

NABO

Nombre común: NABO

Nombre científico: *Brassica rapa* L.

Familia: *Cruciferae*

HISTORIA DEL CULTIVO

El nabo que se cultiva actualmente se cree que se domesticó en las zonas más frías de Europa a partir de formas oleaginosas bianuales. Es un cultivo muy antiguo, puesto que ya era conocido de los antiguos griegos y romanos, antes del comienzo de la era cristiana. En el siglo XVI se consumían cocidos, lo mismo que sus hojas. En el siglo XVII fueron introducidos en América por los colonos europeos.



REQUERIMIENTOS DEL CULTIVO

Generalmente los nabos se cultivan en climas templados y húmedos, aunque soportan bastante bien el frío. Se adaptan bien a todo tipo de terrenos, si bien en los suelos muy pobres se desarrollan lentamente dando un producto seco y filamentosos.

USOS

Se cultiva el nabo hortícola clásicamente por su raíz, que se consume cocida y que tiene un sabor a veces dulce, a veces picante. Este cultivo pertenece a la especie *B. rapa* L. var. *glabra* Kitamura (sin. *B. campestris* L. subsp. *rapifera*). Sin embargo, también hay variedades utilizadas por sus hojas (son las *nabizas gallegas*) o por sus flores (los *grellos*) y que conforman la var. *pabularia*. Estos dos últimos cultivos son de gran importancia en la cocina tradicional gallega.

VALOR DIETÉTICO

Destacan las hojas de los nabos por su alto contenido en vitaminas A y G. Un factor a tener en cuenta en este cultivo (como en todas las crucíferas), y que se presenta con mayor amplitud en el capítulo dedicado a las coles, es el de la presencia de glucosinolatos, compuestos causantes del bocio.

EVOLUCIÓN EN LOS ÚLTIMOS 10 AÑOS

En los últimos 10 años de los que se dispone de datos ha habido una tendencia al descenso de superficie y al aumento de rendimiento por unidad de superficie. Sin embargo, de acuerdo a los últimos datos publicados, se observa una tendencia a una gran subida de la superficie dedicada a este cultivo.

MATERIAL VEGETAL

Cultivares

Se ha demostrado la existencia de heterosis para caracteres de importancia como el rendimiento de raíz o de hojas. Existen híbridos F1 en el mercado, pero, sin embargo, su aceptación no es aún general.

Variedades tradicionales

Dada la antigüedad del cultivo, no es de extrañar que el número de variedades tradicionales, obtenidas generalmente por selección masal, sean muy numerosas. Ha habido intentos de clasificarlas atendiendo a la época de siembra (primavera u otoño), a la forma de la raíz (nabos largos o redondos) y al color de la carne (blanca, amarilla, roja,...). Los más conocidos tradicionalmente han sido los conocidos como nabo fino redondo, nabo largo fino, nabo de Milán, nabo redondo negro, etc.

Área	ha	tm	Enero	Febrero	Marzo	Abril	Mayo	Junio	Julio	Agosto	Septiembre	Octubre	Noviembre	Diciembre
ANDALUCÍA	207	3.272	✓	✓					✓	✓	✓	✓	✓	✓
COMUNIDAD VALENCIANA	151	3.068	✓	✓					✓	✓	✓	✓	✓	✓
CASTILLA-LEÓN	85	2.148	✓	✓					✓	✓	✓	✓	✓	✓
CASTILLA-LA MANCHA	105	1.880	✓	✓					✓	✓	✓	✓	✓	✓
CATALUÑA	71	1.203	✓	✓					✓	✓	✓	✓	✓	✓
GALICIA	87	927	✓	✓					✓	✓	✓	✓	✓	✓
EXTREMADURA	50	800	✓	✓					✓	✓	✓	✓	✓	✓
BALEARES	46	674	✓	✓					✓	✓	✓	✓	✓	✓
TOTAL	802	13.972												

Germoplasma

Brassica rapa es una especie alógama de polinización entomófila. Tiene la constitución genómica AA ($2n=2x=20$). Hibrida con *B. oleracea* (CC, $2n=2x=18$) para dar lugar a *B. napus* (AACC, $2n=4x=38$) y con *B. nigra* (BB, $2n=2x=16$) produciendo en este caso *B. juncea* (AABB, $2n=4x=36$). Hay también formas anuales y bianuales de variedades oleaginosas de *B. rapa*, así como importantes cultivos orientales de la misma especie tales como el «pak-choi» y la col china. *B. rapa* cruza fácilmente con *B. napus*, produciendo híbridos triploides (AAC, $2n=3x=29$) que son prácticamente estériles.

ENFERMEDADES Y PLAGAS

La enfermedad más grave de este cultivo es la llamada «potra» o «hernia», que ataca a muchas otras crucíferas. Está causada por el hongo *Plasmodiophora brassicae*. Está muy extendida en Galicia, la zona cantábrica y Cataluña, existiendo también en Castilla-La Mancha y Extremadura. Es una enfermedad sin tratamiento eficaz, por lo que únicamente se puede prevenirla o, cuando aparece, impedir su extensión. En general, la acidez del suelo favorece su propagación. Otra grave enfermedad es la llamada «podredumbre seca», producida por el hongo *Phoma lingam* y que, al igual que la anterior, ataca a muchas otras especies de la familia. Es muy común en Cataluña y Galicia. Los medios de lucha deben ser también preventivos evitando el cultivo de nabos, durante al menos tres años, en parcelas que hayan padecido la enfermedad. Entre las plagas destaca la «falsa potra», así llamada por tener una sintomatología parecida a la de la verdadera

«potra» y muy extendida toda España. Su agente causante es el curculiónido *Ceuthorrhynchus pleurostigma*. También atacan a los nabos las larvas de otros lepidópteros tales como la *Mamestra brassicae* y la *Plusia gamma*.

TÉCNICAS DE CULTIVO

La siembra de los nabos se hace generalmente de asiento. La época más común para los cultivos de otoño es de mediados de Julio a finales de Septiembre, para empezar a consumir el producto al llegar el otoño o durante el invierno. Existen, también, siembras de primavera (aunque más raras), desde Marzo hasta Mayo. Con ello se consigue tener nabos durante el final de la primavera o el verano. Un peligro de las siembras de primavera es del alzado. Estas siembras de primavera deben regarse con frecuencia.

POSTCOSECHA Y COMERCIALIZACIÓN

Los nabos tiene una conservación difícil. Los recolectados en invierno (los más comunes) deben dejarse secar al aire unos cuantos días, eliminando las hojas. Después se pueden guardar en zonas frescas y oscuras, recomendándose en la agricultura tradicional cubrirlos con arena.

PERSPECTIVAS DE FUTURO

Los nabos, al igual que muchas hortalizas de pequeño consumo, no crecerán espectacularmente en el futuro. Sin embargo, en la demanda de una dieta cada vez más variada, tienen un papel que jugar. Con la recuperación de las cocinas tradicionales, es de augurar un futuro prometedor para las nabizas y los grelos.

AUTOR

Nombre: Amando Ordás
Centro de trabajo: Misión Biológica de Galicia (CSIC)
Dirección: Apartado 28
Código postal: 36080
Población: PONTEVEDRA
Teléfono: +34-986 85 48 00
Fax: +34-986 84 13 62
E-mail: aordas@cesga.es