

Los potenciales usos del gabazo del café

Por Jorge Nemesio Mercado Ruiz



El gabazo del café, también conocido como poso o residuo de café, es el material sobrante de los granos molidos que quedan después de preparar esta popular bebida. Se calcula que, a nivel mundial, se producen aproximadamente seis millones de toneladas de gabazo de café al año, según datos del International Coffee Organization, lo que lo convierte en una fuente de desecho significativa, pero también en una oportunidad para diversos usos sostenibles. A continuación, exploramos los múltiples usos del gabazo del café y su potencial para beneficiar tanto al medio ambiente como a la vida cotidiana:

Fertilizante para el jardín

El gabazo del café es rico en nutrientes clave para el crecimiento de las plantas, como nitrógeno, calcio, potasio, hierro, fósforo, magnesio y cromo. Además, ayuda a absorber metales pesados que pueden contaminar el suelo, y atrae gusanos, fundamentales para mantener un jardín saludable y bien aireado.

Neutralizador de olores

Gracias a su contenido de nitrógeno,

los posos de café (completamente secos) pueden eliminar malos olores al combinarse con carbono. Este proceso ayuda a neutralizar el gas de azufre maloliente en el aire, convirtiendo al gabazo en un excelente desodorizante natural para refrigeradores, armarios o zapatos.

Materia para composta

El café residual es un componente valioso para la formación de humus cuando se combina con restos de alimentos. Un estudio reveló que una composta con un 40% de residuos de café resultó de mejor calidad y produjo menos emisiones de gases de efecto invernadero, contribuyendo al combate contra el cambio climático.

Repelente de insectos y plagas

Los compuestos del café, como la cafeína y los diterpenos, son tóxicos para algunos insectos, lo que lo convierte en un eficaz repelente. Puede disuadir a mosquitos, moscas de la fruta, escarabajos y otras plagas comunes en jardines y hogares.

Fuente secundaria de cafeína

Los residuos de café pueden conservar suficiente cafeína para reutilizarse en diversos productos, como tratamientos contra la celulitis, gracias a sus propiedades estimulantes de la circulación y crecimiento capilar, según estudios recientes.

Ingrediente para biomasa

Los residuos de café también pueden utilizarse en la producción de biomasa, una fuente renovable de energía que aprovecha su contenido calórico para generar combustibles alternativos.

Ablandador y marinador de carnes

Por su acidez natural y contenido enzimático, los posos de café pueden actuar como un ablandador para carnes, además de realzar su sabor cuando se usan como marinador.

Reparador de muebles de madera

Una pasta hecha con gabazo de café puede cubrir rayones en muebles de madera. Su capacidad de tinción ayuda

a disimular imperfecciones, restaurando su apariencia.

Reducción de ojeras

Gracias a las propiedades antioxidantes y antiinflamatorias de la cafeína, los posos de café pueden estimular la circulación sanguínea alrededor de los ojos, reduciendo la inflamación y mejorando la apariencia de las ojeras. El gabazo de café es un recurso multifuncional que, en lugar de desecharse, puede reutilizarse de forma creativa y sostenible. Ya sea en el jardín, el hogar o la industria, sus aplicaciones demuestran que, incluso, los residuos pueden tener un impacto positivo en nuestro entorno y calidad de vida. En el Laboratorio de Calidad de la Coordinación de Tecnología de Alimentos de Origen Vegetal del Centro de Investigación en Alimentación y Desarrollo (CIAD) seguimos valorando alternativas de uso de los residuos de café, como, por ejemplo, su aplicación en semillas y plántulas que se utilizan para la producción de los germinados, un alimento altamente nutritivo del que puede conocer más en este enlace: <https://www.ciad.mx/germinados-alimentos-nutritivos-y-caseros/>.

*** Académico de la Coordinación de Tecnología de Alimentos de Origen Vegetal del CIAD.**

