

BOLETIN AMBIENTAL

CONSERVACIÓN Y PROTECCIÓN DEL MEDIO AMBIENTE



Definición ISO 14001 de 2015

Entorno en el cual una organización opera, incluidos el aire, el agua, el suelo, los recursos naturales, la flora, la fauna, los seres humanos y sus interrelaciones.



10 ACCIONES PARA CUIDAR EL MEDIO AMBIENTE

1. AHORRA AGUA

Ahorrar agua es una de las acciones primordiales para el cuidado del ambiente.

La importancia de este recurso natural se debe a que menos del 3 % del agua que hay en el planeta es apta para el consumo humano, por lo que no cuidarla nos lleva a sufrir escasez de este líquido vital.



Te traemos algunos ejemplos sencillos para ahorrar agua desde tu hogar:

Dúchate, no tomes baños en tinas: una ducha de máximo 10 minutos significa ahorrar, al menos, 400 litros en un hogar de 4 habitantes, a comparación de llenar bañeras en repetidas ocasiones.

Cierra el grifo y lávate los dientes con un vaso de agua: con esta acción puedes salvar hasta 30 litros, que es lo que derrocha una persona cada día.

Usa la lavadora siempre llena: Este electrodoméstico gasta la misma cantidad de agua con mucha o poca ropa, por lo tanto, hacer varias tandas pequeñas de lavado representará derroches de agua y energía innecesarios.

No uses el inodoro como papelera: Cuando usas la cisterna como cubo de basura, esta gasta más agua de la caja y, además, hay riesgo de tapan la tubería.



2. SEPARA LOS RESIDUOS

Otra medida para el cuidado del planeta es separar los residuos entre materiales aprovechables y desechos.



Para hacer esta tarea más sencilla te traemos los principios básicos de clasificación para que puedas empezar a separar tus residuos:

Papel y cartón: Rompe el papel en trozos y pliega el cartón para que sea más fácil su reciclaje.

Envases y plástico: Todo esto se debe acumular por separado de la basura para que pueda ser aprovechado nuevamente. Usa bolsas blancas para estos elementos y el papel con el cartón, para que pueda ser identificado como reciclable.

Residuos orgánicos: Todos los restos de comida, incluidas las pieles de frutas y verduras, deben ir en bolsas de basura o canecas verdes, con lo que se puede identificar que es material útil para reaprovechar, por ejemplo, en compostaje.

Restos no aprovechables: Colillas de cigarro, pañales, papel de inodoro, toallas femeninas, chicles y demás basura va en una bolsa negra, que terminará en un relleno sanitario.



3. REUTILIZA EL PLÁSTICO QUE USES

Reutiliza todos los utensilios de plástico o directamente evitar comprarlos siempre que sea posible.



Evita comprar líquidos embotellados: como alternativa, puedes comprar agua en botellas retornables o utilizar filtros para limpiar el agua y beber de la llave.

Deja de usar pitillos: Estos elementos son prescindibles en la mayoría de los casos. Además, tardan hasta 500 años en degradarse.

Lleva tu propio vaso reutilizable a las cafeterías: Evitas que se use más plástico y puede que incluso ahorres dinero pues algunos establecimientos ofrecen un descuento si llevas tu propia taza.



4. UTILIZA EL TRANSPORTE PÚBLICO

Una medida para el cuidado del planeta que todos los países deben adoptar es la reducción de los gases de efecto invernadero.

Para ello, algunas acciones para cuidar el medio ambiente que se pueden tomar es el uso de medios de transporte colectivos. Por ejemplo, los autobuses, transmilenio o metro, dependiendo del sistema de tu ciudad.

Además de ser más económica que el automóvil, ayuda a reducir la cantidad de emisiones de CO₂.



5. COMPRA BOMBILLOS DE BAJO CONSUMO

Otra acción para el cuidado del medio ambiente es el ahorro de energía. Con esta medida, se disminuye el uso de combustibles para generar electricidad (petróleo y carbón), que son muy nocivos y los principales emisores de gases de efecto invernadero.

Para esto puedes comprar bombillas de bajo consumo como una de las acciones para cuidar el medio ambiente. Los focos incandescentes consumen hasta un 80 % más de energía y su luminosidad es más brillante, pudiendo dañar tu vista.

En cambio, las bombillas de bajo consumo, uno de los inventos ecológicos más recientes, consumen menos energía. Usarlos, además de ser una medida para el cuidado del planeta, es un método para disminuir el coste de tu factura de electricidad.



6. CAMINA EN TRAYECTOS CORTOS

Caminar, además de ser un buen hábito para la salud, es una de las acciones para cuidar el medio ambiente. Al no usar tu automóvil o, incluso, el transporte público, contribuyes a disminuir las emisiones de dióxido de carbono.

Encima, según los estudios médicos, caminar al menos 40 minutos al día —o una distancia de 7 kilómetros— te ayuda a mejorar tu condición física.

Dobla estas cantidades y verás que tu salud mejorará considerablemente.



7. APAGA TUS DISPOSITIVOS CUANDO NO LOS USES

Otra de las acciones para cuidar el medio ambiente es apagar tus dispositivos cuando no los uses. Esta pequeña medida puede hacer una gran diferencia a la hora de ahorrar energía.

Un ejemplo de esto es apagar tu móvil durante la noche o dejarlo en modo avión. Así, prolongas la duración de la batería y evitas cargarlo constantemente, ahorrando energía y aumentando su vida útil.



8. DESCONECTA LOS APARATOS

Apagar los aparatos como una acción para el cuidado del medio ambiente no es suficiente. Los equipos que están apagados, pero siguen conectados a la corriente, consumen energía, así que es importante que los desenchufes.

Otra recomendación es controlar la toma de corriente desde un supresor de picos o un regulador. Eso evitará descargas e, incluso, incendios derivados de estas.



9. APROVECHA LA LUZ NATURAL

Abre las ventanas y cortinas para que entre la luz del sol a tu casa, esto te ayudará a ahorrar energía y disminuir la factura de electricidad.

Otra de las acciones para cuidar el medio ambiente que puedes adoptar es la compra de artefactos que se carguen con el sol.



10. USA BOLSAS ECOLÓGICAS

Cuando vayas de compras, también aplica medidas para el cuidado del medio ambiente usando bolsas de tela. Es una alternativa ecológica, económica y que suma muchos puntos a la lucha para revertir el deterioro del planeta.

Esta pequeña acción tiene un gran impacto porque una bolsa de plástico tiene un uso promedio de 12 minutos, sin embargo, tarda más de 5 décadas en degradarse. En cambio, las bolsas de tela, mochilas o carritos duran 3 a 20 años sin causar impacto al ecosistema.





SÉ EL CAMBIO QUE QUIERES VER EN EL MUNDO.

Gandhi

