

**Sensibilización Ciudadana Para Un Consumo Responsable. Proyecto “Consumo, Medio Ambiente Y Desarrollo” De Fuhem Con El Patrocinio De Iberdrola.**

**Autor principal:** M<sup>a</sup> Antonia García Marín

Institución: FUHEM, Fundación Hogar del Empleado.

Teléfono:

E-mail: [mgarcia@fuhem.es](mailto:mgarcia@fuhem.es)

**Otros autores:**

## INTRODUCCIÓN

La sensibilización ciudadana para un consumo responsable es un objetivo prioritario y una herramienta imprescindible en el camino hacia la sostenibilidad.

En la Agenda 21, uno de los principales acuerdos de la Cumbre de la Tierra celebrada en Río de Janeiro en 1992, ya se señalaba que "...la causa más importante del deterioro continuo del medio ambiente global son los patrones insostenibles de consumo y producción, particularmente en los países industrializados..."

FUHEM, entidad privada e independiente que trabaja por la construcción de una sociedad más justa a través de la educación, el impulso de la paz y el desarrollo sostenible, es socio editor en España del informe anual del Worldwatch Institute "La Situación del Mundo". Siguiendo una de las líneas de trabajo del Worldwatch, FUHEM ha trabajado en el último año y medio en el proyecto *Consumo, Medio Ambiente y Desarrollo* con la colaboración y patrocinio de Iberdrola. Con ello ha querido sumarse a la labor que desde muchas ONG, fundaciones, asociaciones, empresas y administraciones públicas se lleva a cabo en torno a la difusión y promoción del consumo responsable.

## LA TIERRA, NUESTRO HOGAR. GUÍA DE CONSUMO SOSTENIBLE.

Resultado del proyecto mencionado ha sido *La Tierra, nuestro hogar. Guía de consumo sostenible*<sup>1</sup>. Esta publicación, cuya autora es M<sup>a</sup> Antonia García, está prologada por la Ministra de Medio Ambiente, Cristina Narbona, e incluye al final de cada capítulo la reflexión de expertos como Ricardo Aguilar, María Artola, Carlos Ballesteros, Domingo Jiménez-Beltrán, Guadalupe Castro, María Díaz, José M<sup>a</sup> Iváñez, Marisa Mercado, Gonzalo Sáenz de Miera, José A. Sotelo, Jaime Sureda, Víctor Viñuales y Heikki Wilstedt.

### Objetivo de la publicación.

*La Tierra, nuestro hogar. Guía de consumo sostenible* tiene como objetivo contribuir a la sensibilización de los ciudadanos sobre los elevados costes sociales, económicos y medioambientales del modelo actual de sociedad de consumo. Es decir, de los estrechos, aunque no siempre evidentes vínculos entre el deterioro del medio ambiente y nuestros hábitos y elecciones cotidianas como consumidores.

El propósito principal de la publicación es proporcionar una herramienta práctica y útil de información que mueva a la acción ciudadana responsable. En definitiva, trata de proponer y fomentar una forma más sensata de consumir y de vivir, más eficiente y respetuosa con el medio ambiente, y más solidaria con las presentes y las futuras generaciones.

Ofrecer información contrastada y fidedigna es el primer paso para incitarnos a actuar de la mejor manera. Así, el lector puede encontrar información sobre los principales desafíos ambientales a los que debe hacer frente la humanidad, como el cambio climático, la pérdida de biodiversidad, la crisis del agua, la necesidad de un modelo energético alternativo o la generación de residuos y, numerosos consejos prácticos para ser un consumidor responsable.

---

<sup>1</sup> *La Tierra, nuestro hogar. Guía de consumo sostenible*. FUHEM con el patrocinio de Iberdrola. Madrid, mayo 2006.

## Ejes de actuación clave.

### *El agua.*

La humanidad se enfrenta a comienzos del siglo XXI a una crisis mundial del agua. Tener un acceso seguro y suficiente a agua potable se reconoce como un derecho humano básico en acuerdos y declaraciones internacionales. Sin embargo, un acto tan cotidiano para nosotros como abrir un grifo y disponer de agua, es en realidad un privilegio del que sólo disfrutamos unos pocos habitantes del planeta.

Actualmente, unos 1.100 millones de personas carecen de las instalaciones necesarias para abastecerse de agua potable y cerca de 2.400 millones no tienen acceso a sistemas de saneamiento<sup>2</sup>. Todos los indicadores señalan lo mismo. Si no se toman las medidas adecuadas la situación empeorará hasta tal punto, que en poco más de dos decenios, sobrepasará los 2/3 la población mundial carecerá de acceso suficiente a agua potable.

En el último siglo la mitad de los humedales del mundo han desaparecido. El 60% de los ríos más grandes del mundo están fragmentados por todo tipo de presas, trasvases, canales y presas, muchas veces con graves consecuencias para los ecosistemas.

El cambio climático está alterando profundamente el ciclo hidrológico. Según las previsiones de los científicos, aunque el volumen de los ríos puede incrementarse en algunas zonas, en otras hasta ahora relativamente templadas disminuirá y serán más frecuentes los períodos de sequía. Las regiones más afectadas serán las semiáridas, como es el caso de algunas zonas de España, en donde las disminuciones de aportación de recursos hídricos pueden llegar a ser hasta de un 50%<sup>3</sup>.

Por otro lado, la gestión urbana del agua será uno de los grandes desafíos de este siglo. Según las previsiones de Naciones Unidas, en el 2030 un 60% de la población mundial vivirá en las ciudades. El crecimiento de la población intensificará además los usos agrícolas e industriales.

Para abordar la crisis se precisa un cambio en la forma de gestionar los recursos hídricos, así como en el comportamiento humano respecto al agua. Necesitaremos desarrollar una gestión más eficiente y sostenible del agua que tenga en cuenta los diferentes usos y su triple dimensión económica, social y medioambiental, así como promover actitudes de respeto, cuidado y conservación de este bien básico.

En prácticamente toda España, el agua es un bien limitado en cantidad y en calidad. Según las previsiones, el agua disponible es cada vez menor y la demanda sigue aumentando a un promedio del 13% anual. En los últimos tiempos, la derogación del trasvase del Ebro junto con la gravedad de la sequía y los intereses políticos, han generado todo tipo de tensiones y polémicas. El debate generado en torno a la crisis del agua debiera sin embargo ser aprovechado para dejar atrás un clima de crispación e irracionalidad y abordar con diálogo, cooperación y compromiso los cambios que necesita una buena política del agua en España, que de acuerdo con los requerimientos de la Unión Europea, tiene que lograr una gestión de los recursos hídricos más eficiente, racional y respetuosa con el medio ambiente. Ello implicará planificación a corto y largo plazo y la aplicación de una serie combinada de medidas, entre las que cabe mencionar las siguientes:

---

<sup>2</sup> *Informe de Naciones Unidas sobre el Desarrollo de los Recursos Hídricos en el Mundo*. UNESCO-WWAP, 2003.

<sup>3</sup> *Impactos del Cambio Climático en España*. Capítulo 7: Impacto sobre los Recursos Hídricos. Alfredo Iglesias, Teodoro Estrela y Francesc Gallart. Ministerio de Medio Ambiente 2005.

- Una planificación de los recursos hídricos centrada en la gestión de la demanda.
- La conservación y restauración de los ecosistemas acuáticos, ya que de ello depende la cantidad y calidad de las aguas de ahora y de un futuro próximo.
- Un aprovechamiento máximo de las mejores tecnologías disponibles en materia de depuración y reutilización de las aguas, así como la desalación de agua de mar.
- Limitar la ampliación de la superficie de regadíos, así como evitar el derroche de agua en cultivos excedentarios como maíz, algodón, alfalfa, que consumen casi 1.000 hm<sup>3</sup> de agua al año en España.
- Establecer restricciones rigurosas a la cantidad de agua extraíble de ríos y aguas subterráneas, así como perseguir las actuaciones ilegales.
- Un mayor control y penalización de los vertidos.
- Establecimiento de medidas legislativas y administrativas (régimen de tarifas, contadores, registros de concesiones...) que favorezcan el ahorro y penalicen el despilfarro.
- Actuaciones de sensibilización social sobre el valor del agua que promuevan un cambio en los hábitos de consumo.

*Consejos prácticos para el ahorro de agua en el hogar.*

- Vigila las fugas de agua en grifos, cañerías e inodoros. Un grifo que gotea despilfarra unos 30 litros de agua al día.
- Existe en el mercado toda una amplia gama de dispositivos ahorradores de agua para los grifos del fregadero, el lavabo o la ducha, llamados reductores de caudal o perlizadores. Son fáciles de instalar y reducen el consumo de agua hasta en un 50% frente a un grifo convencional.
- En actividades cotidianas como lavarse los dientes, las manos, afeitarse, enjabonarse o simplemente lavar los platos, abre y cierra el grifo según las necesidades de agua.
- Lavar el coche con manguera puede llegar a consumir unos 500 litros de agua. La solución más eficiente es utilizar las estaciones de lavado automático que sólo requieren unos 35 litros de agua.
- Opta por lavadoras y lavavajillas de gama A, con menor consumo de agua y energía.

**La energía.**

El modelo energético imperante en la actualidad tiene enormes costes económicos, sociales y ambientales y su viabilidad futura está seriamente comprometida. En el siglo XXI la humanidad se encuentra en una encrucijada energética. Solucionarla implica cambiar el tipo de energía que producimos y la forma en la que la utilizamos. Existen una serie de apremiantes razones para intentarlo.

En primer lugar, el cambio climático. La concentración media de CO<sub>2</sub> en la atmósfera se ha incrementado desde unas 275 ppm (partes por millón) antes de la Revolución Industrial hasta 377 ppm en 2004. Este nivel de concentración es el más alto de los últimos 420.000 años<sup>4</sup>. Si no se toman medidas drásticas, el clima se alterará significativamente en este siglo con graves impactos en los ecosistemas. En las últimas

<sup>4</sup> Tercer Informe de Evaluación sobre el Cambio Climático. La base científica. Grupo Intergubernamental de Expertos sobre el Cambio Climático. Organización Meteorológica Mundial (OMM) y Programa de Naciones Unidas para el Medio Ambiente (PNUMA), 2001.

décadas fenómenos naturales como inundaciones, sequías, tornados, huracanes y tormentas tropicales han aumentado en frecuencia e intensidad. Entre 1996 y 2004 hubo 455 ciclones y sólo en el año 2005 se produjeron 350.

Por otro lado, las reservas conocidas y aprovechables económicamente de combustibles fósiles son limitadas. La mayoría de las estimaciones prevén por ejemplo que las reservas de petróleo se agotarán en unos 40-50 años<sup>5</sup>.

Por último, de continuar el ritmo de crecimiento económico actual, el consumo energético mundial se incrementará en un 60% en el año 2030 y las emisiones de CO<sub>2</sub> crecerán a un ritmo aún más rápido. Más de 2/3 de este incremento procederá de los países en vías de desarrollo<sup>6</sup>. Por otro lado, la vulnerabilidad de la mayoría de los países ante la dependencia exterior del suministro de combustibles fósiles, en particular del petróleo, se acrecentará en la medida en que el recurso sea cada vez más escaso. Así, en unos 30 o 40 años, la Unión Europea dependerá en un 90% del suministro de petróleo, fundamentalmente de Oriente Medio y en un 70% del gas natural de Rusia y del Norte de África<sup>7</sup>.

Ante el grave problema que se avecina para satisfacer las necesidades mundiales de energía y hacer frente a sus impactos ambientales negativos, resulta cada vez más urgente e imprescindible optar por un modelo energético menos dependiente de los combustibles fósiles, en particular del petróleo, y que sea capaz de sostener el desarrollo a medio y largo plazo en sus dimensiones económica, social y medioambiental. En este sentido, el potencial de las energías renovables es inmenso y aún no suficientemente explotado.

El cambio hacia un sistema energético mundial sostenible es por tanto un proceso complejo que requerirá grandes esfuerzos concertados por parte de gobiernos, las empresas y la sociedad civil. La tecnología existe y evoluciona constantemente. Sólo falta voluntad política, empresarial y colectiva para lograrlo. El objetivo debe ser:

- La diversificación y optimización de todas las fuentes de energía.
- Promover una participación cada vez mayor de las energías renovables o alternativas. Debe apoyarse su introducción masiva en el mercado tal y como se hizo en su momento con otras fuentes de energía.
- Fomentar unas pautas de consumo más austeras, eficientes y racionales. En la Unión Europea se derrocha hasta un 30% de la energía por un uso negligente, no sólo ineficiente, en los hogares, en los edificios, en las empresas y en la conducción de vehículos. Se podría reducir el consumo hasta en un 40% si se pusieran en práctica fáciles medidas de ahorro o la compra de productos más eficientes energéticamente.

---

<sup>5</sup> Datos del Instituto para la Diversificación y Ahorro de la Energía (IDAE).

<sup>6</sup> *World Energy Outlook 2004*. Agencia Internacional de la Energía.

<sup>7</sup> *Energía: controlemos nuestra dependencia*. Comisión Europea. Oficina de Publicaciones de las Comunidades Europeas. 2002.

*Consejos prácticos para el consumo de energía en el hogar*

- Una temperatura del sistema de calefacción entre 19 y 21° C es la adecuada para mantener el calor en el interior de una vivienda durante el día y 15°C durante la noche. Una temperatura de 25°C es la adecuada cuando se trata del aire acondicionado.
- Muchos aparatos electrónicos siguen consumiendo energía cuando están apagados, si están enchufados a la toma de corriente. Es el llamado “consumo fantasma”. Es recomendable desenchufar los aparatos cuando no se están utilizando.
- Al comprar lavadoras, lavavajillas, frigoríficos y demás electrodomésticos, comprueba el etiquetado energético y elige preferentemente los de clase A. Son los más eficientes y los que menos energía consumen.
- Las bombillas de bajo consumo, duran 8 veces más y consumen hasta un 75% menos de electricidad que una bombilla convencional. Además evitan la emisión de media tonelada de CO<sub>2</sub> a lo largo de su vida útil.

*Consejos prácticos para una vivienda sostenible*

- Presta especial atención a la orientación, ventilación, aislamiento de muros, puertas, ventanas, acristalamientos y a la iluminación natural de tu vivienda. Estas características, que han acompañado siempre a la buena arquitectura tradicional permiten ahorrar energía y proporcionar una mejor calidad de vida. A la hora de comprar una vivienda, fíjate en la memoria de calidades.
- En España ha entrado en vigor un nuevo Código Técnico de Edificación que establece la obligación de incorporar criterios de eficiencia energética y el uso de energía solar, térmica o fotovoltaica, en los nuevos edificios o en aquéllos que se vayan a rehabilitar. Estos cambios permitirán para cada edificio un ahorro energético de un 30-40%.

**El transporte.**

Los principales medios de transporte que se han desarrollado en los dos últimos siglos utilizan combustibles fósiles, principalmente petróleo; una materia prima que se está agotando y que crea una peligrosa dependencia política y económica de la comunidad internacional respecto de un número muy reducido de países.

El sector del transporte es una de las principales fuentes de emisión de dióxido de carbono (CO<sub>2</sub>) a la atmósfera y de otras emisiones contaminantes. Cerca de 400.000 europeos mueren al año de manera prematura debido a la contaminación atmosférica, que provoca graves enfermedades respiratorias y cardíacas causadas principalmente por las partículas en suspensión y de ozono o niebla fotoquímica<sup>8</sup>.

El creciente volumen de transporte, con un indebido protagonismo de las carreteras contra el ferrocarril (mucho más eficiente en términos de sostenibilidad) está afectando gravemente al medio ambiente y a la salud de las personas, a la habitabilidad de las

<sup>8</sup> *Medio Ambiente para los Europeos*. Revista de la Dirección General de Medio Ambiente. Comunidades Europeas. 2005.



ciudades y en definitiva a nuestro bienestar y calidad de vida. El actual modelo de crecimiento de las ciudades, mediante la construcción desordenada de urbanizaciones en la periferia sin la creación paralela de una mínima infraestructura de transporte público y de servicios, tiene también mucho que ver con el crecimiento desmedido del tráfico y de la contaminación. Conseguir un modelo de transporte más eficiente y menos contaminante es de vital importancia si queremos avanzar en el camino hacia un modelo de desarrollo sostenible. Las nuevas tecnologías aplicadas al transporte como el hidrógeno o los biocombustibles pueden protagonizar una nueva revolución.

A continuación se exponen algunas propuestas para un modelo de transporte más sostenible:

- Impulsar la investigación e innovación en materia de nuevas tecnologías aplicadas al transporte, así como incentivar a las empresas para la fabricación de vehículos más eficientes y menos contaminantes.
- Desarrollar modelos de transporte combinado (por ejemplo: carretera-ferrocarril) de forma que se reduzca la preponderancia del transporte por carretera. Para ello serán necesarias mayores inversiones en las infraestructuras ferroviarias.
- Fomentar el uso del transporte público entre los ciudadanos y al mismo tiempo adoptar medidas para aumentar su rapidez, comodidad y buen precio.
- Impulsar medidas como las “tasas de congestión” para acceder a los centros urbanos o incentivos para los vehículos más limpios y ecológicos.

#### *Consejos prácticos*

- Para trayectos medios y largos utiliza en lo posible el transporte público.
- Reduce el número de viajes en avión para trayectos de menos de 1.000 Km. El tren consume entre un 40 y un 70% menos energía y la contaminación se disminuye hasta en un 70%.
- Para trayectos de menos de 500 metros (el 10% de los viajes en coche en las ciudades) los medios de transporte más limpios y saludables son ir a pie o en bicicleta. Evitarás atascos, las dificultades de encontrar aparcamiento y ganarás en calidad de vida ahorrando tiempo y dinero.
- A la hora de comprar un automóvil, presta atención al etiquetado. Para las mismas prestaciones, existen modelos en el mercado con menor consumo de combustible y de emisiones de CO<sub>2</sub>.

#### **Alimentación.**

En el siglo XXI, la humanidad debe afrontar todavía vergonzosos desafíos relacionados con la ineludible función de alimentarse. Unos 852 millones de personas carecen de los alimentos necesarios para su subsistencia. Mientras, en otros lugares del mundo, una gran parte de la población padece problemas de salud por estar sobrealimentada. Por otro lado, debe hacer frente al grave deterioro ambiental que están produciendo ciertos métodos de agricultura intensiva y de pesca industrial a gran escala, buscando un mayor equilibrio entre los recursos naturales del planeta y la creciente demanda de alimentos.

En los próximos 30 años se tendrán que alimentar 2.000 millones de personas más en un mundo en el que cada vez hay menos recursos naturales y más frágiles. ¿Podrá el ser humano producirlos sin dañar gravemente el medio ambiente?

El aumento de la población traerá consigo una intensificación de los cultivos que agravará los actuales desajustes ambientales, causados en parte por los métodos de agricultura convencional, con uso intensivo de agua, pesticidas y fertilizantes. De forma que la optimización de los recursos y la lucha por la mayor eficiencia posible de los cultivos es clave para conseguir una producción de alimentos sostenible<sup>9</sup>. Por su parte, el cambio climático tendrá efectos adversos sobre la agricultura. Los cambios de temperatura afectarán al ciclo de los cultivos y a la disponibilidad de agua para el riego. Los efectos se percibirán de forma más grave en las zonas semiáridas del planeta en las que se ubican en su mayoría los países en desarrollo, ya que el cambio de temperatura en periodos críticos del ciclo de los cultivos puede afectar gravemente a las cosechas.

Ahora más que nunca parece importante compaginar los nuevos avances tecnológicos con la antigua sabiduría de la agricultura tradicional, menos agresiva con el medio ambiente. Es necesaria una “ecologización” de la agricultura. La sostenibilidad a largo plazo de la agricultura y por tanto, de la base de nuestro sustento, dependerá de aplicar las mejores técnicas disponibles para una producción agrícola más eficiente en cuanto a la gestión del agua, la protección del suelo, la aplicación de pesticidas y fertilizantes y la conservación de la biodiversidad agrícola.

Los consumidores debemos dejar de consumir determinados alimentos producidos o elaborados de forma perjudicial para el medio ambiente. Una buena alimentación, sana y saludable, está estrechamente vinculada al respeto al medio ambiente. El consumo de determinados alimentos esconde en muchos casos unos costes ambientales que no percibimos, como por ejemplo:

- En los últimos 50 años, el 50% de los manglares del mundo han desaparecido y gran parte de los restantes se encuentran en peligro. La principal razón de este deterioro es el monocultivo industrial a gran escala de langostinos o camarones tropicales que inundan las mesas de Estados Unidos, Europa y algunos países asiáticos.
- Cerca del 40% de las selvas tropicales de Centroamérica han sido taladas o quemadas con el fin de disponer de espacios para la cría de ganado vacuno con destino principalmente al consumo de hamburguesas en Europa y Estados Unidos.

Por otro lado, el creciente interés de los ciudadanos por consumir alimentos saludables, de calidad y respetuosos con el medio ambiente ha sido determinante para el crecimiento de la agricultura ecológica. De hecho, es uno de los sectores más dinámicos de la Unión Europea con un índice de crecimiento del 30% desde 1998<sup>10</sup>. Los consumidores que quieran adquirir estos productos deben cerciorarse que exhiben el logotipo europeo de la agricultura ecológica. El logotipo garantiza que como mínimo, el 95% de los ingredientes del producto se han producido de acuerdo con los métodos ecológicos; que el producto procede directamente del productor y se atiene a las disposiciones del sistema de inspección y control oficiales y a la legislación comunitaria sobre agricultura ecológica.

---

<sup>9</sup> *Alimentar al mundo. Un reto del siglo XXI*. Vaclav Smil. Siglo Veintiuno de España Editores. Marzo, 2003.

<sup>10</sup> Datos de la Comisión Europea sobre agricultura ecológica.



### Consejos prácticos

- Saber los que comemos es a veces una tarea difícil. La primera regla a seguir es leer atentamente las etiquetas de los alimentos que consumimos.
- Consume la mayor cantidad posible de productos frescos y naturales y que sean de procedencia local. Es decir, que no hayan tenido que viajar miles de kilómetros hasta llegar a nuestra mesa. Contendrán menos aditivos y conservantes y se reduce la cantidad de energía necesaria para transportarlos.
- Comer en exceso proteínas de origen animal, grasas y azúcares, no sólo es perjudicial para la salud sino para el medio ambiente. Modera el consumo de carne y aumenta el de frutas y verduras.
- Consume productos procedentes de la agricultura ecológica. Su precio suele ser más elevado que el del producto convencional, pero estarás comprando productos de calidad, beneficiosos para tu salud y la del medio ambiente.

### De compras.

Ir de compras simboliza de algún modo el crecimiento económico y el nivel de vida y bienestar alcanzado. La búsqueda del bienestar es una tendencia humana natural. ¿Cómo compatibilizamos esa tendencia con las condiciones actuales de sobreexplotación de los recursos naturales del planeta?

Nuestras compras tienen un fuerte impacto sobre los recursos naturales del planeta. De media, las materias primas imprescindibles para los procesos de fabricación y producción, sólo están contenidas en un 5% de la totalidad de los productos en sí mismos<sup>11</sup>. El resto se desperdicia generalmente durante el proceso de fabricación. Sin contar con que además, en el proceso de fabricación de muchos productos se derrocha una enorme cantidad de agua y energía. La mayoría de los productos hoy comercializados contienen en una u otra medida todo tipo de sustancias y componentes tóxicos, que pueden tener efectos perjudiciales para la salud y para el medio ambiente, como el Policloruro de Vinilo (PVC) o los Contaminantes Orgánicos Persistentes (COPs). Estos son sólo dos ejemplos conocidos de las miles de sustancias químicas que produce la industria cada año. Porque sólo el 3% de ellas, las producidas en grandes cantidades, son evaluadas en la Unión Europea. Se calcula que unas 75.000 sustancias producidas en menores cantidades están fuera de todo control<sup>12</sup>.

La Unión Europea ha dado un paso importante con la elaboración del Reglamento REACH sobre registro, evaluación y autorización de sustancias químicas con el objetivo de reducir su impacto y peligrosidad en la salud y el medio ambiente y aumentar el control y la transparencia en la información sobre las mismas. El reglamento invierte la carga de la prueba, de forma que es la industria (y no las autoridades públicas como hasta ahora) la que debe demostrar que las sustancias no son peligrosas para la salud ni para el medio natural, antes de que obtengan autorización para comercializarlas.

De todos modos, aún queda mucho por hacer. Especialmente en lo relativo a proporcionar información clara y transparente a los ciudadanos sobre los efectos de las sustancias que contienen los productos que compran. No es absolutamente

<sup>11</sup> *Cradle to Cradle (De la cuna a la cuna). Rediseñando las formas en que hacemos las cosas.* Michael Braungart/ William McDonough. McGraw-Hill. 2005.

<sup>12</sup> Boletín Salud y Medio Ambiente. Fundación Ecología y Desarrollo (ECODES).

imprescindible el uso de sustancias químicas tóxicas para la fabricación de los productos. Estas pueden sustituirse por otras más benignas para la salud y para el medio ambiente. La innovación tecnológica debería caminar en busca de este tipo de soluciones. También la industria alentada por los poderes públicos.

Cada vez son más los consumidores que demandan productos y servicios de calidad respetuosos con el medio ambiente, como son por ejemplo: los que proceden de la agricultura ecológica, los que contienen la menor cantidad de aditivos artificiales, los que son más eficientes energéticamente o aquéllos con envases reciclables, etc. El llamado consumidor verde o ecológico podríamos definirlo como aquél consumidor que manifiesta su preocupación por el medio ambiente en su comportamiento de compra, buscando productos que sean percibidos como de menor impacto sobre el medio ambiente<sup>13</sup>. Este debe ser el objetivo de toda política o actividad de consumo sostenible: que aumente el número de consumidores con conciencia ambiental.

En este sentido, las etiquetas son un importante instrumento de información para el consumidor y de fomento del consumo sostenible. *La Tierra, nuestro hogar. Guía de consumo sostenible* recoge algunas de las etiquetas y sistemas de certificación ambiental más conocidos (logotipo de la agricultura ecológica, etiqueta ecológica europea, certificación forestal sostenible, sello de comercio justo, certificación AENOR Medio Ambiente, Energy Star, eficiencia energética, certificación ecológica de productos textiles “Made in Green”, envase reciclable) de forma que el consumidor pueda identificarlos en los productos que compra.

#### *Consejos prácticos*

- Planifica tus compras de forma inteligente. Muchos de los productos que compramos no los necesitamos realmente y terminan amontonados en casa o desechados sin que nos hayan sido útiles. Evita su compra. No compensa el impacto social y ambiental para su fabricación.
- Da preferencia a los productos de calidad, de larga duración y con menor impacto ambiental, así como los que contengan la menor cantidad posible de componentes tóxicos o ingredientes artificiales.
- Considera entre tus productos favoritos aquéllos que tengan etiquetado ecológico u otro tipo de certificación ambiental.
- Reduce el exceso de envases y envoltorios en tus compras, sobre todo de bolsas de plástico.

#### **Reducir, reciclar, reutilizar.**

La sociedad de consumo genera una cantidad de residuos tan enorme y de una clase tal que no puede ser asimilada por la simple acción de los ciclos naturales. Los residuos constituyen hoy un grave problema ambiental y una de las claves que explican la insostenibilidad de nuestro modelo de desarrollo.

Un ciudadano medio de la OCDE genera diariamente 1,5 kg, lo que suma unos 560 kg de residuos sólidos urbanos al año. Según las previsiones de la OCDE, hacia el año 2020 se

---

<sup>13</sup> *El Marketing ecológico*. A. Chamorro. 5campus.org. 2001.

generarán un 45% más de residuos que en 1995<sup>14</sup>. La mayor parte de estos residuos terminan en los vertederos generando grandes cantidades de metales pesados, dioxinas y gases tóxicos como óxidos de nitrógeno (NOx), dióxido de sulfuro (SO<sub>2</sub>) y ácido clorhídrico (HCL) que se infiltran en el suelo, en las capas freáticas y se emiten a la atmósfera. Su tratamiento mediante incineración también produce toxinas y metales pesados.

Resulta de total importancia una óptima gestión de los residuos así como una mayor conciencia medioambiental de los ciudadanos respecto al reciclaje. Debemos todos poner en práctica la máxima ecologista de “Reducir, Reciclar, Reutilizar.

La normativa vigente en España, siguiendo las directrices comunitarias, tiene como objetivos prioritarios la prevención o reducción de los residuos en origen, su reciclado, reutilización y valorización (aprovechar los residuos que por su naturaleza o estado no son reciclables como combustible para las plantas de incineración o la recuperación del biogás de los vertederos como recurso energético). Asimismo promueve el uso de las tecnologías menos contaminantes en su eliminación y la extensión de la responsabilidad a los fabricantes para que se hagan cargo de los envases de los productos que ponen en el mercado al final de su vida útil.

Las tasas de reciclado en España han evolucionado favorablemente en los últimos años. Sin embargo, aún queda mucho por hacer para alcanzar los objetivos previstos por la ley y acercarnos a las tasas de reciclado europeas. Es importante que el consumidor conozca qué ocurre con los envases que recicla. En España funciona el Sistema Integral de Gestión (SIG) para la recogida y tratamiento de los envases y sus residuos. Este sistema es gestionado por Ecoembes y Ecovidrio, dos sociedades anónimas sin ánimo de lucro constituidas a tal fin. El llamado Punto Verde que el consumidor encuentra en envases de productos, garantiza que las empresas envasadoras están adheridas al sistema SIG. Los envasadores pagan una tasa según el material que compone el envase. Con esta tasa se financian los gastos de recogida, transporte y envío posterior de los residuos a los gestores autorizados para su tratamiento por parte de Ecoembes y Ecovidrio. Estos sistemas juegan un importante papel en la concienciación de los consumidores sobre el reciclaje a través de campañas de información y sensibilización.

#### *Consejos prácticos*

- Reduce el consumo innecesario. Evita el exceso de envoltorios y envases, especialmente las bandejas de porexpán o poliestireno expandido (material blanco espumado que se utiliza entre otras cosas para envasar alimentos), que son muy contaminantes y no biodegradables.
- Separa los envases de vidrio y de plástico de la basura orgánica y deposítalos en los contenedores correspondientes. Haz lo mismo con el papel y el cartón.
- Opta por comprar envases grandes o de tamaño familiar. Evita los productos de “usar y tirar”.
- Da preferencia a los productos de calidad y en lo posible, de larga vida útil. Ten en cuenta que al final “lo poco si bueno, dos veces bueno”.

---

<sup>14</sup> La Unión Europea apuesta por la gestión de los residuos. Comisión Europea, Dirección General de Medio Ambiente. Comunidades Europeas, 2000.

## La opinión de los expertos

Al final de cada capítulo, la publicación recoge en diferentes artículos la opinión de uno o varios expertos procedentes de la universidad, la empresa, las fundaciones o las ONG, que dan su visión de los temas tratados. Se exponen a continuación un breve extracto de los mismos, así como del prólogo de la Ministra de Medio Ambiente, Cristina Narbona.

**Cristina Narbona.** Ministra de Medio Ambiente.

*Hoy es necesario satisfacer las necesidades básicas de todas las personas, pero reorientando el consumo hacia prácticas más responsables que es, precisamente, lo que se propone este libro. La información es el primer paso imprescindible. De ahí la importancia de un libro como éste que aborda los ejes clave del nuevo paradigma: consumo, agua, energía, transporte, alimentación, trabajo y residuos. El libro de FUHEM no sólo hace un buen diagnóstico, sino que ofrece también alternativas, y nos muestra qué podemos hacer cada uno de nosotros como consumidores, esto es, como ciudadanos responsable.*

**María Artola.** Directora General de la Fundación Biodiversidad.

*En la Cumbre de Johannesburgo se adoptó el compromiso de “reducir la pérdida de biodiversidad para el año 2010”... En un país como España, que cuenta con la mayor biodiversidad de Europa, y especies tan emblemáticas como el lince ibérico, el oso, el urogallo o el águila imperial en serio peligro de extinción, la iniciativa “Cuenta atrás 2010” de la UE se presenta como una absoluta necesidad.*

**Marisa Mercado.** Directora del Área Institucional de FUHEM.

*Las mujeres, como agentes de cambios sociales, debemos incorporar la sostenibilidad en nuestras vidas de forma transversal, adoptando hábitos responsables y solidarios. Como consumidoras no consumistas, debemos exigir productos y servicios que cumplan comportamientos éticos, sociales y ecológicos, seleccionando a las empresas con políticas de Responsabilidad Social y, como ciudadanas, debemos apoyar gobiernos que asuman la defensa de los derechos humanos, los compromisos internacionales de protección del Medio Ambiente y potencien las políticas sociales y de igualdad, trasladándolo a los foros internacionales.*

**Carlos Ballesteros.** Profesor de la Universidad Pontificia Comillas.

*Desde que somos pequeños nos educan en el consumo, en la simbología, en los lugares, las etiquetas, marcas y los tiempos de compra. Sin embargo, apenas se nos educa en las consecuencias de este tipo de comportamientos y hacia un consumo responsable. Podemos estar comprando en contra de nuestros principios, pero lo desconocemos...El fomento de un consumo sostenible, de un consumo consciente y responsable es una manera, tan válida como cualquier otra, de conciliar producción y rentabilidad con el respeto por las personas y por el medio. Y un buen comienzo para ello es tomar conciencia de que cada uno de nosotros y nosotras somos corresponsables de los efectos sociales y ecológicos de lo que compramos y consumimos y actuar en consecuencia.*

**María Díaz.** Jefa de Proyectos. AMBISAT, Ingeniería Ambiental.

*La disponibilidad de agua va a depender, tanto en años lluviosos como en los secos, no sólo de la gestión más o menos acertada de los organismos responsables, sino también de la actitud de los ciudadanos. Si los expertos de la ONU consideran que el consumo medio de un habitante en un país desarrollado es de 150 litros al día (3 veces más que en un país en desarrollo), ¿por qué en una ciudad como Madrid se consumen casi 250 litros por habitante y día?*

**Heikki Willstedt.** Experto en Energía y Cambio Climático de WWF/Adena.

*Añadido al problema de la creciente competencia por los recursos mundiales, vivimos con la realidad del cambio climático y la necesidad urgente de reducir emisiones de gases de efecto invernadero. Los que vivimos en las ciudades tenemos que escoger las soluciones que permitan nuestra supervivencia con un nivel de vida aceptable...No llegamos antes con 120 caballos de potencia que con nuestras dos piernas con o sin atascos...Para distancias de hasta cinco kilómetros la bicicleta se muestra como el medio de transporte más rápido en los desplazamientos puerta a puerta urbanos. Además las calles y plazas no son más bonitas o habitables por añadirles un carril más para coches en vez de hileras de árboles que den sombra a peatones y ciclistas.*

**Víctor Viñuales.** Director de la Fundación Ecología y Desarrollo.

*El mercado debe “premiar” a las mejores empresas y castigar a las peores. ¿Y quién tiene que “premiar” a través de la inversión socialmente responsable o a través del consumo responsable? Todos. Empresas, administraciones públicas, ONGs, Universidades, organizaciones religiosas, sindicatos, ciudadanos...Cada vez que compramos o invertimos, algo que hacemos TODOS todos los días estamos aprovechando o desperdiciando la oportunidad de construir un planeta a medida de nuestros sueños.*

**Ricardo Aguilar.** Director de Investigación y Proyectos de la Fundación Oceana-Europa.

*Establecer criterios para el consumo responsable de productos pesqueros no es tarea sencilla debido a la gran diversidad de especies comercializadas, las distintas artes de pesca utilizadas...Es preferible consumir pescado y marisco de nuestras costas, frente a importaciones lejanas y más peces herbívoros (sardina, alacha, mujol...) y otras especies más bajas en la cadena trófica (jurel, faneca...) frente a grandes predadores (pez espada, tiburón, dorada, salmón, lubina).*

**José María Iváñez Jimeno.** Profesor de la Universidad Carlos III de Madrid.

*El ecodiseño es una de las posibles estrategias para reducir el impacto humano en el medio ambiente e intentar compatibilizar calidad de vida con desarrollo sostenible... Ecodiseñar es repensar los productos teniendo en cuenta los retos ecológicos, el ahorro energético y de materias primas, la preservación de la biodiversidad, la minimización de los residuos, la utilización de las tecnologías limpias, el uso de combustibles renovables...*



**Guadalupe Castro.** Educadora Ambiental.

*Tal vez los problemas ambientales consigan lo que no ha conseguido la ética, ni la solidaridad con los otros. A lo mejor el cambio climático, la extinción de las especies, la destrucción de los bosques, la contaminación del agua..., nos lleven a reflexionar sobre esta forma nuestra de consumo, consumo de ricos, excesivo consumo de muy pocos.*

**José Antonio Sotelo Navalpotro.** Director Adjunto Instituto de Ciencias Ambientales de la Universidad Complutense de Madrid.

*La política medioambiental española vive no sólo la zozobra, en ocasiones caótica, derivada de la continua competencia entre la “potestad” del Estado y la propia de las Autonomías, sino la posterior adopción de unas y otras a las referidas normas comunitarias. Sería deseable...coordinar las distintas políticas medioambientales, no sólo mediante Planes Temáticos, sino con Planes Sectoriales, cuya combinación permita elaborar un “Plan Estratégico Nacional de Medio Ambiente” que sea receptivo a las tendencias hoy vigentes, dentro y fuera de España, amén de su coordinación con la política medioambiental de la Unión Europea (de esta forma, seremos más ciudadanos y menos consumidores del Medio Ambiente comunitario).*

**Domingo Jiménez-Beltrán.** Fundador del Observatorio de la Sostenibilidad en España y antiguo Director de la Agencia Europea del Medio Ambiente.

*Podemos decir que disponemos de un marco político comunitario suficientemente desarrollado, pero muy poco aplicado...Seguimos esperando que este mayor grado de compromiso de la Unión Europea se vaya traduciendo en un desacoplamiento o ruptura del vínculo entre el crecimiento económico y el uso de los recursos y la degradación ambiental, como ya ocurre aunque no suficientemente con el consumo de energía y de emisiones de gases de efecto invernadero a nivel comunitario; aspectos ambos en los que España sigue siendo una nota discordante.*

## **SENSIBILIZACIÓN Y EDUCACIÓN CIUDADANA. RETOS Y PROPUESTAS.**

### **Educación ciudadana y sociedad de consumo.**

Consumimos recursos y producimos residuos a un nivel insostenible, excediendo los límites de la capacidad de regeneración y asimilación de desechos de la naturaleza. Nuestra huella ecológica se sitúa en la actualidad en 2,3 hectáreas de terreno productivo por persona, cuando el nivel sostenible se situaría en 1,9 hectáreas por persona.

Si todos consumiésemos como la media de los países de renta alta, el planeta sólo podría sostener 1.800 millones de personas y no a los 6.500 millones actuales<sup>15</sup>. Al ritmo actual de consumo, los seres humanos necesitaremos 40 planetas Tierra produciendo para abastecernos en 2050. En el caso de España, necesitaremos los recursos de 3 países como el nuestro para soportar la demanda futura<sup>16</sup>.

Podemos sobrepasar o exceder los límites ecológicos pero no podremos hacerlo de forma ilimitada.

---

<sup>15</sup> Vital Signs 2005-2006. Worldwatch Institute.

<sup>16</sup> Informe Planeta Vivo 2004. WWF/ADENA.



Una educación ciudadana que aborde los principales desafíos ambientales a los que debe hacer frente la humanidad (cambio climático, crisis del agua, pérdida de biodiversidad, la necesidad de un modelo energético alternativo...) y su vinculación, no siempre evidente, con nuestros hábitos y elecciones cotidianas como consumidores, son instrumentos esenciales para conseguir un modelo de desarrollo más sostenible.

### **Cambio de rumbo. La sociedad de consumo a debate.**

Necesitamos urgentemente tomar conciencia de la realidad y actuar. Ello implica un cambio profundo de mentalidad, una nueva cultura que incorpore a los valores de justicia social una nueva consideración de "justicia ecológica".

El paradigma de desarrollo dominante sigue siendo el del crecimiento económico cuantitativo basado en indicadores de crecimiento de la producción y del consumo. El éxito económico de un país suele medirse con indicadores como el PIB que no reflejan los costes sociales y ambientales del modelo de producción. Debemos optar por un modelo de desarrollo cualitativo.

Gobiernos, empresas, instituciones y organizaciones sociales tienen en gran medida la responsabilidad de trasladar a la sociedad un mensaje diferente, el que el progreso de una sociedad y una mayor calidad de vida de sus ciudadanos dependen de incorporar valores de justicia social, económica y ambiental. Economía y medio ambiente no pueden continuar siendo compartimentos enfrentados.

Los sectores clave para este cambio de rumbo en los modelos de producción y consumo son el agua, la energía, la agricultura, el transporte y la industria. Ello requerirá actuaciones e iniciativas de gobiernos, de empresas, de organizaciones e instituciones y de individuos.

### **Conciencia y práctica.**

¿Somos conscientes del deterioro ambiental del planeta y su vinculación con nuestro modelo de producción y consumo? Y, lo que es más importante, ¿tener una mayor conciencia medioambiental nos mueve a cambiar de hábitos? Desafortunadamente, la disfunción entre la teoría y la práctica suele ser la regla general.

Según los datos del Centro de Investigaciones Sociológicas (CIS)<sup>17</sup> un 48% de los españoles, aunque dicen respetar el medio ambiente no se preocupan por él. La razón se debe principalmente, según los encuestados, a una general falta de información y educación.

La preocupación por los temas ambientales no se traduce siempre en un cambio de hábitos, sobre todo cuando éstos implican renunciar a comodidades. La sociedad en su conjunto debe estar dispuesta a adoptar actitudes y comportamientos que aunque no generen una satisfacción inmediata son necesarios y sus efectos se percibirán con el tiempo.

### **El papel de los medio de comunicación.**

El discurso catastrofista dificulta en muchos casos la sensibilización social. Una mayor conciencia medioambiental debe basarse en más información, más precisa y contrastada, en la denuncia de los comportamientos irresponsables y al mismo tiempo en el fomento

---

<sup>17</sup> CIS, Centro de Investigaciones Sociológicas. *Ecología y Medio Ambiente*. Estudio nº 2.590. Enero-febrero 2005.

de hábitos sostenibles, premiando y destacando las actuaciones respetuosas con el medio ambiente. Las alarmas catastrofistas sin aportar soluciones y propuestas para la acción, suelen provocar la sensación de que hagamos lo que hagamos va a dar igual y favorecen una ética del *carpe diem* o desembocan en el abandono o la radicalización.

Los medios de comunicación tienen un importante papel que cumplir debido a la enorme influencia que ejercen sobre la sociedad. En los últimos años puede observarse como ha mejorado el tratamiento de las preocupaciones medioambientales tanto en rigor como en amplitud, pero son necesarios mayores esfuerzos para superar el papel secundario que suele concederse a estas cuestiones, así como de huir de cierto “amarillismo ecológico” que no fomenta actitudes positivas y responsables. Un ejemplo en positivo es el informativo de La 2, que ha logrado familiarizar al público con el conocimiento de la naturaleza y las interacciones de la sociedad humana con ella.

### **Desmontar creencias y promover nuevos hábitos.**

Es necesario superar la creencia moderna, alentada por un excesivo e interesado optimismo en el corto plazo, el progreso económico y tecnológico, según la cual el hombre es dueño y señor de una naturaleza bajo su control que cuenta con recursos ilimitados. “No somos los señores de la naturaleza, sino sus huéspedes, y hemos de desarrollar un nuevo paradigma para el desarrollo...comprometido con los límites de la propia naturaleza, no con los límites de la tecnología y el consumismo”<sup>18</sup>.

Ante los grandes problemas ambientales globales como la contaminación, el cambio climático o la destrucción de los recursos naturales, solemos entender que las responsabilidades son de otros, en concreto de políticos y empresarios, y que las nuevas tecnologías y descubrimientos científicos aportarán la solución. Sin embargo, la suma de nuestras acciones individuales son las que contribuyen a crear y agravar los problemas medioambientales. Por tanto, la responsabilidad es de todos y sólo entre todos podremos lograr un modelo más sostenible.

Por otro lado, adoptar hábitos de consumo más sostenibles no supone un menoscabo de nuestra calidad de vida sino muy al contrario, aumenta nuestro bienestar, mejora nuestra salud y contribuye a una relación más armoniosa y pacífica con nuestro entorno.

Las acciones de sensibilización ciudadana para un consumo sostenible deben poner énfasis en la vinculación entre consumo responsable y calidad de vida. Es decir, en que una conducta más respetuosa con el medio ambiente redunde en nuestro bienestar, aunque sus efectos no se perciban de modo inmediato.

### **Los consumidores como agentes de cambios sociales.**

El consumidor puede ser un importante agente de cambio. Mediante el acto de compra, el consumidor puede influir en la modificación de las conductas de las empresas “premiando” los productos de las que le ofrecen garantías de respeto a los estándares sociales y medioambientales y “rechazando” los de aquéllas que no los cumplan. También puede adoptar hábitos de ahorro, reciclaje y un estilo de vida más sano y respetuoso con el medio ambiente.

---

<sup>18</sup> Mikhail S. Gorbachev. Prólogo a la edición en español del informe del Worldwatch Institute, *La Situación del Mundo 2005*. Redefiniendo la seguridad mundial. FUHEM e Icaria editorial. Madrid, 2005.

Como señala Carlos Ballesteros<sup>19</sup>, “cada vez que uno elige un producto de una marca concreta, en un establecimiento determinado, está optando (votando) por un modelo económico, social, de relaciones...determinado”.

## CONCLUSIÓN

Hoy más que nunca son necesarias la máxima información y educación en torno a la necesidad de convenir entre todos un modelo de consumo sostenible. Hay que despertar nuestras conciencias a los enormes desafíos sociales y ambientales a los que nos enfrentamos. Debemos denunciar los atentados contra el medio ambiente, y debemos hacerlo en la instancia adecuada. Pero también y al mismo tiempo, debemos actuar en consecuencia en nuestra vida cotidiana con conductas responsables y respetuosas con el medio ambiente.

Tal vez la mayor amenaza para nuestro planeta sea pensar que el declive del medio ambiente es inevitable y que sólo las grandes acciones de gobiernos e instancias internacionales o transnacionales pueden transformar la realidad. Pero la responsabilidad es de todos y sólo entre todos podemos lograr un modelo de desarrollo diferente y con mayor proyección de futuro: gobiernos, organizaciones internacionales, organizaciones civiles no gubernamentales e individuos. Se trata de predicar con el ejemplo. Y es muy posible que actuar en el sentido que se propone, nos depare más felicidad de la que actualmente disfrutamos.

M<sup>a</sup> Antonia García Marín  
Coordinadora de Proyectos de Desarrollo Sostenible  
FUHEM, Fundación Hogar del Empleado.

---

<sup>19</sup> Carlos Ballesteros es Doctor en Ciencias Económicas y profesor de la Universidad Pontificia Comillas.