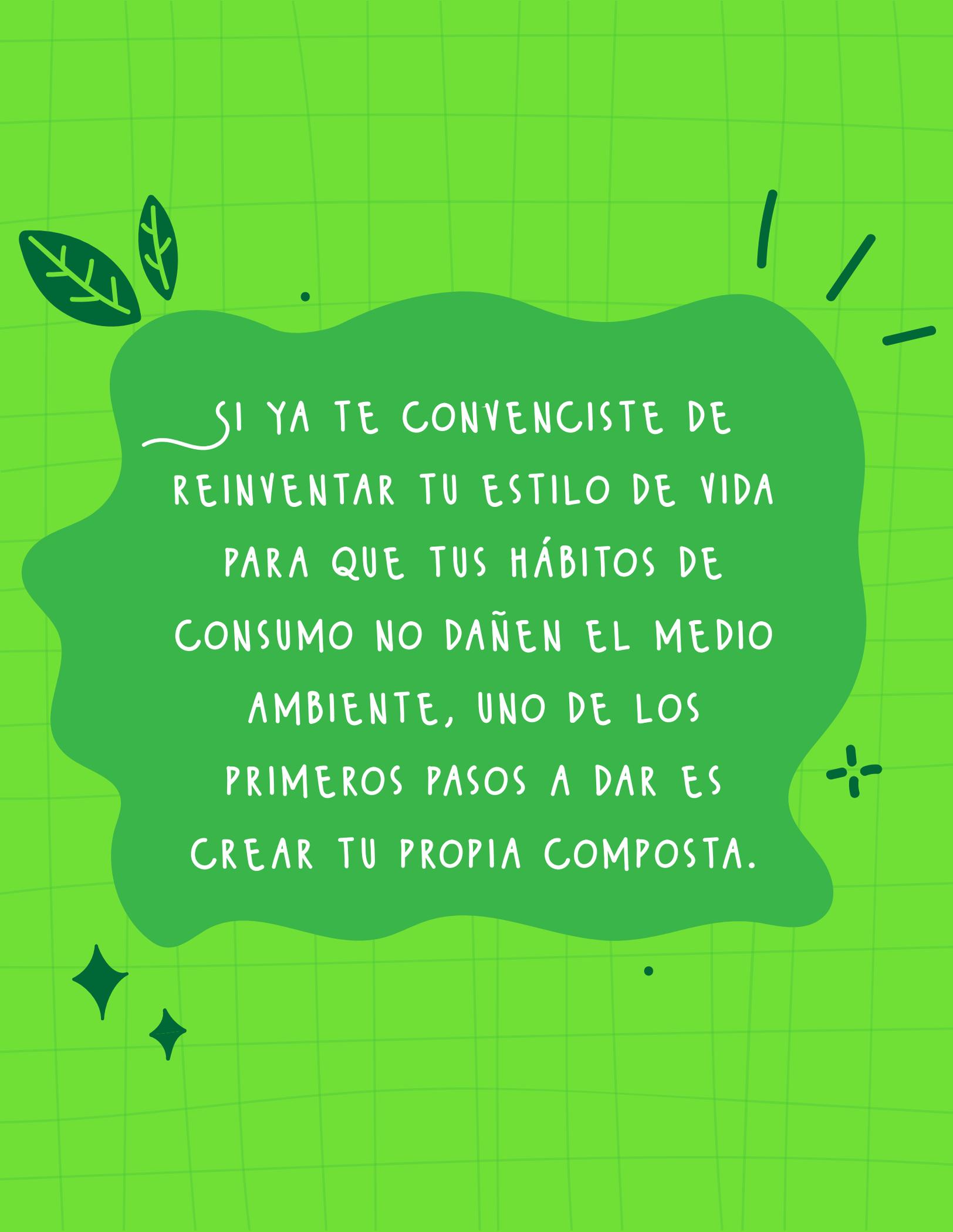




# GUÍA PARA INICIAR TU COMPOSTA

GREENPEACE



SI YA TE CONVENCISTE DE  
REINVENTAR TU ESTILO DE VIDA  
PARA QUE TUS HÁBITOS DE  
CONSUMO NO DAÑEN EL MEDIO  
AMBIENTE, UNO DE LOS  
PRIMEROS PASOS A DAR ES  
CREAR TU PROPIA COMPOSTA.

# ÍNDICE

1. QUÉ ES UNA COMPOSTA CASERA?

2. BENEFICIOS

3. TÉCNICAS DE COMPOSTAJE

4. QUÉ VA EN LA COMPOSTA?

5. CÓMO HACER TU COMPOSTA CASERA?

6. TIPS

7. CÓMO SABER SI MI COMPOSTA ESTÁ LISTA?

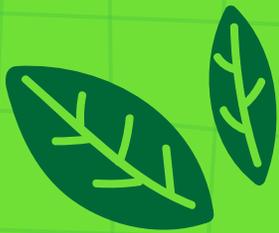
# QUÉ ES UNA COMPOSTA CASERA?

Una composta es un medio para descomponer la materia orgánica. Estos desechos funcionan como abono ecológico que sirve para nutrir a nuestras plantas o huertos. La composta contribuye a mejorar el ambiente al retirar esos residuos del circuito de la contaminación de suelos, aguas y atmósfera y enriquecer los cultivos, de acuerdo con la Secretaría de Medio Ambiente y Recursos Naturales.

Esto significa iniciar el proceso de descomposición en el que la materia vegetal se convierte en abono; es decir, descomponer de forma natural los residuos orgánicos para que puedan reintegrarse a la tierra y nutrir el suelo.

ADEMÁS DE ESTO, LOS BENEFICIOS DE LA  
COMPOSTA SON MUCHOS...





# BENEFICIOS



AQUÍ TE VAN ALGUNOS DE LOS TANTOS BENEFICIOS DE LA COMPOSTA CASERA Y PARA QUÉ SIRVE EL ABONO EN EL QUE SE CONVIERTE:

- Hacerlo es gratis.
- Agregar abono mejora la fertilidad del suelo y estimula el desarrollo saludable de las raíces de las plantas.
- Reduce la cantidad de materia orgánica que va a los vertederos.
- Reduce el uso de fertilizantes inorgánicos, a los que sustituye.
- Ahorra agua de riego debido a la capacidad de retención del agua del compost.
- Aporta los nutrientes necesarios para el desarrollo de las plantas de forma natural.
- Reduce los costes de transporte de los residuos con los consiguientes beneficios para los ciudadanos.



# TÉCNICAS DE COMPOSTAJE

EXISTEN DOS TIPOS DE COMPOSTAS:  
FRÍO Y CALIENTE.

El **COMPOSTAJE EN FRÍO** consiste en crear una pila de materiales de desecho de 1 x 1 metros, y dejar que se produzca la degradación natural de los materiales que la conforman. El contra que puede tener es que llega a tardar entre 1 y 2 años. La ventaja es que no requiere ningún esfuerzo pues no hay que remover la pila de composta ni realizar ningún otro trabajo.



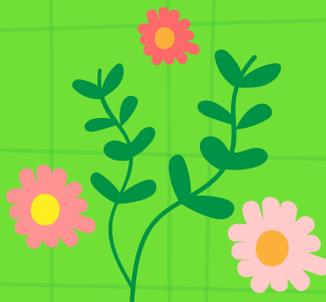
El **COMPOSTAJE EN CALIENTE** requiere que tengas un papel más activo en su ejecución; pero también es un proceso rápido de hacerlo. Este tipo de composta es de la que tratará la guía.

# QUÉ VA EN LA COMPOSTA?

LO PRIMERO ES COMENZAR A SEPARAR TUS RESIDUOS.

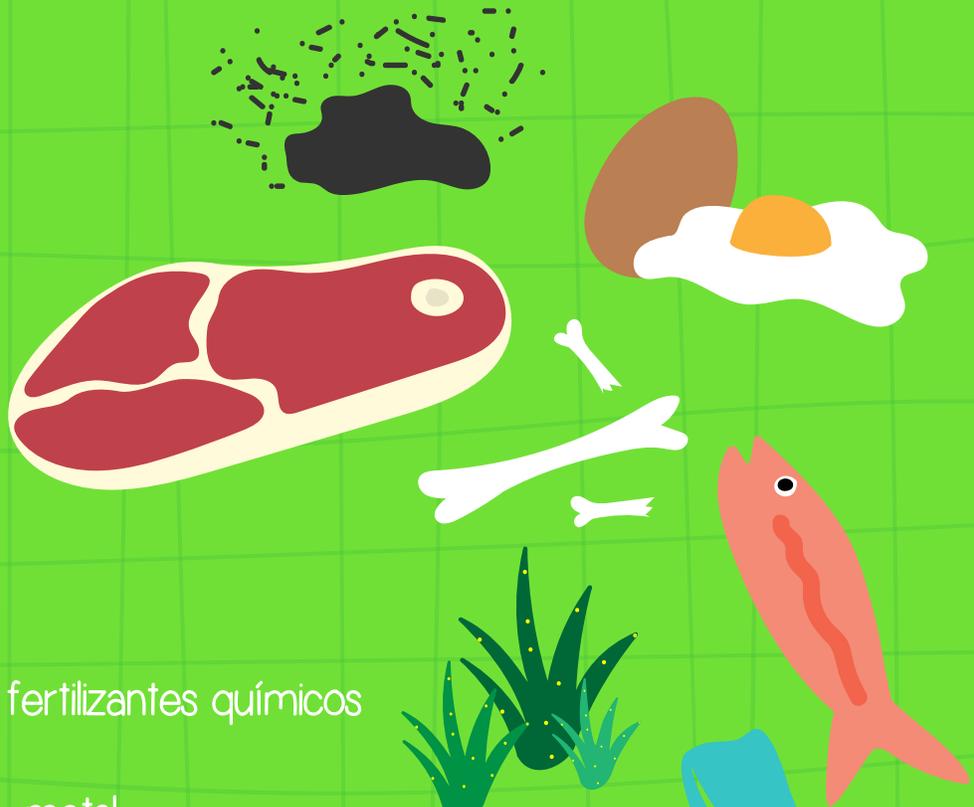
LOS MATERIALES ORGÁNICOS PARA ELABORAR UNA COMPOSTA CASERA QUE PUEDES UTILIZAR SON:

- Restos de frutas y verduras
- Cáscaras de huevo
- Café molido
- Bolsitas de té (lenta descomposición)
- Granos y semillas
- Cartón no encerado (lenta descomposición)
- Papel en tiras
- Plantas y flores
- Paja
- Aserrín



## LOS MATERIALES QUE DEBES EVITAR SON:

- Cenizas de carbón
- Huevo
- Carne
- Huesos
- Pescado
- Restos de césped con fertilizantes químicos
- Plástico, aluminio, vidrio, metal
- Estampas que vienen en algunas frutas
- Heces de perros, gatos, humanos
- Papel con colores, ceras o brillo
- Pañales o toallas sanitarias



## ES ESENCIAL QUE RECUERDES QUE TU COMPOSTA CASERA SIEMPRE DEBE TENER 4 ELEMENTOS:

- Marrones: mezcla de hojas secas, ramas o aserrín.
- Verdes: restos orgánicos, hierba, residuos vegetales.
- Tierra: le dará cuerpo a la mezcla de los insumos anteriores.
- Agua: siempre controla el agua. No te excedas ni coloques muy poco.



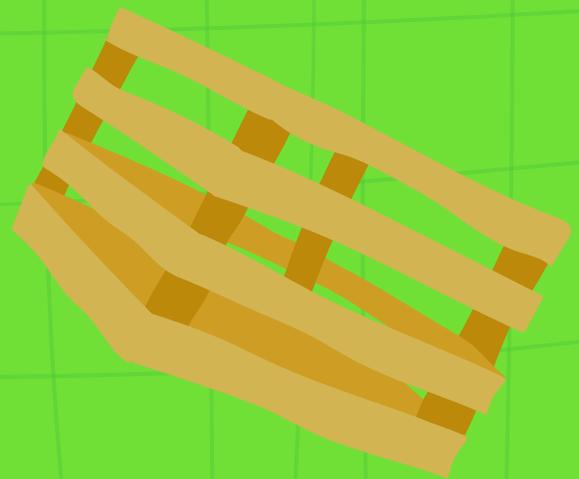
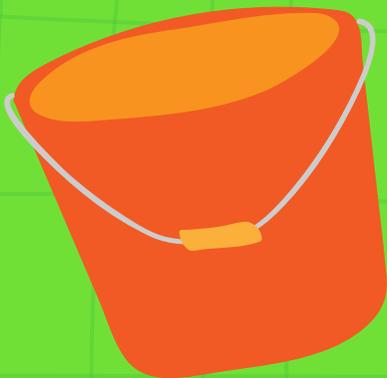
ojo: Y LOS MARRONES Y VERDES EN LA MISMA CANTIDAD.

# CÓMO HACER TU COMPOSTA?

AHORA SÍ, YA QUE SABES QUÉ ES UNA COMPOSTA, SUS BENEFICIOS, LAS TÉCNICAS Y QUÉ VA EN LA COMPOSTA, ¿CÓMO LA HACEMOS?

## CONSIGUE UN COMPOSTERO

Realmente puedes utilizar y reciclar casi cualquier cosa: una caja de madera, huacal, pallets, cubetas o alguna jardinera grande que ya no uses... Cualquier recipiente te servirá, siempre y cuando no esté en contacto directo con el suelo.



## EMPIEZA POR CAPAS

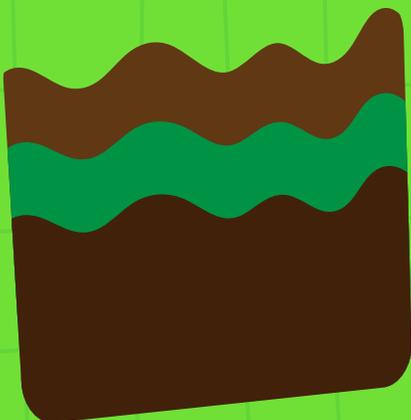
- Agrega una capa de marrones (mezcla de hojas secas, ramas o aserrín).
- Después agrega una capa de verdes (restos orgánicos, hierba, residuos vegetales).
- Luego una capa de tierra.
- Con unas tijeras o un palo haz pequeños orificios a la tierra para que se oxigene.
- Échale agua (un vaso es suficiente).
- La última capa será de cartón delgado. Rómpelo en pedacitos y cubre toda la superficie, esto ayudará a que los insectos no se metan en la composta. Además, conservará mejor la humedad.



La composta debe estar siempre húmeda para que los microorganismos puedan descomponer los alimentos. Ríégala cada dos días o cada vez que veas que dejó de estar húmeda.

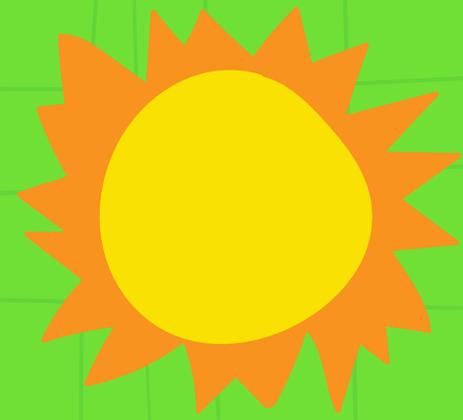


¡Y LISTO! CON ESTOS SENCILLOS PASOS PARA HACER UNA COMPOSTA CASERA, LOGRARÁS ELABORAR ABONO ORGÁNICO.

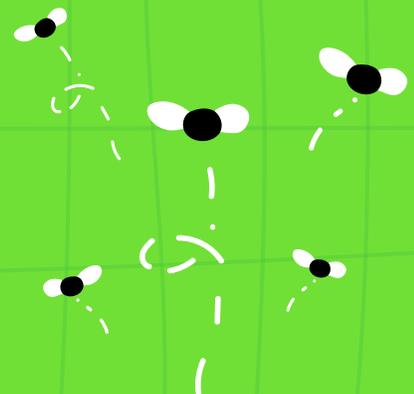
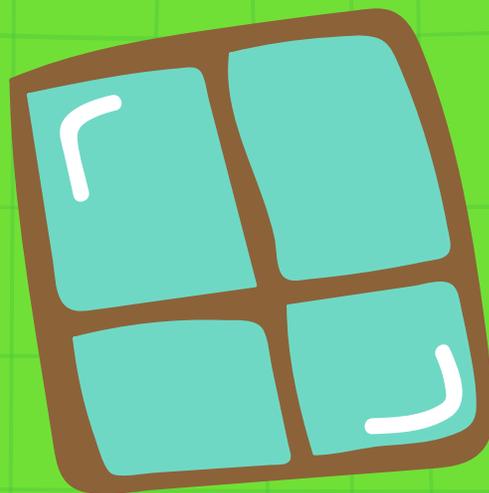


Puedes seguir agregando capas conforme vayas teniendo residuos orgánicos, siempre en el mismo orden: marrones, verdes, tierra.

# TIPS



- Siempre trata de controlar la exposición al sol para mantener la humedad
- Si sientes un olor a amoníaco, significa que hay demasiada mezcla verde y poca marrón; agrega más hojas secas.
- Olor a podrido significa que hay demasiada humedad y poco oxígeno. Añade materia seca
- Para evitar las moscas o mosquitos entierra un poco los residuos.
- Mantén tu composta en un espacio ventilado. Si vives en un departamento o en una casa pequeña, puedes colocar tu compostera en el balcón, la azotea o cerca a alguna ventana.
- ¡No te olvides de ella! El mantenimiento semanal de tu composta es indispensable para que no se seque ni tenga malos olores.



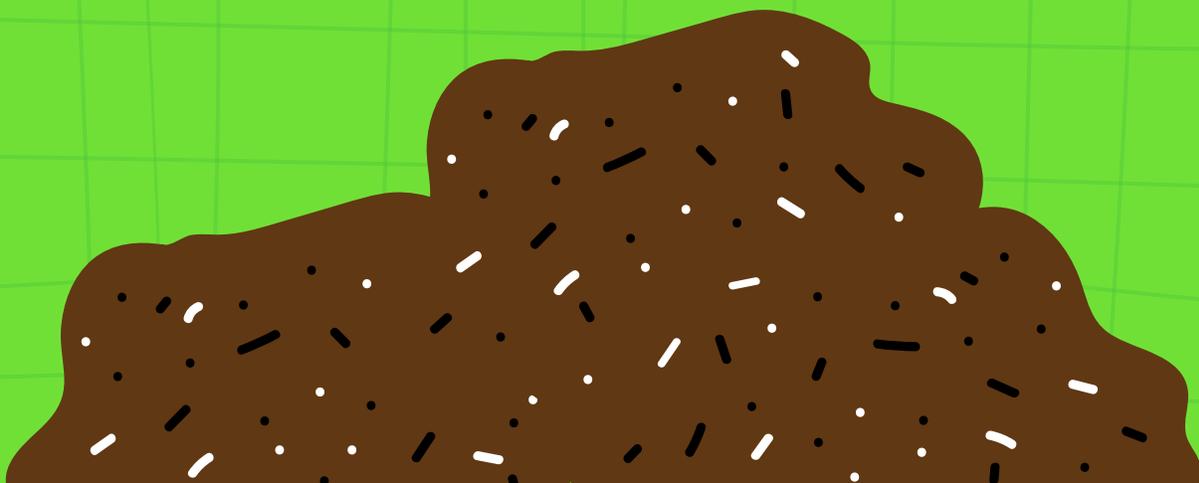
# CÓMO SABER SI MI COMPOSTA ESTÁ LISTA?

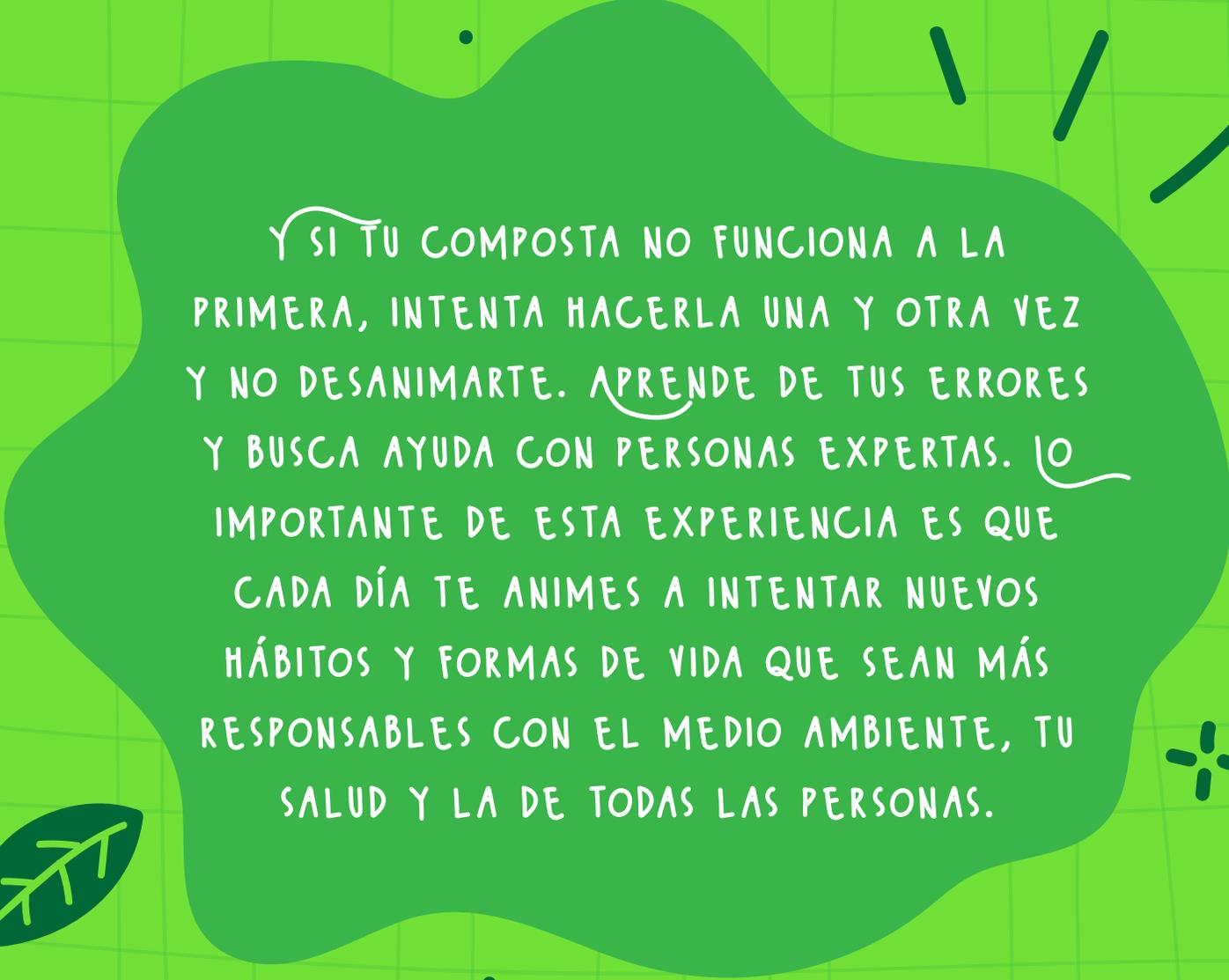
Normalmente, una composta casera tarda entre 3 y 5 meses en estar lista para usar como abono en tus plantas. Esto podrá variar según el clima, el tipo de residuos que hayas empleado y el cuidado que le pongas a la elaboración de tu composta.

Para saber si tu proceso de compostaje va por buen camino, debes revisar el olor, color y textura de la mezcla que tienes.

De la misma forma, el color de tu abono orgánico debe ser marrón oscuro por completo. Por último, revisa la textura de tu abono con la prueba del puño. Simplemente, coge un poco de la composta en la mano, apriétala fuerte con el puño y luego suéltala.

Si al tenerla en el puño no gotea y al soltarla se mantiene compacta sin deshacerse ¡Hurra! Tu composta está lista para abonar, de lo contrario paciencia, falta un poco.





Y SI TU COMPOSTA NO FUNCIONA A LA PRIMERA, INTENTA HACERLA UNA Y OTRA VEZ Y NO DESANIMARTE. APRENDE DE TUS ERRORES Y BUSCA AYUDA CON PERSONAS EXPERTAS. LO IMPORTANTE DE ESTA EXPERIENCIA ES QUE CADA DÍA TE ANIMES A INTENTAR NUEVOS HÁBITOS Y FORMAS DE VIDA QUE SEAN MÁS RESPONSABLES CON EL MEDIO AMBIENTE, TU SALUD Y LA DE TODAS LAS PERSONAS.

# FUENTES

- ¿Qué es la composta para huertos? - Parques Alegres I.A.P. (2021). Recuperado el 10 Marzo 2021, de: <https://parquesalegres.org/biblioteca/blog/que-es-la-composta-para-huertos/>
- Beneficios del compostaje. (2021). Recuperado 10 Marzo 2021, de: <https://www.bortziriakzabor.com/es/beneficios-del-compostaje/>
- SEMARNAT. (2021). Composta casera: mejora plantas y suelos a costos económicos con materiales accesibles. Recuperado 10 Marzo 2021, de: <https://www.gob.mx/semarnat/articulos/composta-casera-mejora-plantas-y-suelos-a-costos-economicos-con-materiales-accesibles?idiom=es>
- ¿Cómo hacer una composta casera? ¡Recicla tus desperdicios! (2021). Recuperado 10 Marzo 2021, de: <https://www.crehanacom.mx/blog/trabajo-remoto/como-hacer-una-composta-casera/>