

La Dorada,  
Ciudad de la Costa.

Por más información sobre Programa Hogares Sustentables -  
Experiencia Piloto Rincón del Pinar acceda a Áreas de Acción  
en este link: <https://bit.ly/3fPo5GH>



Gobierno de  
Canelones

# GUÍA DE COMPOSTAJE DOMICILIARIO

# EL COMPOSTAJE

## ¿Por qué es importante recuperar residuos orgánicos?

El 42 % de los residuos generados en los hogares de Canelones son restos orgánicos, la mayoría compostables. Si se recuperan en origen, se obtiene un producto llamado compost o humus, que se puede utilizar en cultivos o macetas como un mejorador de suelo o abono para las plantas. La producción de compost in situ, tiene grandes beneficios tales como reducir el volumen de residuos a transportar y gestionar en los sitios de disposición final, implicando un ahorro en el uso de recursos económicos y una reducción del impacto ambiental, al haber menos emisiones de gases de efecto invernadero (responsables del calentamiento global) y otros contaminantes que requieren tratamiento. Además, con esta acción estás ayudando a revertir el proceso de agotamiento de los recursos naturales, apostando a un sistema de reposición del valor natural mediante la reducción, reutilización, recuperación y reciclaje de materiales y energía, prolongando su vida útil y reduciendo el impacto, lo que beneficia a la sostenibilidad. Es decir, formando parte de lo que se denomina Economía Circular.

## ¿Qué son el compostaje y el vermicompostaje?

El compostaje es un proceso natural por el cual a partir de los residuos orgánicos —con la acción de diversos microorganismos y determinados controles— se obtiene un producto llamado compost de elevado valor ambiental.



El vermicompostaje es una variante, donde además de la acción de los microorganismos, se agregan lombrices —generalmente del tipo roja californiana (*Eisenia foetida*)—, que digieren los restos orgánicos y con la ayuda de los microorganismos, las heces se transforman en humus de lombriz. Aunque, como cualquier ser vivo, las lombrices requieren atención, es más fácil y rápido hacer compost con este sistema. Por lo tanto, es ideal para desarrollar a pequeña escala, en una vivienda, en comercios e instituciones.

## ¿Qué es una compostera?

Es un recipiente donde se facilita el proceso de compostaje. Hay de muchos tipos, modelos fabricados o para hacer en casa. El sistema más común, consiste en cajones perforados (en los costados y en las bases), apilados, con tapa y –por lo general– una bandeja inferior para recolectar el lixiviado (líquido que se genera de la descomposición de la materia orgánica).



## ¿Qué materiales utilizamos para el compost?



**No disponer en la compostera:**



Carnes, lácteos, productos cocinados y aceite.



Heces de animales domésticos.



Restos de jardinería a los cuales se aplicó insecticidas recientemente.

⚠ Estos restos, si bien son orgánicos, pueden ocasionar la presencia de roedores u otros animales, el desarrollo de enfermedades o bien la inhibición del tratamiento de los microorganismos.



**La compostera puede procesar:**



Cáscaras, restos de frutas y verduras sin cocinar.



Yerba, té y café.



Residuos de jardinería (hojas, pasto y ramas trituradas).

Sin vos no hay buen ambiente

Gobierno de Canelones

# DIEZ PASOS PARA TENER ÉXITO EN TU COMPOSTERA

**1.**

**Clasificá correctamente:** recordá que no todos los residuos orgánicos son aptos para compostar. Podés tener en la cocina un recipiente mediano, para colocar las cáscaras y restos vegetales, vaciándolo en la compostera periódicamente. Cortá los residuos mayores en trozos pequeños para acelerar el proceso.

**2.**

**Ubicá la compostera en un buen lugar:** preferentemente en un espacio abierto, cuidando que no tenga sol directo en las horas calurosas para no afectar a las lombrices.

**3.**

**Cómo empezar:** armá la compostera con la bandeja inferior, un solo cajón y la tapa. Lo primero a depositar en el cajón es un sustrato inicial, que consiste en aproximadamente dos litros de una mezcla de materia orgánica con lombrices activas.

**4.**

**La carga de la compostera:** no te olvides de alimentar a las lombrices con residuos frescos con cierta continuidad. Si no podés atender la compostera por un tiempo o te vas de vacaciones, cargá la compostera antes de irte y las lombrices podrán continuar alimentándose por varias semanas.

Cada vez que deposites residuos, es mejor si los mezclás con los que ya están dentro. Llená el cajón hasta que se complete. Esto pasará en mayor o menor tiempo, según cómo sea el consumo de alimentos en cada hogar.

**5.**

**La tapa:** las lombrices son animales que viven bajo tierra y prefieren la ausencia de luz. Por eso recordá mantener tapada la compostera. Además evitarás el ingreso de agua de lluvia si la ubicaste a la intemperie.

**6.**

**La humedad:** las lombrices precisan algo de humedad que por lo general la aportan los residuos. Si hay mucho líquido deposita hojas secas o cartón picado. Si está muy seco, rociá con un poco de agua.

**7.**

**La oxigenación:** es importante remover semanalmente todo el contenido del cajón para airearlo. Con esto evitamos la emisión de gases y malos olores.

**8.**

**Diversidad:** cuanto más diverso sean los tipos de residuos a compostar, más rico será el producto. El ideal es una proporción de tres partes de restos verdes frescos ricos en nitrógeno (restos de cocina, hojas verdes y pasto fresco, etc.) con una parte de restos secos ricos en carbono (hojas secas, paja, aserrín, ramas trituradas, etc.).

**9.**

**Al completar el primer cajón:** sacá una parte del sustrato con lombrices para el segundo cajón (uno o dos litros) para empezar un nuevo proceso en el nuevo cajón. Debes colocar el nuevo cajón encima del que está lleno para que el resto de las lombrices puedan subir al terminar de digerir todo. No olvides tapar la compostera y colocar la bandeja abajo de los dos cajones.

**10.**

**Al completar el segundo cajón:** el primer cajón debería estar con el compost estabilizado y listo para usar. El compost listo es de color oscuro, uniforme, no se reconocen los residuos y tiene olor a tierra húmeda. Se retira el contenido del cajón el compost listo y se comienza un nuevo proceso, agregando una capa del compost listo (sustrato inicial) y material fresco, y se coloca encima del otro cajón lleno. El tiempo del proceso completo es de entre dos a cuatro meses, dependiendo de varios factores.

## Construí tu propia compostera

Si una compostera no es suficiente para los residuos que generás, podés construir más composteras de forma sencilla. Perforá en la base uno o dos baldes de pintura de veinte litros o cajones plásticos del tipo lechero. Apoyalos sobre una base que recolecte el lixiviado (un balde o cajón sin perforar) y tapalo.

Para residuos de jardín, podés hacer una estructura de 1 m<sup>3</sup>, apoyada en el suelo, con tablas o pallets o con tejido de alambre y dos o tres varillas que hagan de sostén. Si le agregas lombrices, como deben estar en la oscuridad, podés rodear con malla sombra.



## Tres productos que obtenemos

**Compost:** el compost terminado se puede usar directamente en el suelo o en una maceta. En el caso de agregarlo al suelo (al paso o en un cantero), es mejor dispersarlo y mezclarlo en el suelo con una herramienta de mano. En las macetas, alcanza con agregar un litro cada veinte litros de tierra.

**Fertilizante líquido:** retirá el líquido depositado en la bandeja inferior y aplicalo al suelo como fertilizante. Mezclá una parte del líquido con diez partes de agua. También podés rociar las plantas con un pulverizador de mano (fertilización foliar), mezclando una parte de líquido con cien partes de agua. Al utilizar estos productos las plantas crecerán más vigorosas.

**Lombrices:** las lombrices con buena alimentación se reproducen rápido. Podés usar el compost con las lombrices, que serán beneficiosas para airear el suelo. Pero si querés recuperarlas para comenzar otra compostera o regalar a tus vecinos, colocá una bolsa de malla pequeña con restos orgánicos frescos y la dejás semienterrada en el sustrato entre diez y quince días.



## Problemas y soluciones

Problema	Causa	Solución
Malos olores	Por un material inadecuado, por exceso de agua o porque hay más residuos de lo que las lombrices pueden digerir.	Dejá de agregar residuos por unos días o solo agrega yerba.
Presencia de mosquitas de la fruta	En realidad no son un problema y forman parte del proceso.	Pero si te molesta la presencia podés tapar los restos verdes con material seco, sin romper la proporción entre ellos.
Presencia de hormigas	Por estar el sustrato muy seco.	Agregá un poco de agua y mezclalo.
Muerte de lombrices	Por exceso o carencia de humedad, por exceso de calor o por algún tóxico introducido.	Retirá todo el material y comenzá un nuevo proceso.
Exceso de agua	Ingreso de agua de lluvia por no tapar la compostera, vertido de muchos residuos húmedos o los orificios del cajón están tapados.	Agregá materia orgánica seca (hojas o pasto seco, aserrín, cartón sin tinta picado) en cantidad suficiente para absorber la humedad, y drená el agua libre hacia la bandeja inferior.

# ARMÁ TU PROPIA HUERTA

## Aprovechá el compost para armar tu propia huerta

Para armar una huerta para autoconsumo, no precisas mucho espacio. Podés hacerlo en macetas recicladas (bidones, cajas, cajones, baldes), o directo en el suelo, armando camellones de acuerdo a tu espacio.

## Consejos prácticos a la hora de empezar

Si no tenés experiencia, comenzá con pocos ejemplares, plantines y especies sencillas y de fácil crecimiento (tomillo, orégano, perejil, acelga, espinaca, lechuga).

Al utilizar el compost remové la tierra: así favorecés el ingreso de agua.

Intentá siempre recolectar agua de lluvia para el riego: además de ser más pura, es gratis.

Buscá vincularse con la comunidad y conseguir e intercambiar semillas.

Mantené variedad de especies, colores, plantas y flores; la biodiversidad evita el daño por insectos y enfermedades, además aumentarás la diversidad de alimentos en tu plato.

Si tenés pasto y hojas secas podés usarlos para cubrir el suelo alrededor de tus cultivos y así protegerlos del frío, mantener la humedad y evitar el crecimiento de malezas.



Si querés saber más sobre cómo armar tu huerta o querés donar tu compost o sumarte a una huerta comunitaria, consultá en la **Agencia de Desarrollo Rural** de la Intendencia de Canelones, a los teléfonos 1828 2206 y 1828 2208 o al correo [agenciadesarrollorural@imcanelones.gub.uy](mailto:agenciadesarrollorural@imcanelones.gub.uy)

## ¿Qué podés plantar?

Cultivo	Época de plantación	Método de cultivo y cuidados	Cosecha
 Albahaca	Primavera y verano.	Almácigo. Proteger y cortar inflorescencias.	Hojas y brotes verdes.
 Acelga	Primavera y otoño.	Siembra directa. En verano bajo sombra	A los dos meses de la siembra se inician cortes.
 Espinaca	Otoño e invierno.	Siembra directa. Distancia entre 5 y 10 cm.	Entre los cincuenta y sesenta días de la siembra.
 Rúcula	Todo el año.	Siembra directa o almácigo.	Entre los sesenta y setenta días de la siembra.
 Tomate	Primavera.	Almácigo y transplante entre la seis y ocho semanas. Distancia entre 30 y 50 cm.	A los setenta y cinco días del transplante.
 Morrón	Primavera.	Almácigo y transplante entre la ocho y diez semanas. Distancia entre 30 y 50 cm.	Verde: a los dos meses del transplante. Rojo: a los tres meses del transplante.
 Orégano y tomillo	Otoño y primavera.	En otroño por transplante y en primavera en almácigo o plantines. En lugar protegido del frío o soleado.	Hojas y ramas verdes todo el año.
 Perejil	Otoño y primavera.	Siembra directa.	Hojas tiernas todo el año.
 Lechuga	Todo el año.	Directa transplante entre 20 y 25 cm de distancia. Cuidar humedad del suelo.	Entre los sesenta y setenta y cinco días de la siembra.
 Remolacha	Primavera, verano y otoo.	Directa en el suelo y raleo. Distancia entre 5 y 10 cm. Suelo bien drenado y buena carga orgánica.	A los noventa días de la siembra.
 Zanahoria	Primavera y otoño.	Directa entre 10 y 20 cm de distancia. Suelo profundo, liviano y suelto, bien drenado y buena carga orgánica.	Entre los ochenta y ciento diez días de la siembra.