más tarde.

El borde de los limbos puede ser liso, ondulado o aserrado; su tallo es cilíndrico y ramificado.



## Producto

Es una hortaliza formada por grandes hojas que pueden ser algo dentadas y que se disponen unas sobre otras formando en algunos casos un repollo. Las hay de diferentes formas, tamaños y colores verdes y rojas. Es pobre en nutrientes.



## Establecimiento del cultivo

La multiplicación suele hacerse con planta en cepellón obtenida en semillero, sembrando en cada alvéolo una semilla a 5 mm de profundidad; una vez transcurridos 30 a 40 días, será plantada cuando tenga 5 a 6 hojas verdaderas y una altura de 8 cm. La siembra directa se realiza en caballones o en banquetas a una altura de 25 cm para que las plantas no estén en contacto con la humedad, además de evitar los ataques producidos por hongos.

La plantación debe hacerse de forma que la parte superior del cepellón quede a nivel del suelo, para evitar podredumbres al nivel del cuello y la desecación de las raíces.



## Condiciones edáficas y clima

La temperatura óptima de germinación oscila entre 18 y 20 °C, en fase de crecimiento el cultivo requiere temperaturas entre 14 y 18 °C por el día y 5 a 8 °C por la noche, pues exige que haya diferencia de temperaturas. Durante el acogollado se requieren temperaturas en torno a los 12 °C por el día y 3 a 5 °C por la noche. Como temperatura máxima puede soportar hasta los 30 °C y como mínima hasta -6 °C.

Los suelos deben ser ligeros, arenoso-limosos, con buen drenaje, situando el pH óptimo entre 6.7 y 7.4.



## Usos

Es de consumo humano en fresco principalmente, y es la base de cualquier ensalada. Provee una pequeña cantidad de fibra, algunos carbohidratos, un poco de proteína y una mínima cantidad de grasa.



Nombre científico  
*Lactuca sativa L.*

Fuente: SIAP.



**AGRICULTURA**  
SECRETARÍA DE AGRICULTURA Y DESARROLLO RURAL



**SIAP**  
SERVICIO DE INFORMACIÓN  
AGROALIMENTARIA  
Y PESQUERA