

¿Qué es la huella ecológica?

La huella ecológica es un indicador que se define como “el área de territorio ecológicamente productiva (cultivos, bosques o ecosistemas acuáticos) necesaria para producir los recursos utilizados y para asimilar los residuos producidos por una persona o población en un tiempo determinado”. Nuestra vida diaria está marcada por el consumo: consumimos alimentos, bebidas, medicamentos, agua, electricidad, gas, combustible, bolsas plásticas, papel, artículos de higiene, productos de limpieza, ropa y zapatos, entre muchos productos y servicios más. Gracias a este consumo podemos garantizar nuestra supervivencia. No obstante, el acto de consumir no debería tener en cuenta únicamente la satisfacción de una necesidad. Debería implicar una colaboración sostenible entre los procesos económicos, ambientales y sociales que posibiliten el servicio o producto consumido. Al momento de elegir entre las opciones disponibles en el mercado, todo consumidor debería conocer cuáles de ellas tienen menores repercusiones para él mismo y para su entorno. Considerar esta información en las decisiones de compra nos convierte en consumidores ecológicamente responsables con la capacidad de ‘moldear’ mercados, de manera que éstos, voluntaria o involuntariamente, adquieran esta misma responsabilidad. La educación de los consumidores en este tema es fundamental para promover una cultura de consumo responsable que parta de la modificación de sus actitudes personales y de sus hábitos de consumo, los cuales deben ajustarse a las necesidades reales. También debe optarse por las opciones del mercado que favorezcan la conservación del medio ambiente. Reducir nuestra huella ecológica está evidentemente en nuestras manos, lo cual implica hacer compromisos de cambio, con nosotros mismos, las futuras generaciones y el medio ambiente. Algunos de ellos son bastante sencillos de realizar; por ejemplo, apagar las luces cuando no se están utilizando o utilizar focos de bajo consumo. Otros implican ciertas dificultades, como compartir el vehículo con compañeros de trabajo o colocar un calentador solar en la vivienda.

Ahora vamos a contestar unas cuantas preguntas sobre nuestro consumo.

Cuanto más investigéis y tiempo dediquéis a las respuestas mejor será porque es un trabajo continuo, y es interesante tanto para comentar, como para ver dentro de unos años qué cosas han cambiado en vuestra vida. Hay preguntas en las que tendréis que pedir ayuda a vuestras madres o padres, o a un hermano o hermana mayor. No tengáis miedo de preguntar.

- ¿Cuántas personas viven en tu hogar?
- ¿Qué cantidad de sus comidas (desayunos, comidas y cenas) se elaboran en casa? (pensad cuantas comidas han sido cocinadas los últimos 4 días en casa, por ejemplo una pizza envasada no está cocinada, sólo está calentada)
- ¿Qué tipo de comida se consume en tu casa?
- ¿Cuál es tu pauta de consumo de papel? (aparte del papel higienico, qué papeles usas en casa y con qué frecuencia, por ejemplo) ¿Usas una servilleta de papel en todas las comidas? ¿Cuando se te cae algo al suelo lo secas con papel? ¿Usas papel de regalo comprado? Piensa en esas pequeñas cosas que haces durante la semana y apuntalas.
- ¿Cuántos periódicos llegan a tu hogar?
- ¿Con qué frecuencia llegan catálogos, revistas y publicidad?
- ¿Qué tipos de envases ves con más frecuencia en tu casa? Observa tu hogar, apunta lo que sea interesante. Algún ejemplo puede ser: he observado que no gastamos botellas de plástico en casa. O

que mi madre o padre guarda tarros de cristal para otros usos. Etc. Observar y apuntar cosas interesantes.

- Vidrio.
- Bricks.
- Botellas de plástico.
- Tarros de cristal.
- Latas de refrescos.
- Latas de conservas.
- Alimentos empaquetados

- ¿Conocéis a qué contenedor va destinado cada residuo?
- ¿Cuántas veces has depositado residuos en los contenedores de colores?
- ¿Cuántas veces vacías la cisterna al día? (Algunas personas cuando hacen un pipi muy pequeño no suelen tirar de la cadena y otras por ejemplo se suenan la nariz y tiran el papel a la papelera y estiran de la cadena. Contad ese tipo de cosas interesantes, si lo usais lo normal, o no sabéis contestar a la pregunta, saltáosla)
- ¿Tienes instalado algún sistema ahorrador en el WC?
- ¿Sabes cuantos litros de agua gasta tu cisterna?
- ¿Cuántas duchas tomas a la semana?
- ¿Cuántos minutos pasas bajo la ducha? (Si no sabes responder a esta pregunta, cuando te duches la próxima vez mirá el reloj antes y después de la ducha)
- ¿Cuántos baños de bañera completa te das al año?
- ¿Tienes instalado algún sistema economizador de agua en grifos y ducha?
- ¿Cuántas veces te lavas los dientes al día? ¿Dejas el grifo abierto mientras te lavas los dientes?
- ¿Cuántas veces te lavas las manos o la cara diariamente?
- ¿Cuántas lavadoras se ponen a la semana en tu casa?
- ¿A qué temperatura se pone la lavadora?
- ¿Tienes lavavajillas?
- ¿A qué temperatura se pone el lavavajillas?
- Si no tienes lavavajillas, al lavar los platos a mano en tu casa, ¿dejáis el agua abierta o se cierra?
- ¿Tienes jardín?
- ¿Cada cuánto se riegan las plantas de tu casa? ¿En qué horario?
- ¿Qué tipo de energía se utiliza en tu casa?

- ¿Cuántas comidas se preparan al día?
- ¿Qué combustible se utiliza en tu casa?
- ¿Cuántos aparatos de calefacción tenéis?
- ¿Cuántos aires acondicionados hay en tu casa? ¿Os juntáis para no poner el aire acondicionado en todas las habitaciones? ¿Tenéis algún sistema para que la casa se enfrié rápido? ¿A qué temperatura suele ponerse? ¿No lo usáis pero sí usáis ventiladores? ¿Usáis ambas cosas? ¿Cuántos ventiladores suelen usarse al día en casa? Si no sabéis esto, preguntad a vuestra familia si recuerda de cómo fue el verano pasado.
- ¿Cuántas televisiones hay en tu hogar?

¿Cuántas videoconsolas tenéis?

¿Usas algún objeto de segunda mano? (ejemplo, tengo ropa de segunda mano o heredada, o doy mi ropa, tengo videojuegos de segunda mano, alguna vez me han comprado cosas por Wallapop o mi familia me ha comprado algo de segunda mano, tengo libros de segunda mano... etc.)

- Cuenta los aparatos electrónicos que hay en tu casa (ordenadores, tablets, DVD, teléfonos...)
- Cuenta los electrodomésticos que hay en tu casa (tostadora, batidora, plancha, robot de cocina...)

¿Dejas los cargadores enchufados? (móvil, ordenador...)

¿Usáis bombillas de bajo consumo en casa?

¿Cuántos aparatos eléctricos tienen una luz, o unas letras luminosas, cuando están enchufados y no los estas usando? Comenta algunos (ejemplo: la pantalla del microondas, aunque no lo uses está enchufada diciendo la hora, fijate en más cosas así. DVD apagados pero que tiene una luz roja cuando están apagados, y ese tipo de cosas)

¿Aprovechas la luz del día todo lo que puedes? (Ejemplo: Subes las persianas de tu habitación para que entre la luz de la mañana)

LLUVIA DE IDEAS.

Dedícale un poco de tiempo a observar, mirar y pensar. Es muy importante.

Y piensa... ¿Qué podríamos cambiar de nuestra vida para reducir nuestra huella? Cosas que podáis hacer realmente, para vuestra capacidad.

Propuestas, ideas, cualquier cosa.

Por ejemplo: Yo voy a intentar apagar todos los aparatos que tengan una luz roja cuando los apago. Por que si no lo voy a usar en un tiempo mejor que tenga gasto 0.

Apunta tu propuesta, idea, y el próximo sábado las ponemos todas en común y seguro que podemos sacar muchas ideas geniales, y podemos cambiar el mundo con cositas pequeñas entre todes.