



**El Consumo Responsable,**



*los Residuos y el Reciclaje.*



*¿Existe alguna relación entre la calidad de vida y el consumo?*

*Si, hay relación pero en contra de la opinión general es una relación inversa, es decir, a más consumo mayor insatisfacción y menor calidad de vida.*

*La publicidad* nos intenta convencer de que un mayor consumo nos lleva a un estado de mayor bienestar. Sin embargo está demostrado que ante más publicidad y mayor consumismo, reaccionamos anhelando las cosas que no tenemos, provocándonos una gran insatisfacción e infelicidad.

Los altos niveles de consumo de nuestra sociedad han tenido impactos muy extremos en ámbitos como:

## **En el medio ambiente:**

Estamos comprobando que en nuestro planeta se producen desajustes climatológicos que son desencadenantes de otros efectos medioambientales.

Aunque las principales fuentes de contaminación química son los sectores de la industria y de la agricultura, nuestros hábitos actuales en la compra de productos de limpieza para el hogar viene siendo cada vez más un foco preocupante de contaminación medio ambiental.

Muchos de los productos domésticos de limpieza contienen compuestos tóxicos que no sólo dañan el medio ambiente si los evacuamos por los desagües de casa, sino que también pueden dañarnos la piel, las mucosas y las vías respiratorias. Por ejemplo los vapores que desprende la lejía ( hipoclorito sódico) son irritantes para nuestros ojos, el sistema respiratorio, especialmente es peligrosa cuando se mezcla con limpiadores que contengan amoniaco. La lejía produce elementos organoclorados que son peligrosamente tóxicos y nocivos para algunas formas de vida, especialmente para la vida acuática, algo a tener en cuenta ya que las lejías inundan nuestros desagües llegando a terminar en nuestros ríos, lagos o mares.

Otros productos de uso doméstico tóxicos son las pinturas, barnices disolventes y aceites que son peligrosos para la buena calidad de nuestro medio y la supervivencia de la biodiversidad.

## **Socialmente:**

La forma de consumo de los recursos naturales por la sociedad Occidental viene provocando una forma de relación de los seres humanos con la Naturaleza. La relación de la Humanidad con la naturaleza ha venidos estable-

cida a lo largo de la historia por la diferenciación social, política y cultural de las diferentes civilizaciones humanas, dándose diferencias no sólo de una cultura a otro, sino en algunos casos como la Cultura Occidental, donde las diferencias se dan dentro de ella, tanto en base al proceso evolutivo y temporal como en base al género.

La mayor ruptura diferencial que se produce en estos momentos por causas económicas es la diferenciación Norte y Sur, que resulta del reparto desigual de riquezas entre los países consumidores del Hemisferio Norte de la Tierra y los países consumidos del Hemisferio Sur.

### **Culturalmente:**

La homogenización cultural a favor de la cultura del consumismo y la obsesión por las necesidades materiales ha sido el resultado de un crecimiento económico sin fin, donde el aumento del consumo es una forma de vida necesaria para mantener la actividad económica y el empleo. Es el nuevo paradigma cultural de una nueva clase social la de los consumidores y las consumidoras, que comparten un modo de vida y una cultura cada vez más uniforme, donde los grandes supermercados y centros comerciales son las nuevas catedrales de la modernidad.

Otra característica cultural es la que se deriva de la producción de una gran multitud de objetos de usar y tirar, así como también de objetos que no tienen reparación posible en algunos casos ha beneficiado el aumento de higiene como el uso de jeringuillas desechables. Sin embargo en general ha supuesto el surgimiento de la cultura de lo efímero: nada está hecho para durar.

## Políticamente:

Las relaciones diplomáticas entre naciones son dependientes de la economía. La política imperante se caracteriza por el terrorismo del petróleo, donde las invasiones se suceden por miedo a perder la calidad de vida. Consumismo y pobreza conviven en un mundo desigual donde existen 1.700 millones de personas consumidoras, 2.800 millones de pobres.

En el mundo la sociedad de consumo la integran 1.728 millones de personas, el 28% de la población mundial: 242 millones viven en Estados Unidos (el 84% de su población), 349 millones en Europa Occidental (el 89% de la población), 120 millones en Japón (95%), 240 millones en China (apenas el 19% de su población), 122 millones en India (12%), 61 millones en Rusia (43%), 58 millones en Brasil (33%) y sólo 34 millones en el África subsahariana (el 5% de la población). En total en los países industrializados viven 816 millones de consumidores (el 80% de la población) y 912 millones en los países en desarrollo (sólo el 17% de la población del Tercer mundo).

Si los hábitos de consumo de los 1.700 millones de personas se extendiesen a toda la población mundial (6.300 millones de personas), la situación sería completamente insostenible, a causa del consumo de agua, energía, madera, minerales, suelo y otros recursos, así como por la pérdida de biodiversidad, la contaminación, la deforestación y el cambio climático.

Entre 1950 y 2002 el consumo de agua se ha triplicado, el de combustibles fósiles se ha quintuplicado, el de carne creció un 550%, las emisiones de dióxido de carbono han aumentado un 400%, el PIB mundial aumentó un 716%, el comercio mundial creció un 1.568%, el gasto mundial en publicidad creció un 965%, el número de turistas que salieron de sus fronteras

creció un 2.860%, el número de automóviles pasó de 53 millones en 1950 a 565 millones en 2002 y el consumo de papel creció un 423% entre 1961 y 2002. Las importantes ganancias en eficiencia se ven rápidamente absorbidas por el aumento del consumo. Las viviendas son cada vez mayores y los automóviles cada vez más potentes.

Generalmente compramos sin fijarnos en las prestaciones o calidades de los artículos que compramos. Esto ha llevado a que muchas veces no sepamos realmente lo que estamos comprando, ni las consecuencias de la comercialización de determinados productos.

### Así conocemos muy poco de los alimentos transgénicos:

Éstos son alimentos que han sido manipulados genéticamente para obtener ciertas características que les permitan ser más atractivos y competitivos en el mercado. La manipulación genética es el reordenamiento de los elementos básicos de los organismos vivos, se realiza tomando parte del material genético de un organismo e insertándolo en otro. Esta técnica permite “cortar” el gen que porta determinada característica de un organismo y se le transfiere y “pega” (transgénesis) a otro organismo no emparentado con la finalidad originaria de esa característica genética.

### ¿Cómo reconocemos estos alimentos?

Observa si en su etiquetado aparecen las siguientes palabras: **modificado genéticamente** o **producido a partir de** —nombre del ingrediente—





**modificado genéticamente.** En este caso, el producto ha sido elaborado a partir de ingredientes transgénicos.

**Los transgénicos** suponen un grave riesgo para la biodiversidad y tienen efectos irreversibles e imprevisibles sobre los ecosistemas. Algunos de los peligros de estos cultivos para el medio ambiente y la agricultura son: incremento del uso de tóxicos en la agricultura, contaminación genética, contaminación del suelo, pérdida de biodiversidad, desarrollo de resistencias en insectos y “malas hierbas” y efectos no deseados en otros organismos. También para la salud humana los alimentos transgénicos son un riesgo porque la manipulación de los genes de las plantas con las que nos alimentamos o alimentamos a nuestro ganado, favorecen la producción de nuevas toxinas y nuevas proteínas desconocidas para nuestro organismo, algunas de ellas producen alergias o toxicidad a las personas.

**La Agricultura Ecológica** enfoca la producción agraria en el respeto al entorno y a la producción de alimentos sanos y de calidad. Utiliza como modelo a la misma Naturaleza extrayendo de ella toda la información posible, aunada con los actuales conocimientos técnicos y científicos. La agricultura ecológica se caracteriza porque respeta los ciclos naturales de los cultivos, evitando la degradación y contaminación de los ecosistemas. Favorece la biodiversidad y el equilibrio ecológico a través de diferentes prácticas: rotaciones, asociaciones, abonos verdes, setos, ganadería extensiva. Potencia la fertilidad natural de los suelos y la capacidad productiva del sistema agrario. Recicla los nutrientes incorporándolos de nuevo al

suelo como compost o abonos orgánicos, siguiendo la premisa de que **“lo que sale de la tierra debe volver a ella”**.

Utiliza de forma óptima los recursos naturales. No incorpora a los alimentos sustancias o residuos que resulten perjudiciales para la salud. No considera necesaria la incorporación de sustancias de síntesis en el cultivo o producción de alimentos ni en su conservación posterior. Potencia las variedades autóctonas mejor adaptadas a las condiciones de la zona.

## ¿Cómo reconoceremos los productos ecológicos?

- Las “ecoetiquetas” suponen un sello o aval de calidad ambiental de los productos que las llevan. Las hay oficiales y privadas y diferentes según los países y colectivos. Deben garantizar la ausencia de impacto ambiental durante el ciclo de vida del producto: fabricación, consumo y desecho.
- El sistema de producción de la Agricultura Ecológica está regulado por normas de la Unión Europea en las que se indican los procesos a realizar y los productos utilizables. Asegura a los ciudadanos el consumo de alimentos obtenidos según las normas de la Agricultura Ecológica. (Reglamento CEE 2092/91).
- Nosotros como consumidores finales desempeñamos objetivamente un papel importante a la hora de influir en el devenir de nuestras sociedades, por ejemplo en la modelación del tejido empresarial, teniendo en cuenta que cada semana más de la mitad de la población realiza sus compras en grandes centros comerciales.



- La información que tengamos y el grado de implicación que adoptemos determinarán por tanto nuestro nivel de responsabilidad como consumidores, tanto de los productos de consumo directamente utilizados como de lo acontecido en la cadena de producción de los mismos con una repercusión a escala mundial.
- Una de las consecuencias más evidentes de los hábitos actuales de consumo es la superproducción de residuos. La mayoría de los artículos que compramos genera gran cantidad de residuos debido principalmente al sobreenvasado. Es importante saber que en España el consumo anual de plásticos para envasado asciende unas 1.778.175 TM. Cada persona produce al día 1,5 Kg de residuo y esta media crece cada año.

### ¿Sabías que...

- España tiene que llevar sus residuos a otros países porque ya no tiene espacio para gestionarlos?
- Una botella de plástico tarda entre 500 y 1000 años y nunca desaparecen sus partículas?
- Que el consumo de artículos de limpieza en nuestro país, sin contar higiene personal, asciende a unos 29 Kg. por persona y año.
- Y que en la actualidad existen más de 60.000 productos químicos y materiales sintéticos presentes en nuestros hogares..
- Que un trozo de madera pintada tarda diez años en descomponerse?

*Recomendamos:*

## *Desde tu asociación*

**1** Solicita la existencia de sistemas para **separar residuos** en centros de uso público como supermercados, parques, multicentros y otros.

**2** Solicita **contenedores de separación** de residuos en tu barrio si no los hay. Úsalos porque si se llenan pronto será la prueba para que pongan más.

**3** Desde los colectivos realiza **campañas de sensibilización** sobre el exceso de consumo en las grandes superficies.

**4** Pide a las administraciones públicas locales que ahorren papel potenciando ya los **documentos electrónicos**, aprovechando las dos caras, y utilizando siempre los contenedores para el reciclaje del papel.

**5** Infórmate en el observatorio de **publicidad no sexista** siempre que sea necesario.



**6** Organiza una plataforma para hacer **talleres de reciclaje**.



**7** Organiza campañas para el **intercambio de ropa** en vez de comprarla.

**8** Para que tomes conciencia ante el consumo y la necesidad de reciclar te recomendamos una **visita obligada** de cada ciudadano y ciudadana **a un vertedero y una depuradora**.

**9** Desde tu asociación organiza talleres de **restauración de los muebles** que se desechan en el barrio organizando. Restaurados quedan nuevitos. Si no los necesitamos, podemos ofrecerlos a quien los necesite. Es muy divertido renovar nuestras propias cosas: pintarlas y decorarlas.



**10** Desde las comunidades vecinales puedes luchar contra las **antenas de telefonía** cerca de casa, ¡demandándolas si es necesario!

**11** ¡Transmite las técnicas de reciclaje que conozcas! desde las asociaciones difunde las **actividades participativas** que organicéis.

**12** Crea en el colegio o colegios de tu barrio un **banco de libros de texto y material escolar**: donde se puedan entregar los libros los antiguos y estén disponibles para las nuevas generaciones.

**13** Desde tu asociación puedes celebrar días especiales como: **el día sin móvil**, el día de no comprar nada.



**14** Difunde desde el **movimiento asociativo** poder para invertir los procesos que tienen los colectivos con una conciencia sobre un consumo responsable.

**15** Ante la publicidad te recomendamos una **actitud reflexiva y crítica**. Así en la campaña comercial navideña desde tu asociación puedes organizar encuentros para hacer una puesta en común sobre la incidencia de estas campañas comerciales sobre las economías domésticas.

**16** Como actitud crítica y solidaria, puedes organizar en tu asociación una campaña de conocimiento de la **procedencia de los productos** que compramos y hacer un estudio comparativo con los productos de comercio justo.

**17** Difunde desde el **movimiento asociativo** poder para invertir los procesos que tienen los colectivos con una conciencia sobre un consumo responsable.

**18** Pon en marcha un plan de acción para y promover los pequeños **comercios del barrio** donde se potencie el comercio tradicional.



## *Hábitos de consumo*

**19** Lleva una **bolsa de tela** en el bolso, para no tener que hacer uso de las bolsas de plástico.

**20** Consume **productos ecológicos y de comercio justo**. Con ellos recuperarás los sabores tradicionales

**21** Usa la **tarjeta de crédito**, con moderación, te permite gastar fácilmente y con ella es difícil negarte los caprichos. De forma añadida perjudicas a los pequeños comercios que no tienen capacidad para mantener ese sistema de financiación.



**22** Actitud crítica ante los productos con mucho envase y poca comida. Compremos a granel, en **envases de ahorro**.

**23** Toma conciencia de que consumir más cosas no te da más calidad de vida ni más felicidad. **Compra después de comer**.



**24** Una solución al consumo desmedido, es que apuntes **en una libreta lo que necesitas** de verdad y lo que puedes gastar en cada cosa.



**25** Valoremos más nuestros productos de la zona. Consumamos los **productos de la temporada** ¡no hay que comer tomates todo el año!

**26** Si estamos criando lactantes podemos **favorecer el uso de la leche materna**, frente al de las leches de sustitución.

**27** Evita criar a tus hijos e hijas en el consumo, **no necesitan tantos juguetes.**

**28** **Esquiva la publicidad** apagando más tiempo la televisión.

**29** Para que **no dependas tanto del móvil** podrías de vez en cuando no recargarlo y usa las cabinas públicas.

**30** Cuando tengas alguna duda o conflicto llama para informarte al **teléfono de la consumidora y el consumidor:**

**900 84 90  
909 00 84**

Es una manera de conocer nuestros derechos y reclamarlos.

*Recicla para reutilizar*

**31** Puedes tejer unas alfombras preciosas con **retales o ropa vieja**. También se pueden hacer bolsos, sombreros incluso otros objetos que se te ocurran.

**32** Diviértete haciendo ceniceros, reposa vasos y reposa macetas a partir de **latas o de tarritos de postres**.





**33** Con el **reciclaje de objetos**, puedes inventarte actividades de manualidades en casa para que participe toda la familia.

**34** Una técnica para reciclar plásticos es la elaboración de **estuches de croché con bolsas de plástico**.

**35** Recicla los **brick de la leche**, para inventar fiambreras desechables. Son muy cómodas sobre todo para estudiantes.



**38** No abandones electrodomésticos ni muebles usados junto a la basura, existen soluciones como: llamar al servicio de limpieza municipal, o llévalos al **punto limpio de tu ciudad.** (ver página ) También puedes entregarlos en asociaciones que recogen enseres usados para su reciclaje.



**39** **Aprovecha los posos del café** con ellos puedes: desatascar tuberías, aumentar el brillo de los suelos y mejorar la tierra de las macetas.

**36** No tires el aceite usado de la cocina aprende a **hacer jabón** si lo regalas en Navidad, ya estás favoreciendo también tu economía.



**40** Amplía la conciencia de reciclaje a otros ámbitos de consumo más complejos como el de la vivienda y participa en la **rehabilitación de casas antiguas**, frente a la nuevas urbanizaciones. De las casas antiguas aprenderás también técnicas bioclimáticas.

**41** Lleva los **cartuchos de tinta** a la tienda donde los compraste, o échalos directamente a un buzón de correos con la dirección de la empresa, de esta manera serán reutilizados de nuevo.

**37** Siempre que puedas **escribe los folios por detrás** para reducir el uso de papel.

**42** Interésate y **participa en las campañas de donación de móviles**: en ellas se reparan, reutilizan o incluso gestionan su nuevo uso.

