

Día de la Tierra – Abril 22 de 2008

¿Cuan ecológico serás este día de la Tierra? Quieres ver cifras alarmantes?

- Cada año se sacrifican 50 millones de árboles y 75 mil millones de litros de agua para crear 7 millones de toneladas de correo indeseado del que el 40% termina en la basura sin ser leído.
- Si ponemos todos los cartuchos de impresora usados en un año uno al lado del otro formaríamos un anillo alrededor del planeta.
- Una computadora encendida toda la noche consume la energía necesaria para imprimir 10.000 copias.

¿Quieres saber más? ¿Quieres empezar a cambiar tus hábitos de consumo?



April 22, 1970-2008



www.earthday.net

Para saber más sobre cifras reales de consumo y contaminación:

<http://www.natgeo.tv/especiales/diadelatierra/sabias.asp>

Como cambiar tus hábitos en casa, colegio, oficina? A continuación encontrarás una guía práctica de consejos para practicar en casa.

BUENAS PRÁCTICAS AMBIENTALES EN CASA NUESTRO COMPROMISO EN LA VIDA COTIDIANA

¿Qué bueno saber que a partir de pequeñas prácticas cotidianas podemos ahorrar muchos recursos ambientales?

¿Has pensado de donde provienen todos los recursos que ves a tu alrededor en tu casa, en tu colegio, en la oficina, en los almacenes?

¿Quieres saber cuantos habitantes hay en la tierra hoy?

www.census.gov/cgi-bin/ipc/popclockw

¡PARA SALVAR NUESTRO PLANETA DESDE LA CASA!

BUENAS PRÁCTICAS EN CONSUMO DE AGUA

1. Cierra levemente la llave de paso de tu vivienda, no apreciarás la diferencia y en cambio ahorrarás una gran cantidad de agua diariamente.
2. Repara la ducha o grifos que gotean o sustitúyelas. Ahorrarás unos 170 litros de agua al mes en promedio. Pon dispositivos de ahorro en los grifos y duchas, reducirás el consumo casi en un 50%.
3. Comunica las fugas de agua a la Empresa de Acueducto.
4. Si te vas de vacaciones, cierra la llave de paso del agua de tu vivienda. Evitarás posibles inundaciones por llaves abiertas o accidentes.
5. Lava el carro con uno o dos baldes de agua, nunca con manguera, siempre exageramos, en ocasiones especiales, llévalo a un lavadero de autos.

BUENAS PRÁCTICAS EN EL USO SANITARIO

1. Cuando te laves los dientes, utiliza un vaso. No dejes el grifo abierto.
2. Llena una vasija para lavarte la cara, o abre y cierra la llave para lavar tus manos o afeitarte. Así ahorrarás 12 litros al minuto.
3. No uses el inodoro como cubo de basura, coloca una papelera. Ahorrarás de 6 a 12 litros cada vez.
4. Instala una cisterna de doble pulsador. Reducirás a la mitad el consumo de agua.
5. Dúchate en vez de bañarte y cierra la llave o grifo mientras te enjabonas. Ahorrarás en promedio 150 litros cada vez.
6. Los sanitarios tradicionales gastan hasta 9 litros de agua por descarga. Hoy día existen sanitarios de bajo consumo que emplean seis litros y disponen de un dispositivo de retención de vaciado.
7. Mientras esperas a que salga del grifo agua caliente puedes llenar un recipiente con el agua fría, que se puede utilizar en el lavamanos, por ejemplo, o parar regar las macetas.

BUENAS PRÁCTICAS EN LA LIMPIEZA

1. Utiliza la lavadora y el lavavajillas con la carga completa y el programa adecuado.

2. Cuando lavas a mano, consumes un 40% más de agua.
3. Remoja y enjabona los cubiertos de una vez. No dejes correr el agua mientras los fiegas y abre el agua solamente para hacer el enjuague final.
4. A la hora de descongelar alimentos, evita hacerlo poniéndolos bajo el chorro del agua.
5. Lava las verduras y frutas en un recipiente. Si lo haces en un lavaplatos o fregadero, usa un tapón.
6. No utilices el chorro de agua para arrastrar restos en el lavaplatos. Recógelos y échalos al cubo de la basura orgánica.

BUENAS PRÁCTICAS EN JARDINERÍA

1. Riega tus plantas y el jardín al anochecer o amanecer. Si es posible utiliza sistemas de riego por goteo.
2. Reduce el uso del agua sembrando árboles y plantas NATIVOS, resistentes a sequías. Es conveniente evitar grandes superficies de césped ya que consumen gran cantidad de agua. Como opción, se pueden plantar arbustos que ofrecen más sombras.
3. Si utilizas aspersores, ajusta los grados de giro para no mojar las zonas que no necesiten agua. Si puedes utilizar fuentes de agua natural como pequeños riachuelos, hazlo sin contaminarlos o dañar su cauce natural.
4. No cortes el césped a ras. La altura conveniente es de 5 a 8 centímetros. A esa altura las raíces se mantienen sanas, el suelo tiene sombra natural y retiene la humedad.
5. Si tenemos piscina lo mejor es cubrirla mientras no se utiliza, así reducimos la evaporación del agua o que se ensucie por factores externos y no tendremos que cambiarla o lavarla; ten en cuenta que es peligroso cubrir una piscina ya que es menos visible y puede ser peligrosa.

SISTEMAS DE AHORRO DE AGUA

1. Instalar dispositivos ahorradores de agua es una de las medidas más eficaces que existen. Se pueden incorporar al mecanismo de los grifos o inodoros convencionales que permiten un ahorro en el consumo. Como por ejemplo:
 - Perlizador: Dispositivo que se puede enroscar en los caños de los grifos para incorporar aire al chorro de agua, reduciendo así su consumo. Instalando uno, puedes ahorrar más de un 40% de agua.
 - Contrapeso: Es un mecanismo que se acopla al de la descarga de la cisterna y que funciona por efecto de gravedad. El flujo de agua se interrumpe en cuanto deja de accionarse el tirador. Instalando uno, puedes ahorrar hasta un 70% de agua.
 - Reductor de caudal para duchas: Es un dispositivo que se incorpora en las tuberías de la ducha para impedir que el gasto de agua exceda de un consumo fijado. Instalando uno, puedes ahorrar hasta un 30% de agua.

- Dispositivo de seguridad en mangueras: Se colocan en lavadoras y lavavajillas. Impiden la inundación cortando el suministro de agua si se rompiesen las mangueras.
- Interruptor mecánico de caudal: Sencillo dispositivo que se cierra o abre al pulsar una palanca con las manos o los objetos que se sitúan debajo del grifo.

En general, los dispositivos ahorradores de agua son pequeños elementos que se incorporan al mecanismo de los aparatos, grifos y duchas, sin grandes costos ni dificultades. Además, podemos evaluar la rentabilidad de esta tecnología comparando el costo de la instalación con el costo del agua que hemos ahorrado durante la vida útil del nuevo mecanismo.

Los anteriores sistemas nos permiten ahorrar hasta un 60% de agua.

AGUAS RESIDUALES

Además de ahorrar agua debemos conseguir que ésta no llegue contaminada a la red de alcantarillado. Para ello deberemos:

1. No permitir que la gasolina, los aceites y otros líquidos nocivos se escapen y se mezclen con el agua
2. No permitir el vertido de los residuos domésticos al agua
3. No tirar productos químicos domésticos en el fregadero o sumidero.
4. Generar el mínimo posible de basuras.
5. En el lavado, utilizar la mínima cantidad de lejía y de detergente.
6. No tirar a los sanitarios productos u objetos extraños.
7. En el jardín o en el huerto, evitar al máximo utilizar plaguicidas y otros elementos químicos.

BUENAS PRÁCTICAS EN CONSUMO DE ENERGÍA ELÉCTRICA

1. Sustituir el alumbrado con bombillo ahorradores, de bajo consumo, que ahorran hasta el 60% de energía eléctrica, por lámparas de sodio o tubos fluorescentes, ya que se reduce el consumo de energía eléctrica y la emisión de dióxido de carbono.
2. Asegurarse de que los niveles de iluminación son adecuados y de que no exista un exceso de luz en zonas poco visitadas o donde su incidencia no es importante. Por cada kilovatio hora (Kwh.) de electricidad que se ahorre, se evita la emisión de aproximadamente 800 gramos de CO₂.
3. El polvo y la suciedad restan efectividad a la iluminación. Por ello, se deben mantener limpias las bombillas, tubos fluorescentes y luminarias, empleando lámparas y apliques traslúcidos en lugar de opacos. La acumulación de polvo en los sistemas de alumbrado hace que se pierda hasta un 10% en iluminación.
4. Es muy conveniente Instalar interruptores temporizados que aseguran la desconexión de la iluminación tras un tiempo.
5. A la hora de pintar, tener como criterio el uso de colores claros.
6. Disponer detectores de presencia que activen o desactiven la luz.

7. Utilizar siempre que sea posible luz natural, instalando o situando claraboyas y tragaluces que permitan su entrada. Anualmente se consume hasta un 20% en exceso de iluminación, en zonas iluminadas más de lo necesario.
8. Instalar sistemas de cierre automático de puertas que eviten la pérdida de calor o el incremento de la temperatura. Los mecanismos de cierre automático permiten un ahorro de hasta un 40% en climatización.
9. Realizar un adecuado mantenimiento del sistema de climatización y los equipos de refrigeración, revisando regularmente los sistemas de aire acondicionado y cámaras frigoríficas (líquido refrigerante, sistema de aislamiento, filtros de aire acondicionado) para minimizar las emisiones de gases que destruyen la capa de ozono (CFCs) y evitar aumentar el consumo de energía.
10. Instalar las cámaras de refrigeración y congelación lejos de fuentes de calor,
11. seleccionando adecuadamente la temperatura necesaria para la conservación de los productos. Cuando las cámaras frigoríficas se programan 5°C por debajo de lo necesario, el consumo de energía se incrementa en un 25%.

BUENAS PRÁCTICAS EN LA COCINA

1. Al cocinar tapar las cazuelas para no perder calor y energía. La olla exprés es la mejor opción por que ahorra tiempo y energía. No utilizar ollas más pequeñas que las mismas hornillas pues se pierde energía.
2. Si se cocina con placa eléctrica, debemos apagarla 10 minutos antes de terminar de cocinar para aprovechar el calor residual.
3. Si se mantiene bien cerrada la puerta del horno mientras se cocina y se evita abrir numerosas veces la puerta de la nevera, conseguiremos disminuir la pérdida de energía.
4. Las cocinas, calefacciones y calentadores de gas gastan menos energía que los aparatos eléctricos.

MINIMIZACIÓN DE RESIDUOS ¿Para qué Reducir los Residuos?

1. Para conservar los Recursos Naturales no renovables.
2. Para ahorrar energía.
3. Para Reducir la contaminación del aire, del agua y del suelo.
4. Para disminuir la generación de CO₂ uno de los factores causantes del efecto invernadero.
5. Para generar empleo.

¿SABÍAS QUE...?

1. Para la fabricación de 1 Tonelada de papel NUEVO se necesitan 17 árboles (2.385 Kg. de celulosa), 100 m³ de agua, y 7.600 Kw.
2. En cambio para una tonelada de PAPEL RECICLADO se necesitan Cero árboles, 20 m³ de agua y 2.850 Kw. (se ahorra el 62,5%)
3. Recicla el papel en tu oficina, los recolectores o recicladores te lo agradecerán.

4. Reutiliza el papel de impresión utilizando las dos páginas de la hoja.

¿CÓMO MINIMIZAR LA GENERACIÓN DE RESIDUOS?

1. Implementando prácticas destinadas a la reducción en el origen o la fuente: clasificación y recolección diferenciada de los residuos en su casa. Dos canequitas mínimo, una para residuos orgánicos, otra para residuos sólidos.
2. Evitando la generación de residuos, minimizando y buscando su tratamiento.
3. Adquiriendo nuevos hábitos de compra: Leer bien las etiquetas de los productos antes de comprarlos. Si ya eres de los que lleva la bolsa de tela al supermercado, eres un superamigo del planeta!!!!

¿QUÉ BOTAMOS QUE PODRÍAMOS RECICLAR?

1. El papel y el cartón.
2. Los plásticos: Representan el 14 % del peso de la bolsa de la basura. Si se incineran, contaminamos el aire con emisiones de CO₂ y otros gases tóxicos, por lo tanto hay un aumento de los GEI (Gases Efecto Invernadero). Si se entierran en un vertedero, tardan hasta milenios en degradarse.
3. Las pilas: las del tipo botón son las más peligrosas, se tratan como residuos peligrosos. No se aconseja juntarlas ni enterrarlas juntas debido a los vapores que despiden. Las pilas alcalinas o de "larga vida" tienen un porcentaje muy bajo de mercurio. Se podría recuperar de ellas Zinc, mercurio y plata.
4. Las latas: La mayoría de los metales que encontramos en los RSU (Residuos Sólidos Urbanos) son latas. Se fabrican a partir del hierro, el zinc, la hojalata y, sobre todo, el aluminio. La producción de aluminio es uno de los procesos industriales más contaminantes; pues una tonelada métrica equivale a consumir 15.000 Kw. /h, 5 Tm de residuos minerales y, la emisión de gran cantidad de gases que contaminan la atmósfera.
5. El Vidrio: Su dureza y estabilidad han favorecido que se emplee para la conservación de líquidos o sólidos y, forme parte de las Producciones Tecnológicas, Lentes, Sistemas de Precisión, Aislamiento, entre otros. Es 100% reciclable.

Y EN LAS COMPRAS aplicar criterios medioambientales a la hora de realizar las compras, procurando adquirir productos con un menor impacto ambiental es un compromiso que se puede asumir con solo saber algunas cositas:

1. Comprar cantidades y tamaños adecuados para evitar que los productos caduquen y se genere con ello una mayor cantidad de residuos.
2. Siempre que sea posible, realizar la compra de productos a granel (frutas, verduras, carnes...) con un menor número de envoltorios. De esta forma se disminuye la producción de residuos de envases y embalajes. La utilización de envases y embalajes reutilizables es una buena medida que evita el consumo de recursos.

3. La mejor gestión de un residuo es no generarlo, por lo que se tendrá en especial consideración a los proveedores que admitan devolución de envases y embalajes (bolsas, bandejas de cartón, cajas de madera, empaques...)!!!
4. Comprar de forma preferente a aquellos proveedores que utilicen embalajes reutilizables o fabricados con productos reciclados. Bolsas de papel reciclado...
5. En todo caso, es conveniente incluir el factor medioambiental a la hora de negociar con los proveedores.
6. Utilizar envoltorios y embalajes que tengan el menor impacto medioambiental posible: Papel alimentario de menor gramaje, papel reciclado, plásticos ligeros, etc.
7. Fomentar el uso de bolsas con particiones internas, de modo que la misma bolsa se pueda utilizar para diferentes productos.
8. Fomentar entre los clientes el uso de envases que el comerciante va a desechar como pequeñas cajas de cartón o madera) para el traslado de los productos comprados, en lugar de las clásicas bolsas.
9. Si se consigue reducir a la mitad el papel empleado en envases y embalajes se evitaría la tala de 60 millones de árboles cada año... y también serían menos indispensables los rellenos sanitarios o botaderos.
10. Recuerda, la Etiqueta Ecológica se otorga a aquellos productos que tienen una menor incidencia negativa sobre el medio ambiente ya que cumplen una serie de criterios ecológicos definidos previamente por el análisis del ciclo de vida del producto.

LAS ECOETIQUETAS

La utilización de las ecoetiquetas y certificaciones ambientales está demostrando ser una herramienta exitosa para asegurar la inclusión de criterios ambientales en la selección y compra de productos. Comprar un producto que posee una ecoetiqueta oficial es una garantía clara de que cumple con toda la serie de posibles requisitos ambientales a lo largo de su ciclo de vida, permitiendo, además, hacer más visible el comportamiento ambiental de la entidad.

Existen fundamentalmente tres tipos de ecoetiquetas ambientales:

- *Etiquetas ecológicas de carácter público y de criterios múltiples:* se basan en el análisis del ciclo de vida e implican que el producto ha sido certificado por una tercera parte, cumpliendo las normas de transparencia, rigor científico y no discriminación. Las más famosas son la Etiqueta Europea, la etiqueta escandinava (el Cisne Nórdico), el Ángel Azul en Alemania y la etiqueta AENOR.

- *Etiquetas públicas referidas a un único aspecto:* abarcan una cuestión ambiental específica. Por ejemplo, la Energy Star o el etiquetado energético de la UE que afectan al uso de la energía.

- *Etiquetas de carácter privado:* están gestionadas por ONGs, grupos industriales u otras partes interesadas. Por ejemplo, son muy utilizadas las

etiquetas de certificación forestal, como los sistemas FSC (Consejo de Administración de los Bosques) o PEFC (Certificado de Bosques Paneuropeo).

Hay que indicar, que se recomienda tener precaución ante la gran proliferación de etiquetas y logotipos (material reciclado, libre de cloro, no daña la capa de ozono, producto ecológico,...) que los fabricantes colocan a sus productos como argumento de mercadeo verde. Éstos no están reconocidos y certificados por organismos oficiales o de reconocido prestigio, por ende, hay que evitar confundirlas con las etiquetas reglamentadas, señaladas anteriormente, ya que son poco fiables y no dan ninguna garantía desde el punto de vista ambiental.

DECÁLOGO DE BUENAS PRÁCTICAS EN LA VIDA DIARIA

1. REDUCE, REUTILIZA y RECICLA lo máximo posible.
2. CONSUME la ENERGÍA necesaria SIN DESPILFARRAR.
3. SEPARA tus RESIDUOS y llévalos al contenedor o Punto Limpio adecuado.
4. NO utilices el AUTOMÓVIL cuando no sea necesario.
5. NO utilices los ELECTRODOMÉSTICOS a media carga.
6. NO utilices indiscriminadamente el DESAGÜE para deshacerte de tus desperdicios.
7. El RUIDO también es una forma de contaminación. Intenta minimizarlo.
8. Practica medidas de ahorro de AGUA.
9. NO utilices PRODUCTOS AGRESIVOS con el medio ambiente.
10. Tus RESIDUOS PELIGROSOS deben ser gestionados por una entidad autorizada.

PARA QUE LE DEMOS UN ABRAZO A NUESTRO PLANETA

REENVIALO A TODOS TUS AMIGOS COMO UN REGALO, PARA QUE EL DIA DE LA TIERRA, **22 DE ABRIL**, LE HAYAMOS DADO LA VUELTA A NUESTRO PLANETA Y SEAMOS MILLONES LOS QUE PENSEMOS Y ACTUEMOS, ASI SEA A ESCALA PEQUEÑA, PERO QUE SE MANIFIESTE NUESTRO AMOR POR NUESTRA MADRE TIERRA.

REENVIALO, TRADUCELO, ADAPTALO.

Este documento es recopilado de varios textos elaborados por especialistas.