

# Akéköl

Boletín ambiental informativo de la  
Facultad de Derecho



## Los beneficios del compostaje

Fiorella Guzmán Arroyo - Ingeniera Agrónoma, Egresada de la Universidad EARH\*

### ¿Cómo beneficia a nivel de residuos el compostaje?

A nivel de residuos de hogar, se reduce hasta un 50% de la basura que desechamos. Llega menor cantidad de desechos a los rellenos sanitarios o vertederos "clandestinos" que lo que provocan principalmente en este último mencionado es que los residuos lleguen a la putrefacción y se liberan gases que perjudican al ambiente por no realizar un adecuado manejo de desecho o en este caso de aprovechamiento.

### ¿Cómo beneficia a nivel ambiental el compostaje?

Primeramente, que no se desecha y por lo tanto, no se vuelve basura que llega a lugares y afecta al ecosistema por la putrefacción que se da, generando gases contaminantes.

## CALENDARIO AMBIENTAL

Mes	Día	Celebración
Julio	3	Día Internacional Libre de la Bolsa de Plástico
	4	Día Mundial de los Delfines en Cautiverio
	7	Día Mundial de la Conservación del Suelo
	11	Día Mundial de la Población
	21	Día Universal del Derecho
	21	Día Mundial del Perro
Agosto	23	Día Nacional de la Vida Silvestre
	8	Día Internacional del Gato
	9	Día Internacional de los Pueblos Indígenas
	13	Día Interamericano de la Calidad del Aire (2do. Viernes)
	15	Día Mundial de la Relajación
	24	Día Internacional de los Parques Naturales
Septiembre	26	Día Internacional del Perro
	7	Día Internacional del Aire Limpio por un Cielo Azul
	15	Día de la Independencia de Costa Rica
	15	Día Internacional de la Democracia
	16	Día de la Preservación de la Capa de Ozono
	18	Día Mundial de la Limpieza del planeta (3er. sábado)
Octubre	21	Día Internacional de la Paz
	4	Día Mundial de los Animales
	4	Día Mundial del Hábitat (1er. Lunes)
	9	Día Mundial de las Aves Migratorias (2do. sábado)
	10	Día Mundial de la Salud Mental
	12	Día de las Culturas en Costa Rica
	13	Día Internacional para la Reducción de los Desastres Naturales
	16	Día Mundial de la Alimentación
Noviembre	21	Día Mundial del Ahorro de Energía
	31	Día de la Mascarada
	18	Día Mundial del Aire Puro (3er. jueves)
	5	Día Mundial del Suelo
Diciembre	11	Día Internacional de las Montañas
	18	Día Internacional del Migrante



GALARDÓN  
AMBIENTAL UCR

Se genera abono que se reincorpora al suelo, de manera que al ser materia orgánica, contribuye a propiedades físicas como la filtración, químicas como el uso de los nutrientes que se aportan y biológicas como los microorganismos aportados y conservados, que a su vez, todos generan un suelo sano.

### **¿Cómo puede beneficiar el compostaje a la soberanía alimentaria?**

Al compostar se genera conciencia que lo que comemos salió en algún momento del suelo y que esos nutrientes que se extrajeron para nutrirnos, deben de ser devueltos al suelo para seguir cultivando, de esta manera aseguramos una alimentación sana y consciente, contribuyendo a la soberanía alimentaria.

### **¿El compostaje se limita a las personas que pueden comprar composteras?**

Claro que no, el compostaje se puede realizar tanto en una zona rural como urbana, así como tener un espacio de 3 metros cuadrados o tener solo una caja de verduras. Lo importante es querer hacerlo.

### **¿Qué recomendaciones le daría a una familia que apenas está iniciando a compostar?**

Que recuerden siempre el porqué iniciaron y el impacto que están causando al no desechar estos residuos. Y que apoyen a otros a realizar el compostaje, que hablen sobre el tema con más personas, porque si todos en nuestras casitas vamos realizando este tipo de prácticas e invitamos a otros a realizarlas, como comunidad, país y mundo, vamos a ir viendo el impacto positivo sobre el ambiente que tanto necesitamos.

---

\*Fiorella Guzmán, es una apasionada del tema de compostaje, tanto urbano como rural. Hace dos años en su TCU colaboró en el tema de compostaje takakura de las facultades de la UCR, así como hizo acompañamientos y colaboración en el proceso. Actualmente da charlas para compartir sobre el tema y mejorar la educación ambiental.



## Las huertas caseras en tiempo de pandemia: Algunos consejos

Puede que, por una intención de autoabastecimiento, por terapia hortícola o por ocupar nuestro tiempo reclusos en casa, lo cierto es que la implementación de huertas caseras se ha puesto de moda en tiempo de Pandemia.

No importa el motivo que nos impulsa a querer sembrar, regar o cuidar nuestras plantas, ojalá se concrete y se convierta en un hábito duradero que se traduzca en beneficios para nuestra salud, nuestra economía y nuestro aporte al mejoramiento del ambiente.

Aunque es necesario tener ciertos conocimientos básicos que nos ayudarán en este proceso, según el experto Ing. Agr. Oswaldo Páez\*, no es lo más importante, porque lo que realmente debemos de procurar de primera entrada es tener una “buena actitud y buen ánimo” para iniciar con este proyecto de manera individual o familiar.

El Ing. Páez, también nos explica que, aunque actualmente se está acuñando el término de «huertas caseras en espacios reducidos» esto no implica que sólo en los espacios arquitectónicos o estructurales pequeños –como casas o apartamentos pequeños- se deba hacer una huerta casera; sino más bien que este concepto se relaciona con el “espacio de crecimiento de la planta y no tanto con el espacio en dónde se ubica la huerta.”

Así mismo, otro concepto popular son las «huertas verticales»; pero “la verticalidad no es una característica de las huertas caseras en espacios reducidos en sí, sino que es simplemente un tipo de huerta en función de su orientación y posicionamiento de las plantas” (Páez, 2021).

**Figura 1.1.** Imagen de huerta en espacio reducido



**Figura 1.2.** Imagen de huerta vertical

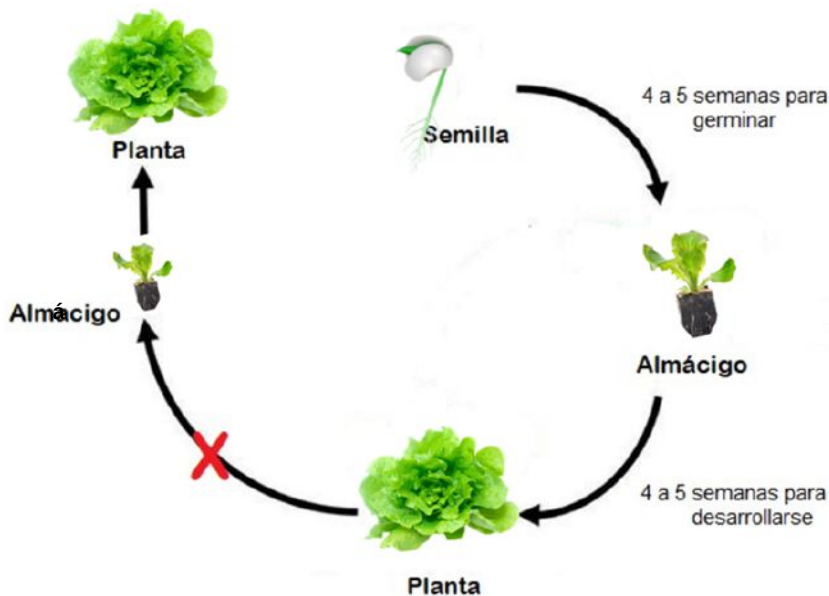


También, es fundamental mantener un equilibrio entre el tamaño del contenedor (maceta o cualquier recipiente o estructura que contenga las plantas) de la huerta y el desarrollo de la planta. Es común ver fotografías de huertas en espacios reducidos, estéticamente muy bonitas, pero el crecimiento de la planta también se aprecia muy comprometido.

«¿Por dónde comenzar?» Culturalmente, estamos acostumbrados a sembrar lo que normalmente solíamos comprar para comer, pero este esquema según nuestro experto se debe romper o al menos analizar si es cien por ciento conveniente cuando pensamos en una huerta casera.

En una producción comercial, para la mayoría de hortalizas, el agricultor o productor inicia el ciclo de producción desde la semilla, pasando luego al almácigo y culmina con la planta, y aunque en nuestros hogares podemos sembrar siguiendo ese patrón, tal vez no sea lo más conveniente. El señor Páez nos da un ejemplo que es muy claro para entender este punto.

**Figura 1.3.** Imagen equilibrio entre estética vs. productividad



**Figura 1.4.** Siembra por conveniencia, ¿semilla o almácigo?

*Si deseamos sembrar lechuga, debemos de tomar en cuenta que el tiempo de siembra, germinación de la semilla y etapa de almácigo dura de 4 a 5 semanas, y del almácigo al desarrollo completo de la planta, de 4 a 5 semanas más. En promedio unos 65 días para poder cosechar la lechuga. Pero si compramos y sembramos el almácigo, sólo esperaríamos en promedio 40 días para la cosecha.*

En resumen, debemos preguntarnos qué nos conviene más, si comprar la semilla o comprar el almácigo. Se puede preguntar a los vecinos, en la comunidad, en las ferias, viveros o empresas que vendan almácigos o semillas cuál es el tiempo de germinación de cada hortaliza.



Además, es beneficioso saber cuál es el tiempo útil que va a permanecer esa planta dándonos de comer. Algunas plantas como el culantro castilla, una vez desarrollada, se debe cosechar completa, mientras que otras como el culantro coyote se puede cosechar por hoja y dejar que la planta viva hasta uno o dos años.

Si decide comprar la semilla, el señor Páez recomienda: no comprar semillas de color que vengan teñidas de color fucsia, rojas o rosadas o azules; pues son semillas tratadas con fungicidas químicos. Por otro lado, cuando compre la semilla lea siempre la etiqueta y prefiera las especificaciones que digan «variedad», «variedad criolla», «variedad tradicional» o «variedad autóctona», evite las que digan en la etiqueta «híbrido» o «F1» si lo que desea es sacar semilla de los frutos que cosecha.

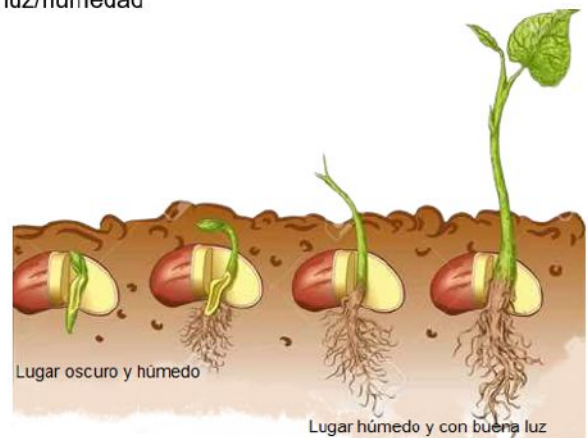
Si bien, va a sembrar las semillas debe procurar que sea en un lugar húmedo y oscuro; una vez que la semilla germine y emerja del suelo debe trasladarla a un sitio húmedo, pero con mucha luz. La falta de luz natural, hace que las plantas se alarguen en su tallo y se debiliten y también que no se desarrollen bien sus hojas; a este fenómeno se le conoce como «etiología».

Si siembra almácigos, vigile constantemente la humedad.

Procure invertir en un buen sustrato, en el mercado puede conseguir desde tierra abonada, fermentada o preparada, cada una con sus diferencias. También, se puede comprar turba, fibra de coco molida, compost o lombricompost, pero tal como lo aconseja el señor Páez, con un buen suelo mezclado con un buen compost obtenemos un sustrato excelente.

Para germinar semillas, desarrollar almácigos o esquejes (en una primera etapa) puede utilizar recipientes de cualquier tipo, prefiera los de reciclaje como vasitos plásticos, tarritos de mantequilla o jabón, etcétera. Inclusive don Oswaldo utiliza para sus semilleros tubos cilíndricos del papel higiénico. Sin embargo, tome en cuenta que una vez que germine la planta esta debe ser trasladada a un contenedor proporcional al desarrollo de la misma.

**Figura 1.5.** Como sembrar la semilla: condiciones de luz/humedad



**Figura 1.6.** Semilleros con rollos de papel higiénico

Adicionalmente, para cuidar y nutrir los almácigos -aparte del sustrato utilizado- usted puede implementar una receta que nos proporciona el ingeniero Páez. Una receta muy sencilla pero altamente efectiva es el uso de los «caldos de cocina» diluidos en agua.

Después de remojar sus frijoles, cocinar sus pastas, vegetales, entre otros alimentos, cuele el caldo, deje enfriar y luego agregue de 4 a 5 partes de agua iguales a la medida del caldo, y proceda a regar sus plantas; “esta agua lleva azúcares, vitaminas, minerales y todo lo que es soluble en agua que se libera con la cocción y se disuelve en la misma agua” (Páez, 2021).

**Figura 1.7.** Nutrición de las plantas utilizando los caldos de cocina



Toda esta información y consejos nos ayudan, no sólo a conocer más sobre el mundo de las huertas caseras, sino también a animarnos a sembrar en casa, porque como se dice en el ámbito de la agricultura, no importa que tan urbana llegue a ser nuestra vida siempre ocuparemos y querremos saber de agricultura.



---

\*El señor M.S.c Oswaldo Páez, es Ingeniero Agrónomo y creador del emprendimiento OPA Natura; empresa que ofrece soluciones en agricultura ecológica/orgánica y en compostaje, tanto en el sector agropecuario, agroindustrial así como en el sector urbano además brinda capacitaciones, consultorías, servicios y productos con sentido ambiental.

<https://opanatura.com/>



# Celebramos el Bicentenario desde la Facultad de Derecho



La Facultad de Derecho se complace en invitarlos (as) a la actividad:



"Conmemoración cívica del Bicentenario de Independencia costarricense: 1821-2021"

**200 AÑOS**  
de independencia

Martes 14 de setiembre de 2021  
Auditorio Alberto Brenes Córdoba  
Hora: 9:00 a.m.

Transmisión vía Facebook Live @facultaddederechour con la colaboración del Canal 15 UCR



## ¡La Comisión de Gestión Ambiental se hace presente en la actividad!



La subcomisión de Gestión de Residuos se encargó de entregar los bocadillos de la actividad, empacados en bolsas de papel.


**Resultados de la campaña de adopción**  
**Refugio Gatitos al Rescate, en Alajuela.**

Estamos felices de informar que se logró la adopción de **6 gatitos cachorros** y **2 gatas adultas**. Gracias a todos los que participaron de la actividad.




## ¡Recicla papel, cartón y periódico!



“Una tonelada de papel reciclado equivale a salvar la vida de 17 árboles adultos”

# PAPEL Y CARTÓN

(limpios y secos)

- Hojas y periódicos
- Cartones
- Cartón de toalla o papel sanitario
- Carpetas
- Libros
- Cartulina

**NO DEPOSITE:**  
 - Papel o cartón sucio, con aceite o mojado.  
 - Papel adhesivo o plastificado.  
 - Cartón de huevos.  
 - Papel fax, carbón y celofán.

  
 UCR AMBIENTAL  
 UGA GALAÑÓN

## ¡Nueva Iniciativa! Comisión de Gestión Ambiental de la Facultad de Derecho



Colocación de cajas de cartón debidamente rotuladas para incentivar a las áreas administrativas a participar del reciclado de papel y cartón en la Facultad.