

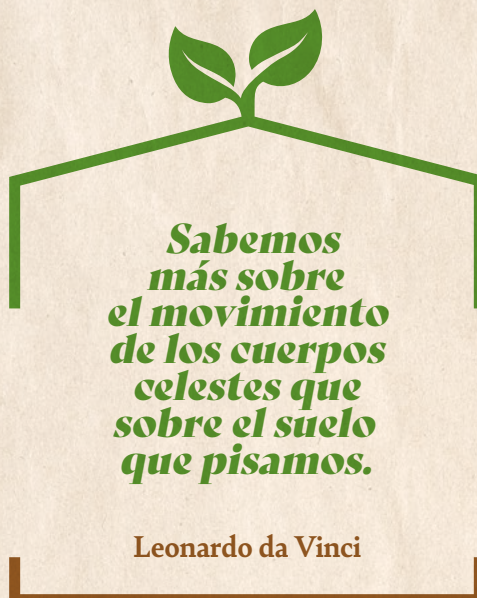
COMPOSTAJE
DOMÉSTICO



Principado de
Asturias



COGERSA



*El suelo es un ecosistema vivo que alberga una gran cantidad de organismos.
Un crisol de procesos físicos, químicos y biológicos que sustenta la vida en el planeta.*

Estamos ligados al suelo. Etimológicamente somos humus: del latín «humanus», término compuesto por «humus» (tierra, suelo) y el sufijo «-anus» (relativo, perteneciente a).

*Cuidar el suelo es cuidar a nuestra especie y a nuestro planeta.
Por eso hacemos compost y disfrutamos en el proceso de descubrir
activamente los entresijos de la tierra que habitamos.*



Principado de
Asturias



Edición: **COGERSA** (2025)
Idea original y coordinación: **Mendroyada**
Diseño y maquetación: **Bittia**

INTRODUCCIÓN

*Si tienes un huerto o un jardín, tienes plantas.
Y las plantas son el centro de todo el sistema que permite tener un huerto sano.
Ellas son las que captan el CO₂ de la atmósfera y la energía del sol, generando las condiciones y recursos para la vida en tu jardín, en tu huerto y en nuestro planeta.*

Es la magia de la fotosíntesis,
que ha permitido la evolución de la vida en la tierra.
Pero las plantas no trabajan solas.

Millares de seres vivos, de características y funcionalidades
diferentes, interactúan entre sí y con las plantas
para hacer posible su desarrollo.

Los insectos polinizadores hacen posible la obtención de
frutos y semillas; la fauna auxiliar, como mariquitas y crisopas,
controla la población de otras especies de animales comedores
de hojas y raíces; y, de manera especial, el suelo tiene que estar
vivo para poner los nutrientes a disposición de las plantas.

En definitiva, las plantas no se mueven, pero la vida
remueve cielo y tierra para darles lo que necesitan.

Nuestros residuos orgánicos desempeñan también un papel
importante en el mantenimiento de este equilibrio virtuoso.

Si los transformamos en compost de calidad y lo aplicamos
correctamente al terreno, mantendremos el suelo vivo
y las plantas crecerán más sanas.

Los hogares compostadores de Asturias
son conscientes de estos beneficios.

Esta publicación nace del interés de muchas de las personas que
practican el compostaje en sus domicilios, a partir de su participación
en el programa de Compostaje Doméstico de Cogersa, en saber
más sobre el uso correcto del compost y el cuidado del suelo.

**Una recopilación de seis de las recetas más comunes
en la práctica doméstica de la horticultura ecológica.
Recetas compartidas por personas participantes
en la campaña con distintas fórmulas y revisadas
por personas expertas en la materia.**

Esperamos que os sirvan de ayuda
para convertir vuestro terreno en un
vergel sano, ecológico y circular.



SECRETOS DE UN HUERTO O UN JARDÍN SANO

En la naturaleza, es un secreto a voces que el éxito de cualquier ecosistema está en la biodiversidad.

La unión y la cooperación hacen posible la fuerza de la vida en equilibrio.

Sin biodiversidad, la agricultura o el jardinero tienen que proporcionar por sí solos todo lo que la planta necesita.

Durante mucho tiempo, nos hemos empeñado en emplear prácticas agronómicas de control externo, proporcionando a la planta desde fuera todo lo que creíamos necesario, y en el camino hemos esquilado la biodiversidad de estos terrenos.

Hacerlo todo nosotros y por mucho tiempo es imposible.

Necesitamos alianzas.

Y estos aliados están en nuestro entorno; solo tenemos que favorecer su presencia.

Nuestro trabajo como hortelano u hortelana no es sustituir todos los servicios que realiza la biodiversidad, sino asegurarnos de que está presente y funcionando.

Solo así las plantas estarán completas.

EL HOLOBIONTE

Este nombre puede parecer el título de una película de serie B. Sin embargo, es el término que define el complejo sistema integrado por la planta y el resto de seres vivos que trabajan para ella, como si se tratara de un único organismo.

Cada planta no es un organismo aislado: el resto de seres vivos que interactúan con ella es parte de su sistema digestivo, inmunitario, reproductor...

Mantener el holobionte de las plantas que cultivamos en equilibrio con la naturaleza y con nuestro interés de priorizar unas especies vegetales frente a otras es el secreto.

¿Cómo?

Asumiendo el papel de un organismo más en el holobionte: ser parte de tu huerta o tu jardín como lo haría una lombriz.



*¿Quieres tomar parte en algo más grande?
Te damos seis recetas para participar de esta transformación.*

POCIONES Y BREBAJES DE LA CAMPAÑA DE COMPOSTAJE



CAMPAÑA DE
COMPOSTAJE
DOMÉSTICO

EXTRACTO DE COMPOST

Empecemos por el suelo, el lugar en el que la planta establece sus principales alianzas con otros seres vivos, aunque la mayoría no los veamos.

Cada planta se asocia con una microbiología –diminutos seres que se alimentan del azúcar que las plantas liberan por sus raíces (fotoexudados)– y, a cambio, estos hongos, bacterias, protozoos e invertebrados microscópicos ciclan los nutrientes, al tiempo que mantienen la estructura del suelo, impidiendo que se pierda la humedad.



En cualquier terreno es esencial procurar la presencia de estos microorganismos.

La gran mayoría de estos seres vivos, cuando no hay fotoexudados, se alimenta descomponiendo materia orgánica.

Es aquí donde nuestro papel en el holobionte comienza a cobrar importancia, ¡y disponemos de los recursos para interpretar un papel estelar!

¿Dónde? En nuestra compostadora.

En ella favorecemos la proliferación de microbiota descomponedora de residuos orgánicos; seres vivos que transformarán estos residuos en compost: una enmienda orgánica que no solo contiene nutrientes para las plantas, sino también los microorganismos de su holobionte.



ELABORACIÓN

Para 20 litros de extracto:

1 bolsa de malla

1 cubo de 20 litros

**20 litros de agua de lluvia
(sin cloro)**

2-3 tazas de compost



PASO A PASO

¿Alguna vez has observado que todas tus plantas están perfectamente sanas y, de pronto, unos pocos ejemplares pasan a un estado crítico?

Muchas veces, esto se debe a la desaparición de microbiota en ese punto concreto del terreno.

Para corregirlo, basta con hacer un extracto de compost o de tierra del huerto donde las plantas estén más vigorosas.



¿Qué es un extracto?

Es una infusión en frío, que permite, en nuestro caso, aislar los microorganismos y trasladarlos a donde se necesiten.

¿Cuándo lo aplicamos?

Siempre que aparezca un problema de nutrición en las plantas.

Al preparar el terreno para siembras y plantaciones.

Cuando el suelo haya sufrido periodos de sequía o encharcamiento.



MICROCONSEJOS

TÉ DE COMPOST

Continuemos por las hojas.

*La microbiología del suelo protege, poco a poco, a toda la planta.
Desde que la semilla brota hasta que se convierte en planta adulta.
De esta forma, raíces, tallos, hojas y frutos crecen fuertes y sanos.*



Este efecto protector se debilita cuando la planta no se ha desarrollado íntegramente en el mismo suelo.

Favorecer la presencia de estos microorganismos en el conjunto de la planta, no solo en el suelo, es la misión del té de compost.



ELABORACIÓN

Para 20 litros de té de compost:

1 bolsa de malla

1 cubo de 20 litros

Aireador de pecera

**20 litros de agua de lluvia
(sin cloro)**

2-3 tazas de compost

**1 cucharada de harina de avena
o de cebada (fuente de carbono)**

**1 cucharada de extracto de algas
(fuente de nitrógeno)**



VÍDEO

VÍDEO

PASO A PASO



¿Qué es un té de compost?

El té de compost se diferencia del extracto en dos aspectos:

1. Por la adición al agua de sustancias suplementarias que sirvan de alimento extra a los microorganismos.
2. Por el tiempo de permanencia del compost en el agua.

La combinación de ambos aspectos favorece la proliferación de estos organismos y consigue una mezcla final lo suficientemente pegajosa para que se adhiera a las hojas de la planta.

¿Cuándo lo aplicamos?

1. Al trasplantar plantas a un nuevo terreno.
2. Tras aplicar tratamientos que comprometen la salud de los microorganismos.

En ambas ocasiones, podemos ayudar a la planta a recuperar su vigor combinando extractos para el suelo con té de compost para las hojas.



AUDIO

AUDIO

MICROCONSEJOS

QUIEN TIENE UNA ORTIGA TIENE UN TESORO

Es bastante frecuente aportar a las plantas nitrógeno suplementario en forma de nitratos. Estos se absorben rápidamente y se acumulan en las hojas.

El resultado: hojas sobrecargadas de nitrógeno, muy apetecibles para insectos chupadores como el pulgón. Además, un desequilibrio nutricional por exceso favorece que la planta sea invadida por hongos patógenos como el mildiu o el oídio.



¿Podemos aportar un extra de nitrógeno sin atraer a insectos y hongos?
La respuesta es **sí**. ¡Haz purín de ortigas!

La ortiga es una planta que, en contra de lo que pudiera parecer, ofrece muchas ventajas en el manejo de la huerta y el jardín.

Prolifera en terrenos donde abunda el nitrógeno y lo fija en sus estructuras celulares, en las que también abundan micronutrientes imprescindibles para las plantas como el calcio, el fósforo o el magnesio.

Al ser ricas en proteínas, sus maceraciones aportan nitrógeno en forma de aminoácidos que, junto con los micronutrientes, favorecen la consistencia celular de las plantas y las protegen del ataque de los hongos.



ELABORACIÓN

Para 5 litros de extracto:

375 gramos de partes jóvenes de ortigas sin flor

5 litros de agua sin cloro

Cubo de 5 litros

Tijera y guantes para trocear ortigas

Aireador de pecera

Paño de algodón para filtrar



VÍDEO

VÍDEO

PASO A PASO

Además, maceraciones cortas conservan los compuestos que ayudan a las ortigas a tener a pulgones y ácaros bajo control.

¿Qué es el purín de ortigas?

Es una maceración de trocitos de ortiga en agua sin cloro.

La maceración implica mantener sumergido el producto un tiempo variable dependiendo del objetivo.

Si maceramos las ortigas 24 horas ya tendremos un purín capaz de controlar la presencia de ácaros y pulgones.

Si la maceración se prolonga durante 3 o 4 días, obtendremos un purín capaz de combatir hongos.

Si mantenemos la maceración por un tiempo más prolongado, se avanzará la descomposición, transformando todos los aminoácidos en nitratos.

Los nitratos son las moléculas que más fácilmente entran en la planta, pero, al ser muy pequeñas, también necesitan más pasos para transformarse en proteínas.

Un exceso de nitratos puede resultar contraproducente; por ello, hay que usar este tipo de purines con moderación.

¿Cuándo lo aplicamos?

Para prevenir o frenar la proliferación de plagas en la planta.

Cuando la planta está en pleno desarrollo y puede necesitar aportes suplementarios de nitrógeno.



AUDIO

AUDIO

MICROCONSEJOS

VA A SER LA LECHE

Uno de los principales quebraderos de cabeza de hortelanos y hortelanas son los hongos.

En climas húmedos y templados, como el asturiano, es muy frecuente la infección por hongos en rosales, tomateras y muchas otras especies de plantas de la huerta o el jardín.



Para tratar este problema de los hongos es importante dar con las causas:

Si hay hongos por falta de consistencia en las hojas, un suplemento de calcio ayudará reforzar las paredes celulares de la planta.

Si hay hongos por acumulación de azúcar en las hojas de la planta, un suplemento de fósforo y potasio ayudará a transformar estos azúcares simples en otros otros compuestos que no atraen a hongos perjudiciales.



Suele ocurrir en momentos de hiperactividad (temperaturas cálidas) con deficiencias nutricionales, esto provoca que se fabriquen los azúcares, pero, al no poder transformarse por la deficiencia nutricional, se acumulan en exceso.

ELABORACIÓN

Para aplicar sobre las hojas:

Diluir una parte de leche en 10 partes de agua.
Pulverizar sobre las hojas.

Para aplicar sobre el suelo:

Diluir una parte de leche en 4 partes de agua.
Aplicar como riego.



PASO A PASO



¿Calcio, fósforo y potasio? ¡Los tienes en la leche!

Contiene minerales necesarios para fortalecer las estructuras de la planta. Minerales que ayudan a que el azúcar simple se utilice en la fabricación de moléculas más complejas, evitando así su acumulación en los tejidos.

Además, el ácido láctico modifica el pH de la superficie de la hoja y lo hace ligeramente ácido, dificultando así el desarrollo de estos hongos no deseados, sin importunar al resto de organismos beneficiosos para la planta.

¿Cuándo lo aplicamos?

En primavera, el oídio y el mildiu están al acecho, a la espera de que se acelere la actividad fotosintética.

Es el momento adecuado para reforzar las estructuras celulares de las plantas y que sus hojas crezcan fuertes y vigorosas.



MICROCONSEJOS

ENGAÑAMOS A LA PLANTA

Las plantas se protegen de enfermedades gracias a los seres vivos que las rodean y que interactúan simbióticamente.

También pueden enfermar por carencias nutricionales. En ambos casos, recetas como las propuestas en esta publicación permiten suplir esas carencias, sin dañar el holobionte.



Las plantas tienen sistemas de defensa que se activan cuando detectan algún daño, desencadenando una reacción para minimizarlo.

ELABORACIÓN

Hay productos que podemos tener en casa y que pueden ayudar a nuestras plantas a poner alerta sus defensas: **la fructosa y el chitosan.**

La fructosa es un azúcar simple que se encuentra de manera natural en frutas, miel y algunas verduras.

Cuando la planta la detecta en la superficie de sus órganos, interpreta que está perdiendo jugos internos y entra en estado de alerta.

Una cantidad adecuada es un gramo de fructosa por cada diez litros de agua.

El chitosan es una fibra que se extrae del caparazón de crustáceos y que se puede adquirir en herboristerías y en tiendas dietéticas.

La quitina presente en esta fibra es interpretada por la planta como presencia de hongos en superficie y prepara sus defensas para el ataque.

Una cantidad de 5 a 20 gramos de chitosan bastará para engañar a la planta.



Esta respuesta será más eficiente si la planta está entrenada para dar respuesta a los daños, es decir, si se activa su sistema de alerta.

Existen formas de activar este sistema de defensa de las plantas de manera preventiva y prepararlas, así, para condiciones adversas que podamos prever.



¿Cuándo lo aplicamos?

Cuando observes plantas enfermas en otras partes de la huerta o el jardín.

Cuando se prevean condiciones atmosféricas como nieblas a incrementos de temperatura con abundante humedad ambiental.



¿UNA CERVEZA?

La cerveza es una bebida milenaria obtenida a partir de la fermentación de cebada, trigo, mijo o arroz.

Es la bebida alcohólica más consumida por los seres humanos en el mundo. Pero, además de refrescarnos, podemos utilizarla en nuestras tareas hortícolas.





Existen publicaciones que recomiendan usar la cerveza como fertilizante, pero el alcohol, que no es bueno para los seres humanos, tampoco lo es para los microorganismos del suelo.

Sin embargo, sí podemos usar cerveza para realizar trampas de captura de animales indeseados en la huerta o en el jardín.

ELABORACIÓN

La trampa de caracoles y babosas es de elaboración muy sencilla.

Estos son los materiales necesarios:

1 teja vieja

**1 recipiente impermeable
(mejor si es reutilizado)**

1 cerveza

Enterramos el recipiente a ras de suelo. Puedes usar como recipiente la base de la botella de cerveza o reutilizar un cuenco u otro envase usado.

Llena el recipiente de cerveza y cúbrelo con la teja, así protegerás la trampa del sol y la lluvia.

Babosas y caracoles serán atraídas por la cerveza y caerán en la trampa.



VÍDEO

VÍDEO

PASO A PASO



En nuestra labor hortelana de ayudar a la planta a mantener a raya a insectos, arañas, ácaros y hongos indeseados, nos falta añadir el control de la población de otros organismos atraídos y alimentados por nuestras cosechas, como, por ejemplo, los caracoles y las babosas.



¿Cuándo lo aplicamos?

Cuando observemos un incremento de la población de caracoles o babosas en nuestra huerta o nuestro jardín.



AUDIO

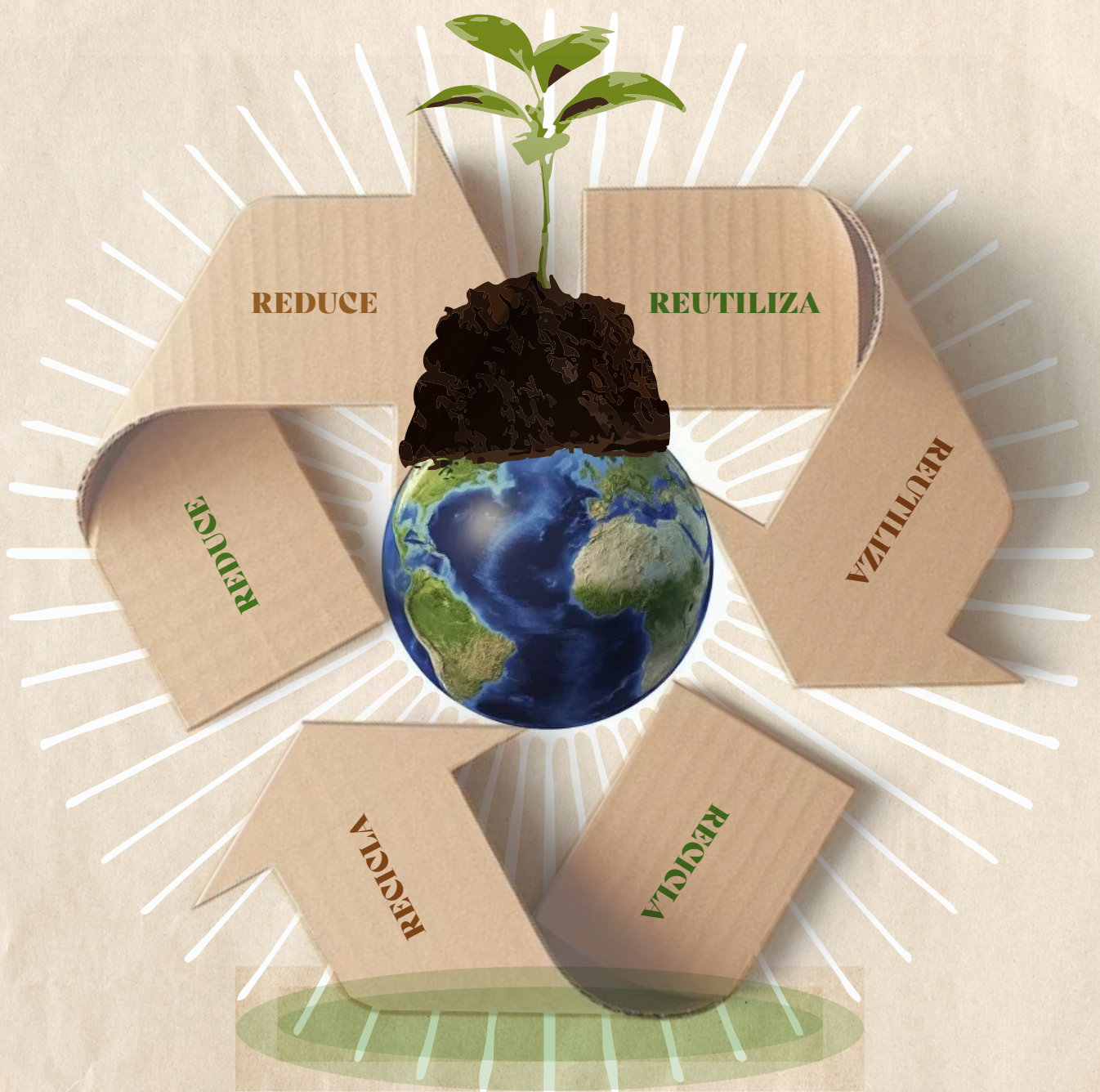
AUDIO

MICROCONSEJOS

REUTILIZA, QUE NO ES POCO

La generación ingente de residuos es uno de los problemas ambientales más importantes que amenazan el equilibrio ecológico en nuestro planeta.

Y como no puede haber una huerta sana sin un planeta sano, nuestro papel como hortelanos y hortelanas ha de ir más allá del cuidado individual de cada planta.



ESCOBA
hecha a partir
de tiras de plástico
recortadas de
bolsas y envases.



Una forma de mermar
el consumo innecesario
de recursos y, con ello, la
proliferación de residuos
es practicar activamente
la reutilización.

En el manejo de nuestros
espacios verdes podemos
reutilizar muchos materiales
y alargar su vida útil.

Palas, regaderas, macetas,
escobas, rastrillos...
La reutilización solo
tiene un límite:
tu imaginación.

Aquí te exponemos
algunas ideas que
puedes poner
en práctica.

Envase de
detergente
reciclado en
REGADERA.



Viejas botas de agua
reutilizadas como
MACETAS.





www.compostaconcogersa.es



Principado de
Asturias

