

El **girasol** (*Helianthus annuus*) es una planta oleaginosa originaria de América que se cultiva con fines alimenticios y ornamentales. En este último caso, puede convertirse en un atractivo punto de atracción en jardines y balcones, existiendo además variedades enanas que son las más adecuadas para cultivarse en macetas, debido a que tienen un rango de altura que va de los 30 a 80 centímetros.

Teniendo en cuenta ese detalle, al momento de comprar las semillas se debe consultar con los encargados del establecimiento cuáles son los cultivares que tienen esas características y que mejor se adaptan a las condiciones ambientales de la zona.

Para cultivar con éxito **girasoles** en un contenedor, es necesario que el mismo sea profundo y que tenga un diámetro no inferior a los 30 centímetros. Esto evitará la necesidad de someter a los ejemplares a futuros trasplantes tempranos, una operación poco recomendable para su salud.

Una vez elegida la maceta, se debe proceder a su relleno, comenzando con una capa de grava u otro material de drenaje, para seguir luego con un sustrato enriquecido con nutrientes, pudiendo usarse para ello una mezcla de compost y tierra comercial de buena calidad hasta alcanzar un nivel cercano a los 2.5 centímetros del borde de la maceta.

La siembra de las semillas de **girasol** puede hacerse desde inicios de primavera y hasta los primeros días de verano. Como siempre, esto depende de la variedad elegida, por lo que también es conveniente pedir consejo al vendedor sobre qué cultivares tienen mejor resistencia al frío, en el caso de que se desee realizar siembra.