

Coag Informa



*Revista de
Coag-
Castilla y
León. Año 19.
Número 118.
Noviembre-
Diciembre
de 2025*

PILAR ADÓN.
ESCRITORA.
PREMIO
NACIONAL DE
LITERATURA 2023

“Es como si el
trabajo que hace
la mujer en el
campo no se
cuantificara,
como si no
tuviera valor”

AGRICULTURA REGENERATIVA: CUANDO EL SUELO VUELVE A SER PROTAGONISTA

JUAN LUIS FRADEJAS SASTRE
*Departamento de Ingeniería Agroambiental
Escuela de Ingeniería Agrícola y agroambiental
INEA (Valladolid)
UNIVERSIDAD PONTIFICIA COMILLAS*

Durante décadas, buena parte de la agricultura de nuestra comunidad ha transitado por una senda lineal: producir más, soste-

¿QUÉ ES REALMENTE LA AGRICULTURA REGENERATIVA?

Podemos decir que es un modelo de cultivo que busca mejorar los recursos de la explotación mientras producimos. No se conforma con “no degradar”: aspira a que cada campaña deje el suelo un poco mejor que la anterior.

No es un manual cerrado. Es una forma de entender los cultivos, donde las decisiones se toman pensando en procesos: cómo es la estructura del suelo, cómo circula el agua, cómo cooperan raíces, hongos, bacterias y fauna auxiliar; cómo cerrar ciclos y reducir dependencias externas.

SUS PILARES MÁS ACEPTADOS SON:

- **Cubiertas vegetales** (vivas o inertes) para proteger, infiltrar y “alimentar” el suelo absorbiendo carbono.
- **Diversidad:** rotaciones amplias, cultivos con leguminosas, mezcla de especies.
- **Mínima alteración física del suelo**, evitando romper su textura natural y evitando compactaciones.
- **Materia orgánica como motor**, no como residuo. Aportes de materia orgánica exteriores

como estiércoles, compost etc. son buenos.

• **Ciclos cerrados:** “lo que sale de la parcela vuelve” en forma de vida o nutrientes, picando residuos u otras técnicas.

• **Observación y adaptabilidad, porque cada finca es un mundo y analizarla es clave.** Analizar el suelo es un factor muy importante, y saber de dónde partimos y hacia dónde queremos llegar es fundamental. Detrás de todo esto hay una idea sencilla: si cuidamos el suelo, el suelo nos cuida.

¿QUÉ SIGNIFICA “REGENERAR”?

Regenerar un suelo no es un concepto “romántico”,



ner la rentabilidad, apoyarse en fertilizantes, fitosanitarios y laboreos intensos, y confiar en que el suelo aguante. Pero el clima se está volviendo “caprichoso”, las lluvias desordenadas, los costes volátiles y la rentabilidad cada vez más sensible. En este contexto emerge con fuerza un enfoque que no es una moda importada, sino una respuesta práctica a los problemas de siempre: la agricultura regenerativa. No propone volver al pasado, ni renunciar a la productividad. Propone, sencillamente, volver a reconectar con el suelo como un sistema vivo, lleno de procesos que pueden trabajar a nuestro favor si sabemos activarlos.

sino medible. Significa:

- Que aumente su materia orgánica, ya que esto es la auténtica reserva de fertilidad.
- Que el agua infiltre mejor y se quede más tiempo disponible, especialmente en secanos.
- Que haya menos erosión y más estabilidad de agregados.
- Que la biodiversidad subterránea y superficial recupere sitio.
- Que las plantas tengan un entorno más equilibrado, con menos estrés y menos enfermedades.
- Que los rendimientos se vuelvan más estables en años difíciles.

Cuando un suelo mejora su estructura y se vuelve más esponjoso, la parcela empieza a comportarse como un organismo coordinado: cada parte sostiene a la otra.

¿POR QUÉ IMPORTA AHORA? RAZONES AGRONÓMICAS Y ECONÓMICAS

Hablar de agricultura regenerativa no es hablar de idealismos, sino de supervivencia agronómica y económica.

1. Cambio climático y estrés hídrico.

Los suelos que filtran bien amortiguan sequías y tormentas. Cada punto de materia orgánica es un depósito natural de agua.

2. Costes de producción.

Menos dependencia de fertilizantes y fitosanitarios significa menos vulnerabilidad ante mercados inestables.

3. Sostenibilidad realista.

Regenerar no exige ser agricultor o ganadero ecológico, pero combina muy bien con estas estrategias de bajo impacto y la no aplicación de productos químicos de síntesis química; también se aplica a la agricultura de conservación, sin mover el suelo en siembra directa y aplicando abonos de una sola aplicación con liberación lenta de nutrientes y localizados al lado de las plantas.

4. Política agraria y ayudas.

La PAC premia crecientemente prácticas que se acercan a este enfoque: cubiertas, biodiversidad, siembra directa, cultivos con leguminosas.

5. Futuro de las explotaciones familiares.

Regenerar construye patrimonio agronómico: deja un suelo más vivo y competitivo para la siguiente generación.

El agricultor gana resiliencia, previsión y margen.

PRÁCTICAS QUE YA FUNCIONAN EN MUCHAS EXPLOTACIONES

Sin necesidad de grandes cambios, muchas explota-

ciones están experimentando mejoras aplicando prácticas adaptadas a su realidad:

- Cubiertas vegetales: desde mezclas de cultivos para mantener el suelo cubierto casi todo el año, hasta restos triturados como *mulch*.
- Rotaciones: incluir leguminosas, obtener raíces de tipos diferentes, romper ciclos de plagas y enfermedades.
- Siembra directa o laboreo reducido cuidado y flexible.
- Aprovechamiento de restos: incorporarlos como *mulching* para la biología del suelo. Haciendo una pequeña labor superficial para incorporar restos con grada rápida y que se descompongan, o no hacer nada y sembrar encima.
- Pastoreo controlado en explotaciones mixtas o colaboraciones entre agricultores y ganaderos.
- Incremento de biodiversidad funcional: setos, bandas florales, refugios, márgenes gestionados, barbechos de biodiversidad.

Cada explotación encuentra su ritmo. A veces el primer paso es tan simple como decidir no dejar el suelo desnudo o en barbecho.

Beneficios para el agricultor: más allá del discurso ambiental

La agricultura regenerativa empieza a abrirse paso porque funciona en campo:

- Aumenta la estabilidad de rendimientos en años secos.
- Reduce la compactación.
- Disminuye la presión de plantas adventicias y problemas sanitarios a medio plazo.
- Reduce gastos en gasoil y en maquinaria al haber menos pasadas.
- Genera productos con alto valor en mercados exigentes de una agricultura enfocada al carbono.
- Y entrega al agricultor algo poco tangible pero valioso: satisfacción al ver que las parcelas responden mejor cada año.

La regeneración no promete milagros, pero sí un camino sólido y gradual hacia una agricultura más rentable y resistente con el paso del tiempo.

UN CAMBIO QUE EMPIEZA CON PEQUEÑOS GESTOS

No es necesario transformar la explotación de un día para otro. La transición puede ser progresiva, y lo sensato es que lo sea. Cada práctica que refuerza el suelo abre la puerta a la siguiente.

Al final, regenerar es volver a prestar atención. Es redescubrir que, cuando el suelo recupera su valor, la finca empieza a hablar otro idioma: uno donde hay menos urgencias y más procesos que trabajan por nosotros.