

La recolección de setas está permitida, pero es necesario seguir una serie de normas básicas para no afectar de forma negativa al ecosistema.



- **No pises ni destruyas** ninguna seta, pues ésta juega un papel importante en el ecosistema. Respeta el entorno natural en el que te encuentras, en la medida de lo posible, no salgas de los caminos o de las sendas establecidas para evitar que el terreno se compacte y se deterioren las plantas.
- **Recolecta de forma ordenada**, sólo lo que vayas a consumir y aquellos ejemplares de los que estés seguro de su identificación.
- **Respeta los ejemplares viejos**, rotos o alterados, así como los jóvenes o inmaduros, pues facilitarán la diseminación de la especie. Además, los ejemplares muy jóvenes o en estado de huevo son más difíciles de identificar y puede provocar su confusión con otras especies tóxicas.
- **Usa una navaja para cortarlas por la base**, evitando arrancarlas. No uses herramientas inapropiadas -como rastrillos o azadas- ni escarbes en la tierra, ya que se puede destruir el micelio del hongo e impedir que vuelvan a salir setas.
- Para la recolección, **usa cestas o canastas traspirables** de mimbre o estructuras similares, que facilitan su aireación y la diseminación de las esporas.

No uses bolsas de plástico, ya que los distintos ejemplares se mezclan, deterioran o fermentan. Además fomentan el cultivo de larvas y bacterias y hacen perder atributos nada desdeñables, como el aroma o la textura.

¿Dónde está permitido coger setas?

Es importante conocer el terreno por el que se va a circular, para saber si se trata de un lugar privado o con alguna normativa que restrinja la recogida. Las setas son un producto del monte y pertenecen a su propietario.

La Ley Forestal y de Protección de la Naturaleza de la Comunidad de Madrid ⁽¹⁾ concede el derecho a que cualquier particular, de forma puntual, pueda beneficiarse del recurso micológico en montes públicos, pero éste puede quedar **limitado por el propietario de monte**.

En el caso de un monte propiedad de un **municipio**, éste tiene derecho a regular dichos aprovechamientos de forma **expresa** mediante una Ordenanza Municipal, en caso contrario, habrá de entenderse que el Ayuntamiento lo consiente.

Cuando se trata de terrenos incluidos en **Espacios Naturales Protegidos**, el aprovechamiento micológico o la recolección esporádica de setas se rige por la normativa específica que los regula.

Existen indicaciones expresas para este tipo de aprovechamientos en el **Parque Nacional de la Sierra de Guadarrama** ⁽²⁾:

- En las **Zonas de Reserva está prohibida** la recogida de setas y en la Zona de Máxima Protección sólo podrá llevarse a cabo directamente por los propietarios de los predios o por adjudicatarios de dicho aprovechamiento debidamente autorizados. La autoridad ambiental competente podrá sin embargo regular, limitar o eliminar temporalmente estos aprovechamientos en determinados ámbitos o para ciertas especies, por razones de conservación o de gestión.
- En el resto queda autorizada la recogida libre de setas pertenecientes a **especies no protegidas** para uso individual en los montes de utilidad pública o consorciados municipales, así como en los de propiedad de la Comunidad de Madrid, salvo que las Entidades Locales propietarias o la Administración regional decidieran acotar determinados ámbitos o montes para el aprovechamiento de estas producciones micológicas por algún adjudicatario.

Este aprovechamiento tradicional corresponderá al propietario de los terrenos en el caso de los de régimen privado.

⁽¹⁾ Ley 16/1995, de 4 de mayo, Forestal y de Protección de la Naturaleza de la Comunidad de Madrid, artículo 76.6.

⁽²⁾ Plan de Ordenación de Recursos Naturales de la Sierra de Guadarrama, sobre Aprovechamientos Forestales y Gestión Forestal (apartado 4.4.2, punto 6).

Buenas prácticas en el medio natural

Temporada de setas

Los hongos forman el *Reino Fungi*, reino independiente del vegetal y del animal. La mayor abundancia y diversidad se produce en periodos lluviosos de otoño y primavera, es en estas épocas cuando se realiza la recolección de setas.



Precauciones para el consumo de setas

- Es importante no llevar en el mismo cesto las setas que con seguridad son comestibles y las dudosas, cuyos fragmentos o simplemente sus esporas pueden ocasionar alteraciones graves en las primeras.
- Recolectar las setas muy jóvenes puede ser peligroso, pues se pueden confundir con facilidad; lo mismo ocurre con los ejemplares que se han helado o empapado.
- No recoger las setas en lugares con alto riesgo de contaminación: cunetas, campos fumigados, áreas industriales, vertederos, jardines urbanos, etc., pues los hongos tienen facilidad para acumular compuestos tóxicos.
- Revisar uno a uno todos los ejemplares que se vayan a cocinar y consumir en cantidades moderadas. No comer setas crudas pues el calor evita la ingestión de parásitos vivos o de ciertas toxinas.
- Deben consumirse inmediatamente o saber bien cómo conservarlas y guardar una muestra de las setas por si surgiera cualquier problema.



Para más información:

- Contacta con el 012