

CONSEJOS A los ciudadanos PARA UN CONSUMO RESPONSABLE



El exceso de consumo en nuestra sociedad tiene importantes repercusiones ambientales: desde la extracción de materias primas, en general muy impactante, hasta las

etapas de elaboración, utilización y fin de vida, muchos productos que consumimos a diario equivalen al despilfarro de recursos naturales, contaminaciones y generación de residuos. Si todos los habitantes de la Tierra vivieran como los españoles, necesitaríamos 2,6 planetas. Es responsabilidad de cada uno de nosotros reducir este consumo y obligación de Amigos de la Tierra, como grupo ecologista, de promocionar un consumo responsable. ¿Qué puedes hacer?

1. Primero, intenta NO consumir tanto. Piensa antes de gastar. No sólo vas a ahorrar recursos naturales empleados en hacer y traer el producto a tus manos, sino también dinero de tu bolsillo. Todos tenemos que consumir para vivir, pero puedes buscar productos y utilizar servicios que menos daño hagan al medio ambiente. Lee las etiquetas y fíjate de dónde vienen.
2. Si para fabricar papel se precisa mucha cantidad de madera, agua y energía (éstos dos últimos incluso para el reciclado) ¿no sería mejor no utilizar tanto? Reutilízalo, todo lo que puedas, utilizando por ejemplo la otra cara, reutilizando sobres con pegatinas, etc.).
3. La cantidad media de basura producida por día y persona en España es un kilo, los envases ocupando un 60% en volumen y 33% del peso. Intenta limitarlos al máximo, comprando a granel, con poco embalaje, o con envases retornables o reciclables (por ejemplo el vidrio es mejor que el plástico).
4. Hay 100.000 productos químicos en libre circula-

ción en Europa, muchos de ellos peligrosos. Busca alternativas ecológicas y tradicionales. Tu familia te lo agradecerá, sobre todo los más pequeños.

5. Nuestra alimentación está llena de plaguicidas, pesticidas, transgénicos y sustancias sospechosas. Compra productos ecológicos, en tiendas especializadas, en cooperativas o directamente a los productores.
6. La energía utilizada viene, esencialmente, de los consumibles fósiles y centrales nucleares. Utilízalos con moderación. Apaga los aparatos eléctricos (incluso el estado de hibernación) y utiliza bombillas de bajo consumo.
7. Hay que reducir la cantidad de residuos que producimos. Reutiliza todo lo que puedas, recicla y utiliza la materia orgánica que produces para hacer compost (abono orgánico).
8. El consumo de agua en nuestro país está muy por encima de lo que nos podemos permitir. Reduce tu consumo de agua, por ejemplo instalando dispositivos de ahorro en grifos e inodoros, o reutilizando el agua de lavar las verduras para regar.
9. No utilices el coche si no es necesario. Anda, coge la bici o usa el transporte público. En caso de coger el coche, intenta compartir con un vecino y no vayas a más de 100 Km/h.
10. Asegúrate de que tu dinero es verde. No utilices bancos que inviertan en industrias sospechosas. Pon tus ahorros en una cuenta ecológica como el Ecodepósito de Triodos Bank.

UTILIZA LA IMAGINACIÓN. SI TE PROPONES DISMINUIR LOS IMPACTOS DE TU CONSUMO DE AGUA, ENERGÍA O PRODUCTOS, ENCONTRARÁS TUS PROPIAS IDEAS PARA HACERLO. 

Lawrence Sudlow
Responsable del área de comunicación