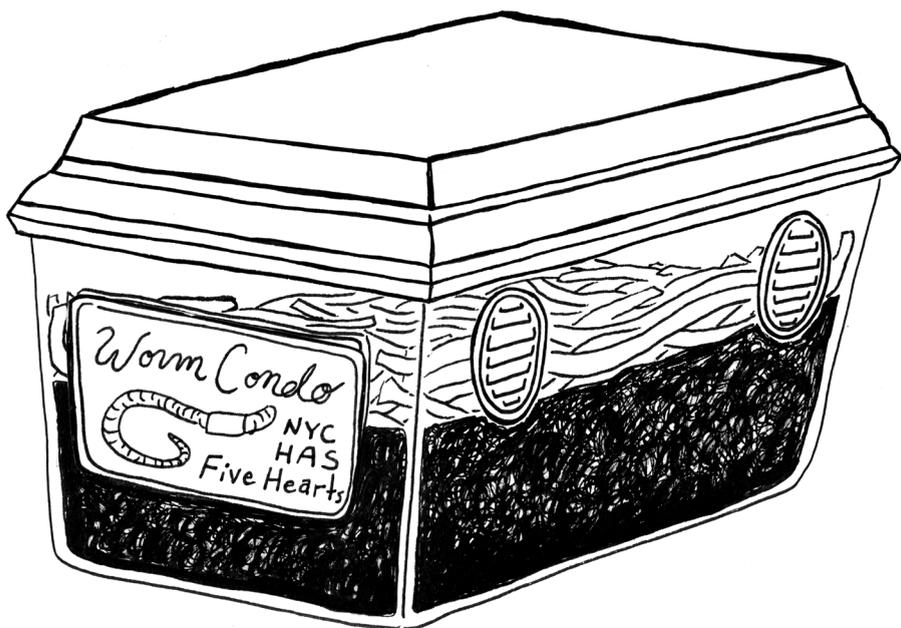


COMPOSTAJE EN ESPACIOS INTERIORES

con un contenedor
de lombrices



¿No tiene acceso a un lugar al aire libre?
**¡Puede hacer compost de restos
de alimentos en espacios interiores
utilizando un contenedor de lombrices!**

nyc.gov/compostproject | llame al 311

   NYCsanitation • NYCzerowaste

NYC Compost Project

Funded by **NYC**sanitation

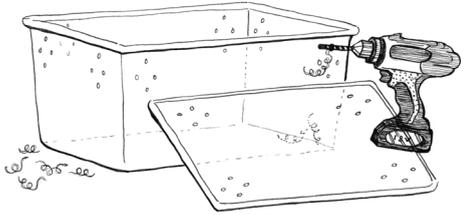
1 Haga o compre un contenedor de lombrices.

Puede comprar un contenedor de lombrices ya listo (visite nyc.gov/compostproject para ver las opciones) o puede hacerlo usted mismo siguiendo estas instrucciones.

Materiales:

- **Contenedor plástico con tapa**

Las dimensiones deben ser de aproximadamente 12 x 12 x 12 pulgadas (un pie cúbico), pero no tiene que ser preciso. Una cubeta estándar de plástico para almacenamiento que adquiera en una tienda de artículos para el hogar es una excelente opción.



- **Taladro, broca de 1/4"**

- **Malla fina para que no entren plagas (opcional)**

Adquiérala en una ferretería.

- **Bandeja (opcional)**

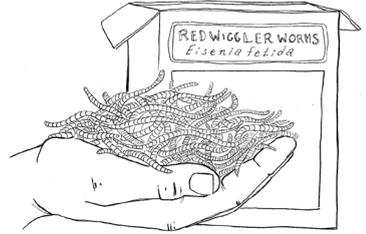
Instrucciones:

- Taladre al menos 10 agujeros de un cuarto de pulgada en la tapa. Estos agujeros ofrecerán oxígeno a las lombrices y a los demás organismos que se encargan de la descomposición en el contenedor.
- Taladre al menos 10 agujeros de un cuarto de pulgada en los lados del contenedor. Estos agujeros también brindarán oxígeno a su contenedor.
- Taladre al menos 10 agujeros de un cuarto de pulgada en la parte inferior del contenedor. Estos agujeros son para drenaje (opcional).
- Utilice pegamento que no sea tóxico para fijar la malla fina sobre los agujeros (opcional). Esto ayudará a evitar que plagas como las moscas de la fruta entren a su contenedor.
- Si taladró agujeros en la parte inferior del contenedor, coloque una bandeja debajo de este para recoger cualquier "lixiviado": un producto de desecho del proceso de compostaje formado por exceso de humedad.

Después de hacer o comprar un contenedor, almacénelo en una buena ubicación tanto para usted como para las lombrices. Las lombrices prefieren temperaturas entre 55 °F y 80 °F (13 °C y 27 °C). La mayoría de los sitios interiores cumplen con estos requisitos de temperatura. Las lombrices pueden tolerar temperaturas ligeramente por fuera de este rango, pero serán menos activas.

2 Consiga las lombrices.

Necesitará una especie de lombriz específica llamada “lombriz roja californiana” o *Eisenia fetida*. Las lombrices de tierra comunes y otras lombrices comunes del jardín, que normalmente son de color marrón o gris, no sobrevivirán en un contenedor de lombrices.



Puede comprar las lombrices rojas californianas en un minorista local o puede ordenarlas en línea para que se las envíen. Para saber dónde puede comprar las lombrices, visite nyc.gov/compostproject.

Para la mayoría de los hogares recomendamos comenzar con una libra de lombrices. Una libra de lombrices puede procesar alrededor de tres libras y media de restos de alimentos a la semana. Si quiere procesar una cantidad mayor, puede hacer un segundo contenedor de lombrices o, si el que ya tiene es lo suficientemente grande, agregue más lombrices.

Sobre las lombrices rojas californianas

¿Sabía que existen más de siete mil especies de lombrices de tierra? Una especie en particular se adecúa muy bien al compostaje en espacios interiores: las lombrices rojas californianas (o *Eisenia fetida*).

Las lombrices rojas californianas viven en la capa superior del suelo, donde se alimentan de organismos pequeños y materia orgánica en descomposición. A diferencia de otras lombrices de tierra, las lombrices rojas californianas no hacen túneles profundos ni madrigueras permanentes. Se reproducen rápidamente, prosperan en hábitats con alto contenido de materia orgánica, pueden tolerar un amplio rango de condiciones de temperatura y humedad y pueden vivir cerca las unas de las otras. Un contenedor de lombrices para espacios interiores replica estas condiciones naturales, lo cual hace que las lombrices rojas californianas sean ideales para el compostaje en espacios interiores.

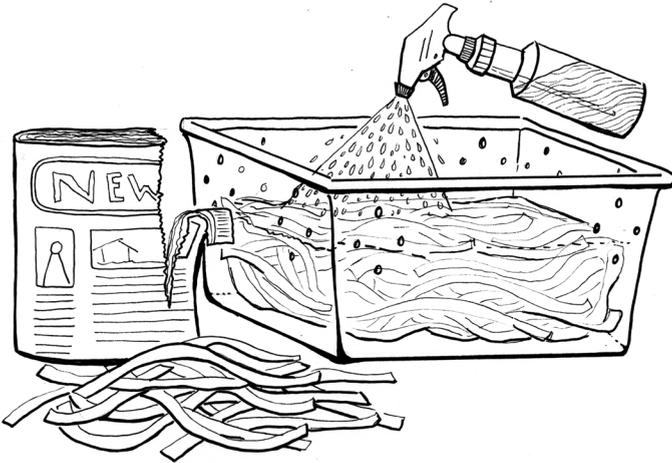
Datos curiosos

- Las lombrices rojas californianas pueden comer la mitad de su peso corporal en restos de alimentos por día.
- Las lombrices tienen cinco corazones.
- Las lombrices tienen los órganos reproductivos tanto masculinos como femeninos, pero igualmente necesitan a otra lombriz para reproducirse.
- De una lombriz madura se pueden reproducir unas 100 lombrices al año. El espacio y la cantidad de comida en un contenedor de lombrices controlará su población.
- La vida de una lombriz es de un año aproximadamente.

3 Haga el lecho y agregue las lombrices a su contenedor.

El lecho les ofrece a las lombrices un lugar para vivir, absorbe la humedad y cubre sus restos de alimentos para prevenir malos olores. El lecho puede hacerse de una variedad de materiales, pero el más común es papel periódico rasgado o en tiras.

Antes de agregar las lombrices a su contenedor, siga estas instrucciones sencillas para hacer el lecho.



Haga tiras de papel periódico de una pulgada de ancho. Puede hacerlas con la mano o usar una trituradora de papel. *Importante: No utilice papel brillante ni coloreado, pues los tintes químicos tóxicos y los residuos de metales pesados podrían traspasarse a su compost.*

Humedezca las tiras de papel periódico. Exprima con cuidado el exceso de humedad; el papel periódico debería tener la consistencia de una esponja retorcida.

Llene alrededor de dos tercios de su contenedor con el lecho. Utilice las manos para esponjar el lecho.

Después de hacer el lecho, vuelque cuidadosamente las lombrices sobre el mismo. Excavarán por su propia cuenta.

4 Alimente sus lombrices.

Con qué puede alimentarlas: alimente sus lombrices con restos de frutas y hortalizas. También puede alimentarlas con poso de café y bolsitas de té de papel (quite las grapas de las bolsitas). Las flores o plantas de interiores que estén secas también sirven.

No alimente las lombrices con carne, productos lácteos o restos de alimentos que se hayan cocinado con aceite. Estos atraerán plagas y producirán olores en un contenedor de lombrices pequeño para espacios interiores. Evite también comidas saladas o muy condimentadas, grandes cantidades de cítricos o ingredientes tóxicos como alcohol.

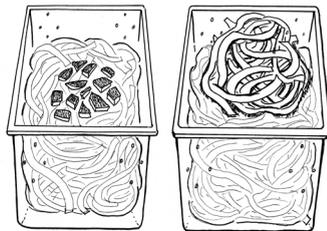
Qué cantidad puede darles: como se mencionó en el paso 2, la cantidad de restos de alimentos con la que puede alimentar sus lombrices depende de la cantidad de lombrices que haya en su contenedor. Si tiene una libra de lombrices, puede alimentarlas con aproximadamente 3.5 libras de restos de comida cada semana.

Cuándo puede alimentarlas: puede alimentar sus lombrices con una pequeña cantidad todos los días o darles la comida de toda una semana de una vez. Si las alimenta semanalmente (lo cual probablemente es lo más conveniente), lo mejor es almacenar los restos de alimentos en su congelador o refrigerador durante la semana para evitar plagas y malos olores.

Si no tiene espacio en su congelador o refrigerador, puede almacenar los restos de alimentos en cualquier sitio que le sea conveniente. Cubra los restos de alimentos con papel periódico roto para ayudar a tapar los malos olores.

Cómo alimentarlas:

- **Pique los pedazos grandes de restos de alimentos en trozos de una o dos pulgadas.** Si congela sus restos de alimentos, píquelos primero. Es mejor descongelar los restos de alimentos antes de alimentar sus lombrices con ellos.



- **Mueva una parte del lecho hacia un lado y agregue los restos de alimentos.** Cada vez que alimente sus lombrices, coloque los restos de alimentos en un área diferente del contenedor. Esto distribuirá los restos de alimentos de forma pareja. También le dará una idea de cuánto tiempo hace falta para descomponer los restos de alimentos y cuánto puede agregar al contenedor cada vez.
- **Cubra los restos de alimentos con más tiras de papel periódico.** Esto evita plagas y malos olores. Nunca deje restos de alimentos expuestos en la parte superior del contenedor.

5 Observe las condiciones de su contenedor.

Supervise su contenedor de lombrices con regularidad para asegurarse de que está brindando condiciones saludables para que las lombrices vivan y para evitar problemas con plagas o malos olores.

Si su contenedor de lombrices es saludable, olerá como a tierra, verá los restos de alimentos y el lecho desaparecer con el tiempo, y se sentirá húmedo pero no empapado (las lombrices tendrán una piel reluciente si la humedad es suficiente).

Del mismo modo, un contenedor saludable tendrá pequeñas cantidades de otros organismos que se encargan de la descomposición, como ácaros o pequeños gusanos blancos. De hecho, es algo bueno tener poblaciones controladas de estos y otros insectos, pues ayudan con el proceso de descomposición. A los bichos del compost les gusta quedarse donde está la comida, así que no tiene que preocuparse porque se salgan del contenedor.

Cada vez que alimente sus lombrices o al menos una vez a la semana, repase la siguiente guía de resolución de problemas para evaluar las condiciones de su contenedor y corregir lo que sea necesario.



Resolución de problemas

¿El contenido del contenedor está muy mojado? Si su contenedor está muy mojado, las lombrices pueden ahogarse o su contenedor puede despedir olores putrefactos. El lecho debería sentirse igual de húmedo que una esponja exprimida. Si su contenedor está muy mojado, pruebe agregar lecho seco para absorber el agua acumulada. Reduzca también la cantidad de comida para alimentar a sus lombrices; los restos de alimentos añaden humedad a su contenedor.

¿El contenido del contenedor está muy seco? Debido a que las lombrices respiran a través de la piel, el lecho debe mantenerse húmedo (como una esponja exprimida) a fin de crear un hábitat cómodo para sus lombrices. Los restos de alimentos agregarán agua de forma natural a su contenedor y deberían mantener el lecho húmedo. Sin embargo, si su lecho parece seco, agregue más agua con un rociador o una regadera. O agregue más restos de alimentos.

¿El contenedor tiene mal olor? Asegúrese de que todos los restos de alimentos estén cubiertos con el lecho para evitar malos olores. Algunos alimentos son malolientes por naturaleza cuando se descomponen (como cebollas, brócoli o col). Retire los alimentos que producen olores desagradables si esto le molesta. No agregue carne, huesos, productos lácteos ni productos aceitosos.

(continúa en la siguiente página)

¿Los restos de alimentos están tardando mucho en descomponerse?

Rompa la comida en trozos más pequeños, especialmente las partes fibrosas y duras, como los tallos. También puede congelar y descongelar los restos de alimentos para romper las paredes celulares. Si la descomposición todavía es lenta después de picar los restos de alimentos, alimente las lombrices con una cantidad menor.

¿Hay moscas de la fruta alrededor de su contenedor? Si las moscas de la fruta son un problema, puede probar usando trampas de papel matamoscas o hacer su propia trampa para moscas de la fruta (su contenedor de lombrices no debería atraer moscas domésticas si cubre los restos de alimentos con el material del lecho).

Congeele la fruta antes de alimentar a las lombrices o caliéntela en el microondas durante 60 segundos. Esto ayuda a matar los huevos de la mosca de la fruta. También puede, simplemente, evitar agregar fruta.

Estos son dos tipos de trampas sencillas para la mosca de la fruta que puede hacer usted mismo:



- **Trampa para moscas con embudo.** Vierta un poco de vinagre de sidra de manzana o cerveza en un frasco de vidrio y agregue una gota de detergente. Corte la esquina de una bolsa plástica para sándwich y colóquela en el frasco; use una banda elástica para asegurar el “embudo” hecho con la bolsa plástica alrededor del borde del frasco.



- **Trampa para moscas con botella.** Corte a la mitad una botella plástica pequeña de gaseosa o agua. Llene la mitad de abajo con un poco de vinagre de sidra de manzana o cerveza y una gota de detergente. Ponga boca abajo la mitad superior y colóquela dentro de la parte inferior, de manera que el cuello de la botella forme un embudo. Asegure las dos mitades con cinta adhesiva.

¿Hay demasiados ácaros en su contenedor? Una población pequeña de ácaros es buena, pero debe intentar sacarlos si observa grandes cantidades de ácaros. Retire cualquier alimento que reúna a los ácaros. Luego, saque el contenedor y déjelo al sol por una o dos horas para que se seque un poco. Repita según sea necesario hasta que se reduzca la población de ácaros.

Para atrapar ácaros, coloque una rebanada de pan fresco en el contenedor, espere hasta que los ácaros se concentren sobre este y luego retire el pan.

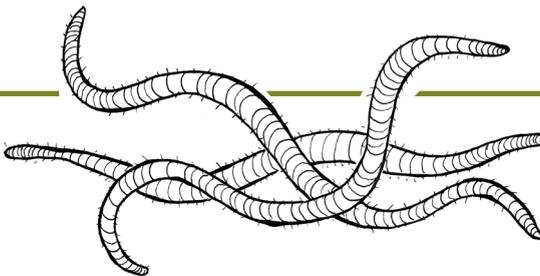
(continúa en la siguiente página)



¿Hay algún otro tipo de plaga? Recuerde: Tener poblaciones controladas de insectos en su contenedor es saludable. Pero existe un problema si su contenedor tiene un enjambre de insectos. La mejor solución podría ser recoger las lombrices (consulte el paso seis) y comenzar un contenedor nuevo desde cero, utilizando lo que aprendió de su experiencia para crear un mejor contenedor de lombrices.

¿Hay pocas lombrices, o ninguna lombriz, en su contenedor? Las lombrices muertas se descomponen rápidamente; usted puede llegar a tener un contenedor sin ninguna lombriz antes de darse cuenta. Si su contenedor está demasiado húmedo o demasiado seco, las lombrices pueden morir. También pueden morir por falta de aire, así que asegúrese de que su contenedor tenga suficiente ventilación.

Igualmente, asegúrese de que su contenedor se encuentre en un lugar donde la temperatura esté entre 55 °F y 80 °F (13 °C y 27 °C). Si el contenido de su contenedor se ve muy compacto, agregue tubos de papel u otros productos voluminosos de papel, como trozos de cartones de huevo, para aumentar el flujo de aire. Las lombrices también mueren si no se las alimenta durante un largo tiempo, aunque normalmente viven muchas semanas antes de que la falta de comida sea un problema.



6 Coseche el compost preparado.

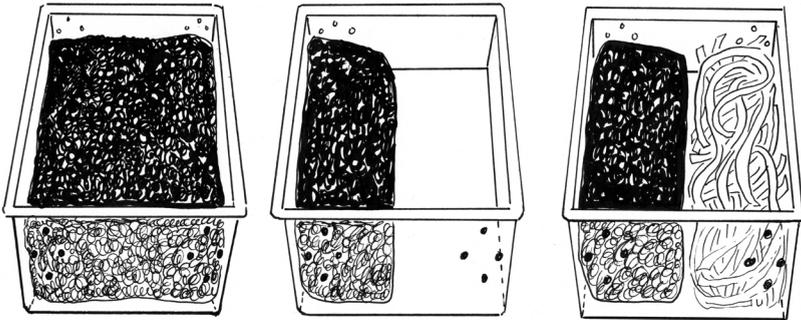
Normalmente toma de tres a seis meses acumular compost preparado, el cual parece tierra oscura grumosa. Cuando su contenedor esté casi lleno, es momento de cosechar su vermicompost (otra forma de llamar al compost de lombrices). *Cosechar* es cuando usted saca el vermicompost del contenedor y lo separa de los pedacitos de lecho, restos de alimentos o lombrices que pueda tener (el vermicompost se vuelve tóxico para las lombrices si se deja en el contenedor por demasiado tiempo sin agregar restos de alimentos nuevos).

Estas son dos formas de cosechar el compost preparado:

La forma fácil

Este método es muy fácil, pero toma alrededor de un mes.

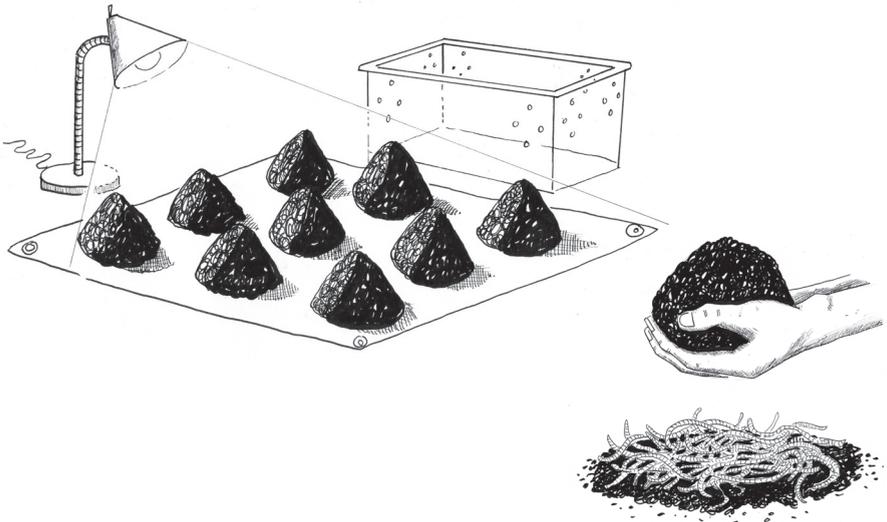
1. Mueva todo el contenido del contenedor hacia un lado.
2. Agregue lecho nuevo (tiras de papel periódico) en el lado vacío y después empiece a colocar restos de alimentos en ese lado.
3. Durante un mes aproximadamente, la mayoría de las lombrices debería moverse al lecho nuevo, lo que le permitirá sacar el vermicompost relativamente sin lombrices.



La forma rápida

Este método es rápido, pero hay más aspectos involucrados.

1. Extienda papel periódico o una lona sobre el suelo o una mesa.
2. Mueva el lecho hacia un lado del contenedor de lombrices.
3. Retire el material oscuro y grueso del contenedor de lombrices.
4. Haga montoncitos de vermicompost sobre el papel periódico (las lombrices se concentrarán en el centro de los montoncitos para evitar la luz brillante).
5. Mientras espera que las lombrices se reúnan en el centro de los montoncitos de vermicompost, prepare el lecho nuevo.
6. Sacuda el humus de la parte superior y los lados de cada montoncito. Coloque este material preparado en una bolsa o contenedor.
7. Agregue lecho nuevo al lado vacío del contenedor de lombrices.
8. Agregue restos de alimentos frescos al lado vacío del contenedor de lombrices.
9. Cuidadosamente, coseche el humus de la parte externa de cada montoncito y coloque el humus en una bolsa o contenedor.
10. Retire con cuidado las lombrices que se agruparon en el centro de cada montón. Colóquelas de nuevo en el contenedor de lombrices.
11. Saque cualquier resto de vermicompost y regrese las lombrices al contenedor.
12. No importa si quedan algunas lombrices en el vermicompost que va a utilizar en el jardín. Pero si lo va a utilizar en plantas que estén en maceteros, es mejor sacar todas las lombrices.



7 ¡Utilice su compost!

El vermicompost es una fuente excelente de nutrientes para las plantas. Cuando las trasplante, agregue un puñado en el agujero antes de plantarla. También puede mezclar el vermicompost con la parte superior de la tierra en sus maceteros.

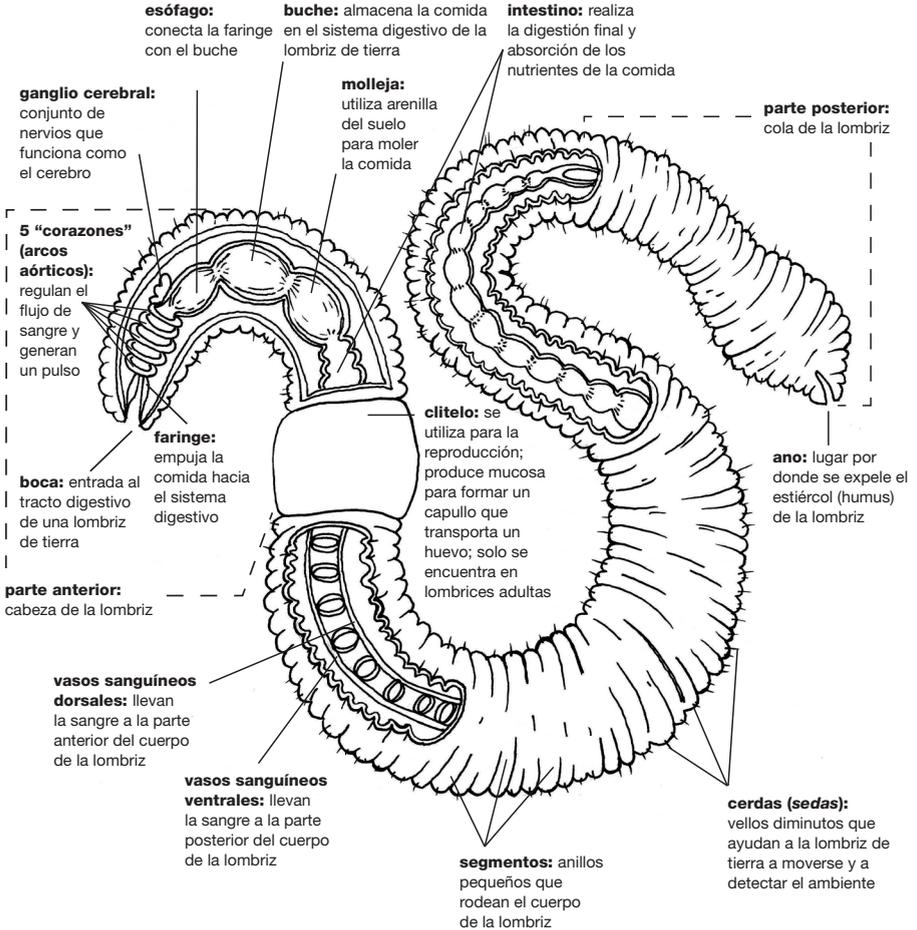


Si no tiene un jardín ni plantas en su hogar, agregue el vermicompost en el suelo alrededor de los árboles en su cuadra o considere donarlo a un jardín comunitario local.

Para obtener más información sobre cómo utilizar el compost y recibir soporte técnico para comenzar o mantener un contenedor de lombrices, comuníquese con el Proyecto de Compostaje de NYC. Visite nyc.gov/compostproject para obtener más información.



Anatomía de una lombriz



NYC Compost Project

Funded by **NYC**sanitation

El Proyecto de Compostaje de NYC trabaja para reconstruir los suelos de la ciudad de Nueva York al ofrecer a los neoyorquinos el conocimiento, las habilidades y las oportunidades que necesitan para producir y utilizar compost de forma local.

Obtenga más información en nyc.gov/compostproject.