



# MANUAL

PARA LA  
IMPLEMENTACIÓN  
DE HUERTOS  
URBANOS  
DE CAMOTE

**2023**



---

**MANUAL PARA LA IMPLEMENTACIÓN**  
**DE HUERTOS URBANOS DE CAMOTE**

---



# Créditos

## **DIRECTOR EJECUTIVO DE INIAP**

Raúl Jaramillo

## **DIRECTOR CENTRO KOPIA ECUADOR**

Chang Hwan Park

## **DIRECTOR ESTACIÓN EXPERIMENTAL PORTOVIEJO**

Geover Peña

## **MANUAL Nro. 136**

Implementación de huertos urbanos de camote

## **AUTORES**

Xavier Ortíz  
Gloria Cobeña  
Chang Hwan Park

## **FOTOGRAFÍAS**

Xavier Ortíz

## **DISEÑO Y DIAGRAMACIÓN**

Javier Albuja

## **IMPRESIÓN**

Imprenta IDEAZ

## **TIRAJE**

100 ejemplares

## **REVISORES TÉCNICOS**

### **Jaime Sánchez**

Director de Innovación y Transferencia de Tecnología del INIAP

### **José Luis Zambrano**

Director de Gestión de Conocimiento Científico del INIAP

## **COMITÉ DE PUBLICACIONES**

Estación Experimental Portoviejo:

Geover Peña Monserrate, Mg.

Benny Avellán Cedeño, Mg.

Gloria Cobeña Ruiz, M.Sc.

Luis Plaza Avellán, Ing

## **CITA DE ESTA PUBLICACIÓN**

Ortiz, X.; Cobeña, G.; Park, C. 2023. Manual para la implementación de huertos urbanos de camote. 1era edición, INIAP - KOPIA. Portoviejo, Manabí, Ecuador.

2023, Instituto Nacional de Investigaciones Agropecuarias (INIAP)

Av. Eloy Alfaro N30-350 y Amazonas. Quito-Ecuador

Teléfono: 593-2 256 7645

Correo electrónico: iniap@iniap.gob.ec

www.iniap.gob.ec

## **ISBN**

978-9942-45-214-6

**La reproducción parcial o total de esta publicación, en cualquier forma y por cualquier medio mecánico o electrónico, está permitida siempre y cuando se cite correctamente la fuente.**





# Contenido

<b>PREFACIO</b> .....	08
<b>QUÉ ES UN HUERTO URBANO DE CAMOTE</b> .....	10
<b>IMPORTANCIA DE LOS HUERTOS URBANOS</b> .....	12
<b>DESCRIPCIÓN DEL CAMOTE</b> .....	13
Hábito de crecimiento .....	16
Raíces tuberosas .....	16
Hojas .....	17
Flores .....	17
<b>CAMOTE VARIEDAD INIAP-TOQUECITA</b> .....	18
<b>PROPIEDADES DEL CAMOTE</b> .....	19
<b>CONDICIONES PARA EL HUERTO</b> .....	20
Clima .....	20
Suelo .....	21
Iluminación .....	21
Riego .....	22
Fertilización .....	22
Control de malezas y plagas .....	23
Espacio de siembra .....	23
Drenaje del suelo .....	24
Etiquetas.....	24
<b>EL COMPOST EN HUERTOS URBANOS DE CAMOTE</b> .....	25
<b>COSECHA DEL CAMOTE</b> .....	28
Tiempo de maduración .....	28
Indicadores visuales .....	29
Prueba de la dureza de la piel .....	29
Cosecha temprana de camotes de época seca .....	30
Prueba de cosecha piloto .....	30
<b>PREPARACIONES CON CAMOTE</b> .....	31
<b>BIBLIOGRAFÍA</b> .....	33



## PREFACIO



La implementación de huertos urbanos de camote en Litoral del Ecuador requiere de un manual que proporcione orientación sobre el establecimiento y mantenimiento de este tipo de huertos, considerando que el sistema agroalimentario globalizado si bien produce muchos alimentos, estos son utilizados para procesamiento de las grandes empresas manufactureras, lo cual genera que muchos de ellos tengan precios que no los hacen accesibles para las familias de escasos recursos.

Los problemas de la tierra, transferencia de tecnología, uso de agroquímicos, costo de semillas y los intermediarios en todo el proceso de la producción de alimentos, lleva a la reflexión que vivimos una crisis en el ámbito ambiental, económico, sanitario, alimentario y comunitario. Este manual se desarrolla como una herramienta útil para capacitar a las comunidades urbanas para que puedan cultivar sus propios alimentos, en este caso, camotes, de manera eficiente y sostenible. A continuación, algunas razones que resaltan la importancia de un manual para la implementación de huertos urbanos enfocados en el cultivo de camote.

Fomento de la seguridad alimentaria: este documento refiere a huertos urbanos de camote como un fomento de la seguridad alimentaria local al proporcionar a las comunidades la capacidad de cultivar sus propios alimentos nutritivos de manera sostenible y asequible.





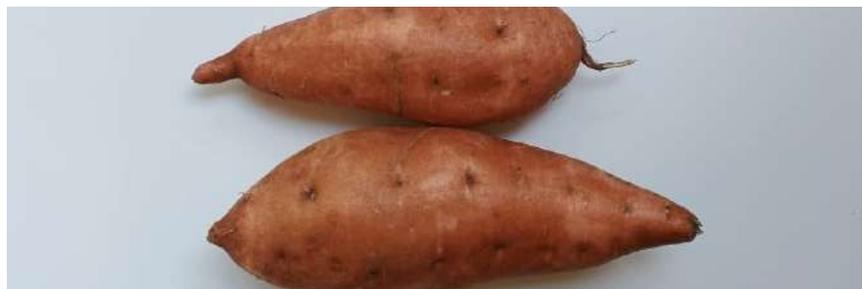
**Promoción de la salud y la nutrición:** La disponibilidad de camote rico en nutrientes esenciales como: provitamina A y vitamina C, fibra y antioxidantes, puede promover una mejor salud y nutrición en las comunidades ecuatorianas, especialmente en aquellas con recursos limitados.

**Sostenibilidad ambiental:** Los huertos urbanos de camote pueden contribuir a la sostenibilidad ambiental al fomentar prácticas agrícolas sostenibles, como el uso de técnicas de cultivo orgánico, la conservación del suelo y el agua, y la reducción de la huella de carbono.

**Educación y capacitación:** Este manual sirve como una herramienta educativa valiosa al proporcionar información detallada sobre las mejores prácticas agrícolas, la gestión de cultivos, el control de plagas y enfermedades, y otros aspectos importantes relacionados con la implementación y el mantenimiento de huertos urbanos de camote.

**Resiliencia frente al cambio climático:** La diversificación de la producción agrícola mediante la incorporación de cultivos como el camote puede aumentar la resiliencia de las comunidades frente a los impactos del cambio climático (ejemplo: el Fenómeno de El Niño), al tiempo que proporciona alimento como fuente confiable de nutrición.

**Promoción de la soberanía alimentaria:** La implementación de huertos urbanos de camote puede promover la soberanía alimentaria al permitir que las comunidades tengan control sobre su producción de alimentos y reduzcan la dependencia de las fuentes externas de alimentos.



## ¿Qué es un huerto urbano de camote?



Un huerto urbano de camote es un espacio de cultivo en entornos urbanos dedicado específicamente al cultivo de camote (*Ipomoea batatas* L.), una planta de origen tropical conocida por sus raíces tuberosas comestibles. Los huertos urbanos de camote pueden desarrollarse tanto en espacios al aire libre, como en terrazas, balcones, patios, jardines comunitarios y otros lugares urbanos donde se pueda cultivar esta planta.

Estos huertos generalmente se establecen con el propósito de proporcionar a las comunidades urbanas un acceso más directo a alimentos frescos y nutritivos, promoviendo así la autosuficiencia alimentaria y fomentando prácticas de cultivo sostenibles en áreas urbanas con limitaciones de espacio. El cultivo de camote en huertos urbanos puede beneficiar a las comunidades a través de:

- **El suministro de alimentos frescos:** Los camotes son una excelente fuente de nutrientes y vitaminas esenciales, lo que los convierte en una adición valiosa a la dieta de las personas en entornos urbanos.
- **El uso eficiente del espacio:** Dado que el camote puede cultivarse en contenedores o espacios reducidos, los huertos urbanos de camote pueden ser una solución eficaz para maximizar el uso del espacio disponible en áreas urbanas limitadas.
- **Educación y conciencia ambiental:** Los huertos urbanos de camote proporcionan una plataforma para educar a las comunidades urbanas sobre la importancia de la agricultura sostenible, la seguridad alimentaria y la conexión con la naturaleza, fomentando prácticas respetuosas con el medio ambiente.





- **Participación comunitaria:** Estos huertos también promueven la participación comunitaria y el trabajo en equipo, ya que su mantenimiento y cuidado suelen ser actividades que involucran a personas de diversas edades y distintas profesiones.
- **Promoción de la biodiversidad urbana:** El cultivo de camote puede ayudar a promover la biodiversidad en entornos urbanos, atrayendo polinizadores y contribuyendo a la preservación de la fauna y la flora local.



En resumen, los huertos urbanos de camote representan una valiosa iniciativa para fomentar la seguridad alimentaria, la sostenibilidad ambiental y la conexión comunitaria en entornos urbanos .



## Importancia de los huertos urbanos



Los huertos urbanos desempeñan un papel crucial en la promoción de la sostenibilidad, la seguridad alimentaria y la cohesión comunitaria en entornos urbanos.

Los huertos urbanos permiten el acceso directo a alimentos frescos y saludables, lo que puede contribuir significativamente a mejorar la nutrición de las comunidades urbanas, especialmente en áreas con acceso limitado a productos frescos.

Estos huertos proporcionan un espacio para educar a la comunidad sobre la importancia de la agricultura sostenible, el respeto por el medio ambiente y la conservación de los recursos naturales. Pueden servir como plataformas de aprendizaje para niños y adultos sobre la importancia de la naturaleza y la importancia de preservarla.

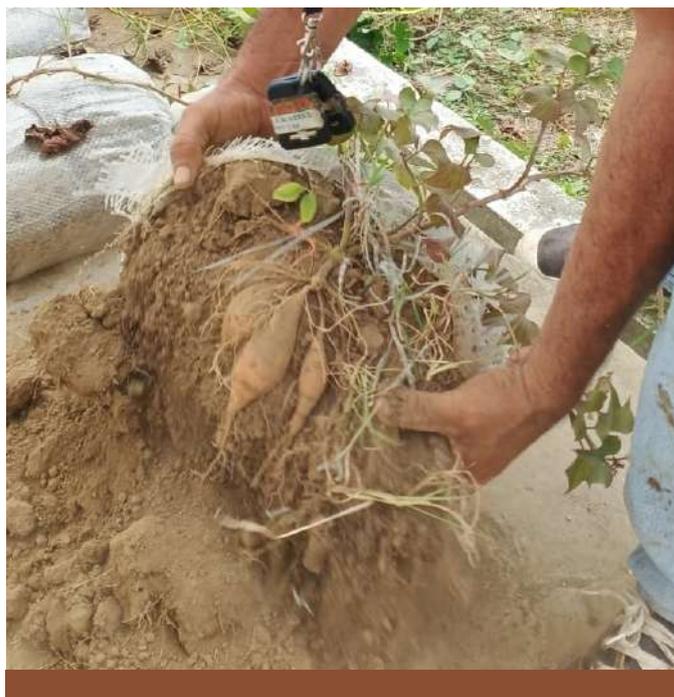
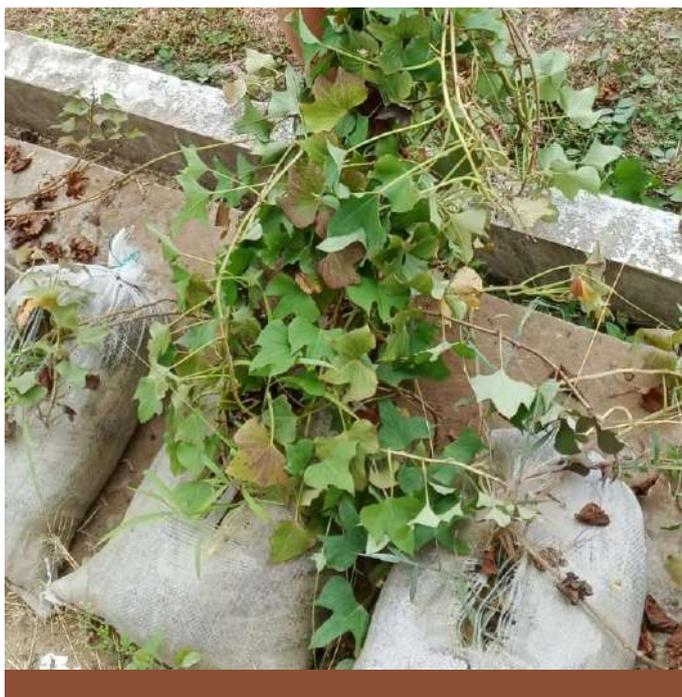
Los huertos urbanos fomentan la interacción entre miembros de la comunidad y promueven el trabajo en equipo y la solidaridad. La participación en actividades propias de estos huertos puede ayudar a fortalecer los lazos sociales y construir una red de apoyo mutuo entre los vecinos.

Al participar en los huertos urbanos se puede obtener efectos positivos en la salud mental y el bienestar general. El contacto con la naturaleza y la participación en actividades al aire libre se ha asociado con la reducción del estrés, la ansiedad y la depresión.

Los huertos urbanos a menudo transforman espacios vacíos o abandonados en áreas verdes, vivas y productivas. Esta transformación no solo embellece la comunidad, sino que también contribuye a la reducción de la contaminación y mejora la calidad del aire en entornos urbanos.

Al fomentar prácticas agrícolas sostenibles, como el compostaje, el reciclaje y el uso eficiente del agua, los huertos urbanos ayudan a sensibilizar a la comunidad sobre la importancia de vivir de manera más respetuosa con el medio ambiente y reducir la huella ecológica.

**Los huertos urbanos representan una forma eficaz de abordar diversos problemas urbanos, al mismo tiempo que fomentan la participación comunitaria y la sensibilización sobre cuestiones ambientales y de seguridad alimentaria.**





# Descripción del camote



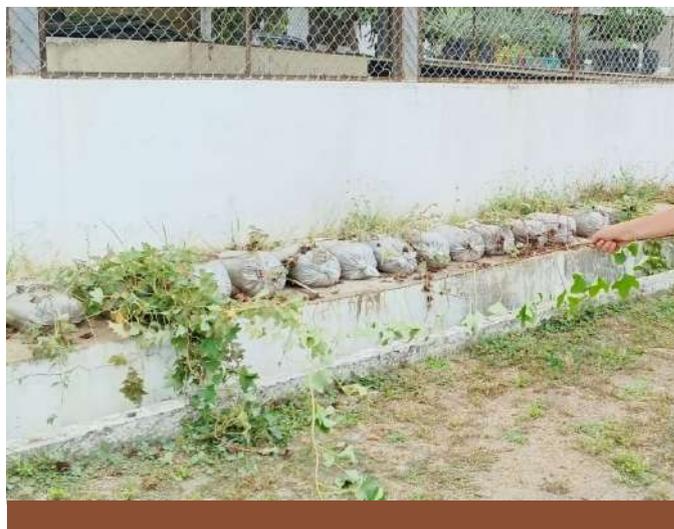
El camote, científicamente conocido como *Ipomoea batatas* L., es una planta herbácea de la familia *Convolvulaceae*. Es ampliamente cultivado en regiones tropicales y subtropicales de todo el mundo por sus raíces tuberosas comestibles, que son dulces y ricas en nutrientes.

Taxonomía	
Reino:	Plantae
Subreino:	Tracheobionta
División:	Magnoliophyta
Clase:	Magnoliopsida
Subclase:	Asteridae
Orden:	Solanales
Familia:	Convolvulaceae
Tribu:	Ipomoeae
Género:	<i>Ipomoea</i>
Especie:	<i>Ipomoea batatas</i> (L.) LAM., 1793

## Hábito de crecimiento

El camote, es una planta perenne que se cultiva como anual en la mayoría de los casos, aunque su producción de raíces tuberosas en campo se establecen fuera de la temporada lluviosa, ya que, el agua produce gran generación de follaje más no de raíz tuberosa. Esta planta tiene un hábito de crecimiento rastrero, dependiendo de la variedad y las condiciones de cultivo.

Las guías pueden extenderse varios metros, produciendo hojas grandes y de varias formas.



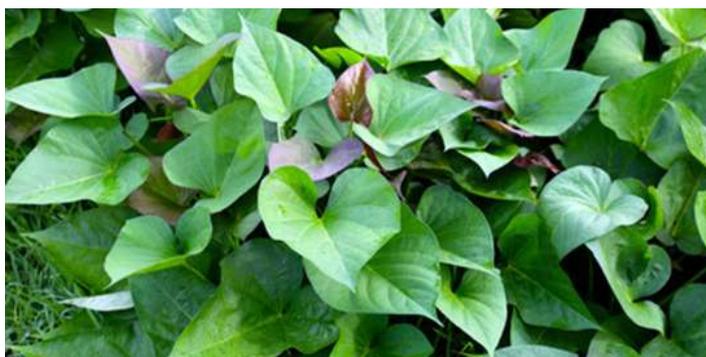
## Raíces tuberosas

La característica más distintiva del camote es su raíz tuberosa, que es su parte comestible. Estas raíces suelen ser de color naranja, amarillo, morado o blanco, dependiendo de la variedad. Son ricas en almidón y azúcares, lo que les confiere su sabor dulce característico.



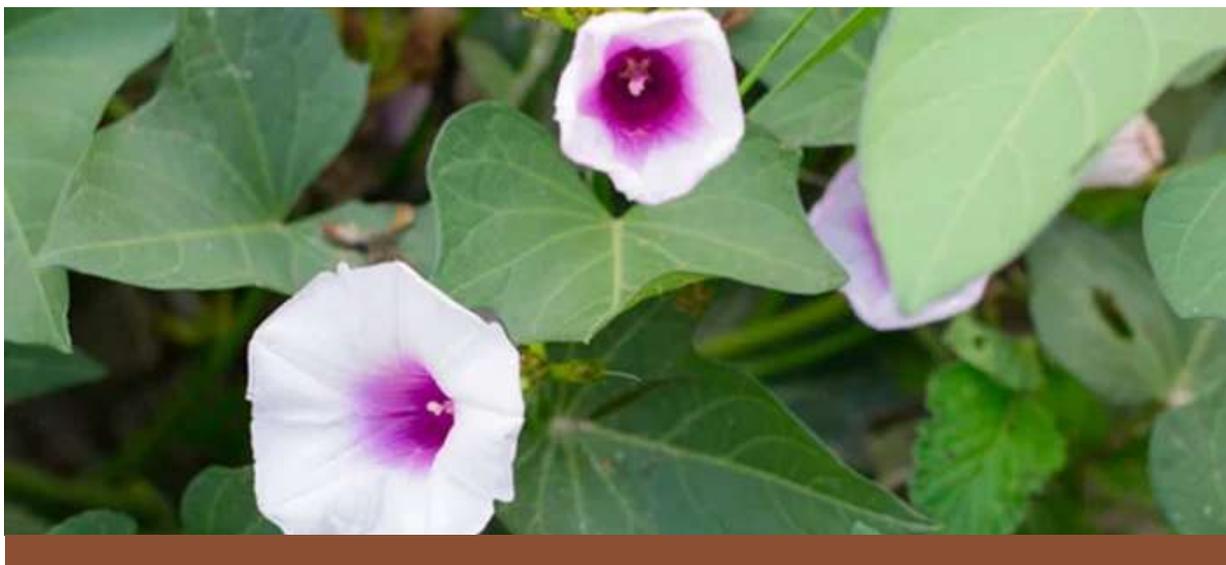
## Hojas

Las hojas del camote son grandes, alternas y pueden tener formas distintas como: redondeada, triangular, hastada, lobulada, entre otras. Suelen tener un color verde o morado intenso y un aspecto distintivo y ornamental.



## Flores

Las flores del camote suelen ser en forma de embudo y de colores variados, como blanco, rosa, púrpura o rojo. Pueden ser solitarias o estar agrupadas en inflorescencias. La planta florece durante la temporada cálida y puede atraer a polinizadores como abejas y mariposas.



Estas características distintivas del camote contribuyen a su versatilidad y su capacidad para crecer en una variedad de entornos, lo que lo convierte en un cultivo valioso para la seguridad alimentaria en muchas partes del mundo.



## Camote variedad INIAP-Toquecita

El camote de pulpa anaranjada de la variedad INIAP-Toquecita es un material de camote desarrollado por el Instituto Nacional de Investigaciones Agropecuarias - INIAP. Esta variedad en particular ha sido seleccionada por su alto contenido de betacaroteno, el cual es un precursor de la vitamina A y un componente esencial para la salud humana.

El camote INIAP-Toquecita es conocido por su sabor dulce y su pulpa de color anaranjado intenso, lo que lo hace atractivo tanto para el consumo fresco como para el procesamiento en diferentes formas de alimentos.

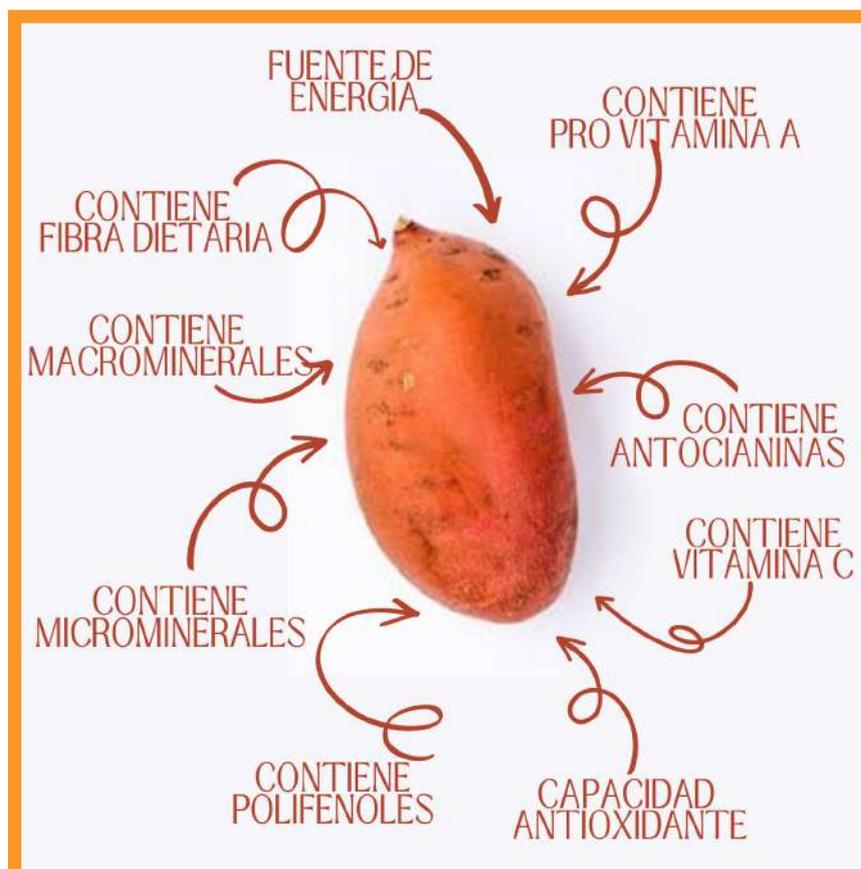


El cultivo de la variedad INIAP-Toquecita puede ser una opción valiosa para agricultores y comunidades que buscan una fuente de alimentos ricos en nutrientes, así como para programas de seguridad alimentaria y salud pública que buscan abordar la deficiencia de vitamina A en ciertas regiones.

# Propiedades del Camote



- **Alto contenido de betacaroteno:** La característica distintiva de esta variedad es su alto contenido de betacaroteno, lo que la convierte en una opción nutricionalmente rica y valiosa, especialmente en regiones donde la deficiencia de vitamina A es un problema de salud pública.
- **Sabor dulce:** El camote de la variedad INIAP-Toquecita se destaca por su sabor dulce, lo que lo convierte en una opción popular para el consumo directo y para su uso en una variedad de platos y recetas.
- **Adaptabilidad:** Esta variedad de camote ha sido seleccionada específicamente por su capacidad para adaptarse a diferentes condiciones agroclimáticas, lo que la hace adecuada para cultivos en una variedad de entornos y regiones.
- **Versatilidad culinaria:** Además de su consumo directo, el camote INIAP-Toquecita se presta para su procesamiento en una amplia gama de productos alimenticios, como purés, sopas, postres, panes y muchos otros platos que pueden beneficiarse de su sabor y valor nutricional.





## Condiciones para el huerto



El cultivo óptimo de camote, incluida la variedad INIAP-Toquecita, requiere ciertas condiciones ambientales y de manejo específicas para garantizar un rendimiento saludable y productivo.

A continuación, se describen algunas pautas generales para las condiciones óptimas de cultivo de camote, incluyendo la variedad INIAP-Toquecita:

### Clima

El camote prefiere climas cálidos con temperaturas diurnas entre 24 y 29 grados Celsius. La temperatura mínima no debe caer por debajo de los 15 grados Celsius. Además, el camote requiere una estación de crecimiento de entre 3-5 meses sin heladas.



## Suelo

El camote prospera en suelos bien drenados y sueltos con un pH entre 5.6 y 6.6. Aunque puede tolerar una variedad de tipos de suelo, prefiere suelos sueltos y arenosos con una buena capacidad de retención de agua.



## Iluminación

El camote requiere plena exposición al sol para un crecimiento óptimo. Se debe seleccionar un lugar en el huerto que reciba entre 12-13 horas de luz solar directa al día, para un crecimiento óptimo y una producción saludable de raíces tuberosas. El cultivo de camote en sombra, no desarrolla raíces tuberosas.



## Riego

El camote necesita un suministro de agua constante durante las primeras semanas, especialmente durante la etapa de prendimiento y desarrollo del cultivo, es decir debe regarse de manera prolija con manguera o regadera hasta los 90 días máximo, ya que el exceso de agua puede ser perjudicial y provocar la pudrición de las raíces tuberosas. Se recomienda una planificación de riego que mantenga el suelo uniformemente húmedo, pero no saturado. Se debe regar máximo 2 veces por semana durante las primeras 8 semanas de la siembra, desde la semana 9 hasta la semana 12 solo debe regarse 1 vez por semana. Si se excede del riego la planta no producirá adecuadamente los deliciosos camotes, ya que la planta con exceso de agua solo se dedicará a generar follaje, por lo que debe asegurarse que en el recipiente existan orificios de drenaje.



## Fertilización:

El cultivo de camote responde muy bien cuando existe una fertilización equilibrada. Se debe aplicar fertilizantes que aporten nitrógeno, potasio, fósforo y microorganismos para fomentar un crecimiento saludable de la planta. Para este tipo de huerto el uso de tierras negras o producidas en composteras es una excelente opción, pero en caso no conseguirlo, se puede aplicar fertilizantes orgánicos, adquiridos en centros de venta de insumos agrícolas.



## Control de malezas y plagas

Es esencial mantener el área de cultivo libre de malezas que compitan con el camote por nutrientes y agua. A medida que las plantas de camote crecen, pueden necesitar ser guiadas para evitar que se enreden y compitan entre sí. La poda de hojas en exceso puede ser necesaria.

Por otra parte, aunque el camote es bastante tolerante a plagas, en el caso de presentarse insectos-plagas como el gusano blanco o chiza y el gorgojo puede aplicar diluciones en agua de creso o naftalina con un atomizador de manera directa sobre el suelo.



## Espacio de siembra

Las plantas de camote, así como los de la variedad INIAP-Toquecita, necesitan un espacio adecuado entre sí para que sus raíces tuberosas puedan crecer de manera óptima. Si siembra directamente en el suelo se debe seguir la recomendación de espacio de siembra según las directrices específicas de cultivo proporcionadas por el Instituto Nacional de Investigaciones Agropecuarias-INIAP, pero si lo hace en recipientes o contenedores se debe tener en cuenta que su densidad de siembra dependerá del área útil del recipiente, es decir que en un recipiente de aproximadamente 30 centímetros de alto por 30 de cada lado, no debería sembrarse más de una guía de aproximadamente 40 centímetros o máximo 2 guías de 15 centímetros separados entre sí por unos 10 a 15 centímetros.



Se debe elegir recipientes que sean lo suficientemente grandes como para permitir un crecimiento saludable de los camotes. Es necesario asegurarse de que los recipientes tengan agujeros de drenaje en la parte inferior para evitar el estancamiento del agua. Ejemplo: sacos, saquillos, fundas, maceteros, recipientes plásticos, en donde se puede plantar 1-2 guías de camote, esto dependerá de las dimensiones del recipiente, pero considerar tener una cantidad idónea entre 10-20 kilos de tierra.



## Drenaje del suelo

Selecciona un lugar con un buen drenaje para evitar problemas de encharcamiento y pudrición de las raíces tuberosas. Evitar áreas que retengan agua fácilmente o que estén propensas a inundaciones, o mascotas que malogren la planta.



## Etiquetas

Colocar identificación a cada saquillo, macetero o recipiente para mantener un registro de las variedades de camote y la fecha de siembra.

# El compost en huertos urbanos de camote



La fertilización en un huerto urbano de camote está directamente relacionada con la buena producción de camote, y la composta es una opción excelente y sostenible para mejorar la producción.

A continuación, se detallan algunas pautas importantes para fertilizar el huerto con composta:

- **Preparación:** Preparar una composta de alta calidad, utilizando una mezcla equilibrada de material orgánico como restos de vegetales, residuos de jardín, restos de comida, papel, y otros desechos orgánicos. Asegurándose de que la composta esté bien descompuesta y sea rica en nutrientes.
- **Aplicación de la composta:** Antes de plantar el camote, agrega una capa de composta al suelo y mézclala bien, con la finalidad de mejorar la estructura de la tierra/sustrato y nutrientes esenciales para las plantas.
- **Top dressing de composta:** Durante la temporada de crecimiento, aplica composta alrededor de las plantas de camote como un "top dressing" para proporcionar nutrientes adicionales y mantener la humedad del suelo.
- **Uso como mantillo:** Utiliza la composta como mantillo alrededor de las plantas de camote para retener la humedad, controlar las malezas y mejorar la estructura del suelo a lo largo del tiempo.
- **Rotación de la composta:** Asegúrate de rotar la composta en tu huerto, aplicándola en diferentes áreas durante diferentes temporadas para garantizar que todas las áreas del huerto se beneficien de sus nutrientes y su capacidad de mejora del suelo.



La composta no solo proporciona nutrientes esenciales para el crecimiento saludable del camote, sino que también mejora la estructura del suelo y promueve la salud general del ecosistema en tu huerto urbano. Es una forma sostenible y efectiva de enriquecer el suelo y promover la producción saludable de tus cultivos de camote.

El reciclaje de residuos orgánicos es fundamental para producir abonos. Si separamos correctamente los residuos de carácter orgánico (restos de cosechas y poda, cáscaras de verduras, frutas y huevo, etc.) podremos hacer compostaje.



Un proceso de transformación de la materia orgánica empleado para descomponer aceleradamente los residuos orgánicos y obtener abonos que fertilicen nuestro suelo. Algunos pasos sencillos para hacer composta incluyen:

- Hacer un hoyo de 1m por 1m y de 30 a 50cm de profundidad (en la tierra), también puedes utilizar un contenedor de madera o plástico (siempre con hoyitos o pequeñas hendiduras para que se ventile).
- Colocar en el fondo una capa de aserrín o ramitas y luego una capa de hojarasca.
- Después coloca residuos orgánicos como cáscaras de fruta, verduras, huevo, residuos de café; o bien restos de poda o cosecha del huerto.
- Cubrir los residuos con otra capa de hojarasca y así hasta llenar el contenedor; también puedes cubrir de forma intercalada con tierrita.
- La composta estará lista después de 6 u 8 semanas, antes de usarla debes cernirla y los residuos más grandes volverlos a incorporar a la composta.
- Hay que revisar que la composta siempre permanezca húmeda agregando un poco de agua sobre todo en la temporada de calor.

A continuación, un esquema gráfico para poner en marcha una compostera:



El reciclaje de residuos orgánicos es fundamental para producir abonos, la composta es una opción excelente y sostenible para mejorar la producción.



## Cosecha del camote

El momento óptimo para cosechar el camote en un huerto urbano depende de varios factores y puede variar según la variedad de camote que estés cultivando y las condiciones específicas de tu entorno de cultivo. Sin embargo, hay algunas pautas generales que pueden ayudarte a determinar cuándo es el momento adecuado para cosechar los camotes:

### Tiempo de maduración:

La mayoría de las variedades de camote tardan entre 90 y 150 días en madurar desde la siembra hasta la cosecha. Consulta la información específica de la variedad de camote que estás cultivando para conocer su tiempo de maduración aproximado.





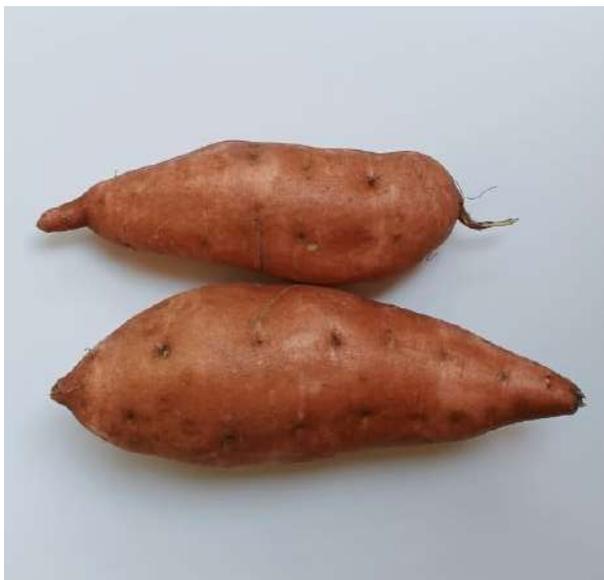
### Indicadores visuales:

Observa las señales visuales de que los camotes están listos para la cosecha. Busca un cambio en el color de la piel del camote, que generalmente se vuelve más intensamente coloreado y brillante. Además, las hojas y los tallos pueden comenzar a secarse y marchitarse, lo que indica que las raíces tuberosas han alcanzado la madurez.



### Prueba de la dureza de la piel

La piel o peridermis del camote debe haberse endurecido antes de la cosecha. Al presionar ligeramente la piel, debería sentirse firme y resistente en lugar de suave o flexible.



## Cosecha temprana de camotes de época seca

Si estás cultivando camotes en época seca, es posible que se pueda cosechar las raíces tuberosas un poco antes, ya que los camotes tempranos tienden a ser más tiernos y dulces.



## Prueba de cosecha piloto:

Para determinar si los camotes están listos para la cosecha, se puede realizar una prueba de cosecha piloto y extraer una o dos raíces tuberosas para evaluar su madurez y sabor.



Cosechar el camote en el momento óptimo es crucial para garantizar que las raíces tuberosas tengan el mejor sabor y textura posible. Al prestar atención a estos indicadores clave, podrás cosechar los camotes en el punto justo de madurez y disfrutar de una cosecha exitosa en tu huerto urbano



# Preparaciones con camote



La gastronomía del camote es diversa y se puede encontrar en una amplia variedad de platos en diferentes culturas de todo el mundo. Aunque la forma en que se prepara y se consume puede variar según la región, algunas de las preparaciones más comunes incluyen:

- **Platos salados:** Se utiliza en una variedad de platos salados en diferentes cocinas, como guisos, curries, estofados y sopas.  
El camote a menudo se combina con especias y hierbas para realzar su sabor.
- **Dulces y postres:** En muchas culturas, el camote se utiliza para hacer postres dulces, como pasteles, tartas, panes, budines y postres fritos.  
El camote se endulza y se mezcla con ingredientes como leche condensada, azúcar, canela y nuez moscada para crear postres deliciosos y reconfortantes.
- **Aperitivos y guarniciones:** El camote también se prepara en forma de aperitivos y guarniciones.  
Se puede cortar en rodajas finas y freír para hacer chips de camote, o se puede asar al horno y servir como guarnición con hierbas y condimentos.
- **Bebidas:** En algunas regiones, se utilizan el camote y su pulpa para hacer bebidas y batidos nutritivos y refrescantes.  
El camote se mezcla con frutas, leche, yogur o especias para crear bebidas sabrosas y saludables.

La versatilidad del camote lo convierte en un ingrediente popular en la cocina de diversas culturas. Además, su perfil nutricional, con altos niveles de vitamina A, vitamina C, fibra y potasio, lo convierte en una opción atractiva para aquellos que buscan agregar más nutrientes a su dieta.

Es relevante indicar valores de Fe (hierro) presentes en hojas y peciolo de camote, pero su recomendación de consumo es previa a cocción por presencia de antinutrientes en estado crudo.



## Bibliografía Consultada



- Cobeña, G. Producción de Camote con buenas prácticas agrícolas (Guía No. 007).
- SAGARPA. El huerto familiar. Disponible en: <https://bit.ly/3lHlboi> Gobierno de la Ciudad de México.
- Guía rápida para huertos urbanos familiares. Disponible en: <https://bit.ly/2EPb55F>
- Agroboca. Fichas técnicas de hortalizas y verduras. Disponible en: <https://bit.ly/3lMu5Ct>
- Tellez-Navarro y colaboradores. Guía ilustrada de plagas y enemigos naturales en cultivos hortícolas en invernadero. Disponible en: <https://bit.ly/3h1qaht>
- Claros-Reynaga y colaboradores. Manual de elaboración de productos naturales para la fertilidad de suelos y control de plagas y enfermedades. Disponible en: <https://bit.ly/2QSb3MJ>
- Bueno, Mariano. Cómo hacer un buen compost: Manual para Horticultores ecológicos. Disponible en: <https://bit.ly/32Zg6Dz>



---

**MANUAL PARA LA IMPLEMENTACIÓN  
DE HUERTOS URBANOS DE CAMOTE**

---

2023

La Agencia de Corea para la Innovación en la Agricultura KOPIA y el Instituto Nacional de Investigaciones Agropecuarias INIAP, a través de la Estación Experimental Portoviejo, pone a disposición de agricultores, extensionistas y promotores agrícolas este Manual para la Implementación de huertos urbanos de camote.



ISBN: 978-9942-45-214-6



@kopiaecuador



KOPIAEcuador



kopia\_ecuador

Agencia de Corea para la Innovación de la Agricultura KOPIA  
Panamericana Sur Km 1, dentro de la Estación Experimental  
Santa Catalina. Sector Cutuglhua  
Teléfono: + (593 2) 3076 648  
Correo electrónico: kopiaecuador@outlook.com  
[www.rda.go.kr](http://www.rda.go.kr)