

## Alternativas en el hogar que contribuyan al

# CUIDADO DEL MEDIO AMBIENTE

Ficha del Paquete Didáctico 6.19

### Objetivo

Los consumidores conocerán y aplicarán acciones que contribuyan al cuidado del medio ambiente en casa.

### Justificación

En 2013, el Panel Intergubernamental sobre Cambio Climático, dependiente de la Organización de las Naciones Unidas, publicó el Informe Cambio Climático 2013: La base de la ciencia física (IPCC, 2013), en el que se detallan los cambios en los patrones climáticos y sus causas en el planeta durante las últimas décadas, y todo indica que las actividades que realizamos de manera cotidiana están contribuyendo al cambio climático y al deterioro del medio ambiente, por ello, cabe preguntarnos: ¿Puedo hacer algo ante estos problemas de carácter mundial?

### Desarrollo del tema

“Piensa globalmente, actúa localmente”, esta frase empleada en el tema ambiental invita a la población a tener en cuenta la salud del planeta en su conjunto y a realizar pequeñas acciones en sus casas y organizarse en sus comunidades para preservar el medio ambiente.

#### En la casa

- Lava pisos y ventanas con dos cubetas de agua, una con jabón y otra con agua limpia para enjuagar.
- Usa las cantidades recomendadas de los productos de limpieza.
- Separa los desechos.
- Retira los residuos de comida de los trastes usados.
- Remoja los trastos para facilitar la limpieza y si tienen grasa usa agua caliente.
- Revisa las llaves de agua de tu casa, si gotean significa que hay una fuga y deberás cambiar los empaques.

- Usa economizadores de agua en las llaves, hay de precio accesible.
- Pon una cubeta cuando abras la llave de la regadera y espera a que salga el agua caliente, incluso en esta puedes acumular el agua que usas mientras te duchas. Reutiliza esta agua para el escusado o regar las plantas.
- Utiliza la lavadora con cargas completas, así ahorras agua y energía eléctrica.
- Cambia tus focos y lámparas por luminarias con tecnología led.
- Apaga las luces que no estés utilizando.
- Apaga y desconecta los electrodomésticos y equipo de cómputo que no estés usando.
- Imprime por ambos lados del papel.
- Plancha la mayor cantidad de ropa, en la misma ocasión, para que se maximice el calor generado por la electricidad.
- Evita tener abierto el refrigerador por tiempos prolongados. Así impedirás que se fugue el frío y sobre trabaje el motor.
- Procura no usar desechables.



### En el transporte

- Usa bicicleta en trayectos cortos o por diversión.
- Reduce el uso del automóvil en lo posible.
- Si usas tu vehículo transporta a otras personas, la solidaridad es fundamental.
- Mantén el automóvil afinado y sin carga en la cajuela.
- No sobrellenes el tanque de gasolina.
- Asegúrate de que los neumáticos tengan la presión de aire adecuada.
- Evita arrancar o frenar intempestivamente.
- Usa el transporte público.

### Consumo responsable

- Adquiere solo lo que necesites.
- Revisa la información en la etiqueta y compara precios.
- Compra productos empacados de forma sencilla con materiales reciclables o con menos plásticos, además verifica que éstos tengan el logotipo de reciclable o reciclado.
- Reutiliza las bolsas del súper para otras compras, para almacenar algún producto o como contenedores de basura.
- Obtén limpiadores y productos de limpieza que indiquen en la etiqueta que son biodegradables.

- Consigue de preferencia productos elaborados localmente.
- Organízate con tus amigos y vecinos para comprar productos a granel, elaborar los suyos y hasta vender mercancía que sea más amigable con el ambiente.
- Nunca compres productos derivados de especies en peligro de extinción, como corales, carey, huevos de tortuga, plumas de aves o pieles de animales.
- Los animales exóticos no son mascotas, no los compres.
- En Navidad, prefiere un árbol natural mexicano, revisa que haya sido cultivado en plantaciones forestales y que cumpla la norma establecida por la Secretaría de Medio Ambiente y Recursos Naturales.
- Prefiere árboles con raíz para poder plantarlos más tarde en un jardín o en una maceta.
- Consume productos orgánicos.
- Come frutas y verduras.
- Come menos harinas refinadas y más harinas integrales.
- Busca alimentos de temporada.

### Conclusión

Cuidar el medio ambiente comienza en casa, basta un poco de buena voluntad, conocimiento, acción y también solidaridad al invitar a vecinos, amigos y familiares a participar en beneficio personal, social y ambiental.

### Bibliografía

- IPCC, 2013: Climate Change 2013: The Physical Science Basis. Contribution of Working Group I to the Fifth Assessment Report of the Intergovernmental Panel on climate Change <https://www.ipcc.ch/report/ar5/wg1/>
- Agencia de la ONU para los Refugiados, Comité Español. Acciones para cuidar el medioambiente en casa. Recuperado el 14 de diciembre del 2018 en <https://eacnur.org/blog/acciones-cuidar-medio-ambiente-casa/>
- 25 consejos para cuidar el medio ambiente. Blog Natura Medio Ambiental. Recuperado el 14 de diciembre del 2018 en <https://www.natura-medioambiental.com/25-consejos-para-cuidar-el-medio-ambiente/>