Prevención de residuos en el hogar





En los últimos años ha habido un aumento espectacular en la generación de residuos. Los españoles generan 442 kilos de residuos por persona al año, lo que supone un 9% menos que la media de los ciudadanos de la Unión Europea pero España presenta un 53% más de presencia de residuos en los vertederos que el resto de los europeos, según un análisis publicado por EAE Business School en 2021.

Uno de los mayores problemas es el sobreenvasado, principalmente en plástico.

El 3 de julio de 2021 ha entrado en vigor la Directiva europea (UE) 2019/9041 que prohíbe la venta de artículos de plástico de usar y tirar como pajitas, bastoncillos, cubiertos o platos de plásticos, entre otros, para luchar contra la contaminación.

Cada europeo genera anualmente 34,4 kilos de residuos de envases de plástico. Cada ciudadano europeo generó en 2019 una media de 34,4 kilos de envases de plástico, según Eurostat, que indica que el 41 % de esos productos se reciclaron, unos 14,1 kilos por habitante.

- Entre 9 y 12 millones de toneladas de plástico acaban cada año en el mar.
- Se estima que para el año 2050 habrá más plásticos que peces en el mar.

¡EL MEJOR RESIDUO ES EL QUE NO GENERA!

SABÍAS QUE...



Esta enorme generación de residuos se debe a nuestro consumo desmedido, principalmente en los países desarrollados. Nos hemos convertido en la generación de usar y tirar. Además de utilizar productos de un solo uso, también desechamos rápidamente la ropa, los muebles, los móviles, los ordenadores y un larguísimo etcétera.

Podemos cambiar esta situación, cambiando nuestros hábitos de consumo. De esta manera reduciremos la huella que dejamos en el planeta, y nos permitirá vivir con menos cosas materiales, vivir una vida más rica en momentos y experiencias que nos hagan sentir lo verdaderamente importante.

Podem **6 erres**. Muy importante que sea en el siguiente orden:



- REFLEXIONAR sobre nuestros hábitos de consumo.
- RECHAZAR lo que no necesitamos.
- REDUCIR lo que necesitamos.
- REUTILIZAR, cambiando los desechables por alternativas reutilizables y comprar productos de 2ª mano.
- REPARAR todo lo que podamos, alargando el máximo posible la vida útil de los objetos.
- RECICLAR aquello que no podemos rechazar, reducir, reutilizar o reparar.

¿QUÉ PUEDO HACER YO…?

Ver ficha reciclado de materiales diversos, además:

EVITA LOS ARTÍCULOS DE UN SOLO USO

- Existen toallitas para casi todo: higiénicas, para limpiar el baño, los cris tales, los muebles, el cuero, el suelo, etc. Son totalmente innecesarias y cuando se tiran por el inodoro provocan graves averías en la red de saneamiento (alcantarillas, depuradoras, etc).
- Las cápsulas para las máquinas de café. La mayoría están compuestas de plástico y aluminio, no son reciclables y se consumen miles de millones.
- Los vasos de cartón tienen cobertura de plástico, la tapa y los agitadores también están hechos de plástico. Tómate tu bebida tranquilamente en la cafetería. O lleva tu propio va as a llevar.
- Rechaza los sobrecitos de ket duales de

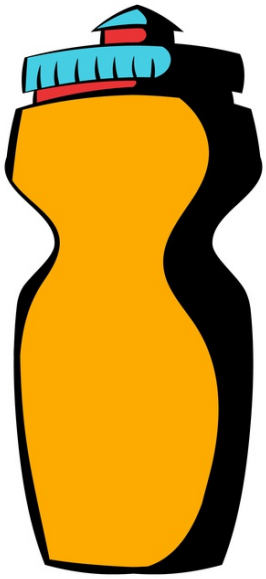


mantequilla, mermelada, etc.

- Los pañuelos de papel. Puedes utilizar pañuelos de tela.

- Utiliza productos recargables: pilas (el mercurio que contiene una pila de botón tiene la capacidad de contaminar 600 mil litros de agua), portaminas, encendedores, subrayadores, bolígrafos, cintas correctoras, maquinillas de afeitar, cepillos de dientes con cabezal sustituible.
- Los champús, geles, cremas, etc de pequeño tamaño que te dan en los hoteles. Puedes llevar tus propios productos de aseo personal en envases recargables.
- Dile adiós al agua embotellada. Bebe del grifo (pon un filtro en tu casa, si quieres) y te ahorrarás una fortuna al año. Cuando salgas, lleva contigo una botella rellenable de acero inoxidable (en España se utilizan 5.000 millones de botellas de agua cada año).
- ¡Cocina!. Evita la comida precocir  rás en salud.
- Usa cubiertos y servilletas reales.

- Evita el papel de aluminio o el film de plástico para conservar la comida. Puedes sustituir el film por un plato o utilizar tarros de vidrio. Mejor utilizar las fiambreras de cristal que las de plástico (recuerda que las que son aptas para el microondas son las clasificadas con los códigos 2, 4 y 5 (dentro de un triángulo formado por 3 flechas).
- No tires el aceite usado por el fregadero o inodoro. Deposita el aceite en un frasco cerrado en un punto limpio o infórmate sobre cómo se recicla en tu localidad.
- La compra en comercios tradicionales evita hasta un 60% de los residuos.
- Compra a granel, y productos sin envoltorios.
- Lleva la merienda en un bolsita de tela o en una fiambrera. Así ahorrás muchos residuos de papel de alumnio.
- En lugar de los zumos en tetrabrix, puedes rellenar una botella reutilizable con agua o con zumos exprimidos en casa. Es una opción más sana y saludable.



OTRAS FORMAS DE EVITAR LOS RESIDUOS

- Como alternativa a las botellas de gel de ducha podemos utilizar pastillas de jabón. O champús y geles solidos.
- Cuando compres un aparato que funcione con energía, opta por aquellos que se puedan conectar a la red eléctrica, que tengan dispositivos solares o que funcionen sin pilas. Si no hay más remedio que utilizar pilas, procura siempre q

A la h quios no materiales. Te damos algunas ideas:



- Entradas para el cine, el teatro, …

- Una sesión de masaje o una estancia en un balneario.
- Un vale para una cena o comida.
- Estancias en hoteles, albergues o campings.
- Un viaje.
- Entradas para museos, conciertos o espectáculos.
- Regalos manuales hechos por nosotros (posters con fotografías, juguetes, decoraciones, …)
- Antes de comprar un libro, un cd, un video juego o una película,… puedes consultar si lo tienen en tu biblioteca.
- Podemos alquilar o pedir prestado algo que utilizamos ocasionalmente. Por ejemplo: la vajilla para una fiesta, libros, películas, sacos de dormir y tiendas de campaña, disfraces, artículos deportivos, etc…

Piensa que si conseguimos alargar la vida de los productos tardarán más tiempo en convertirse en residuos. Tenemos diversas opciones para conseguirlo:

- Compra productos duraderos y de calidad. Aunque puedan ser más caros, a la larga resultarán más económicos porque durarán más que los más baratos.
- Haz un buen mantenimiento de los productos y repáralos cuando se estropeen (por ejemplo: juguetes, muebles, electrodomésticos,…).
- Dona aquello que no necesites a quien lo pueda aprovechar (un vecino, un amigo, una ONG, …).
- Visita los mercados de intercambio o de 2ª mano. Encontrarás música, muebles, ropa, artículos infantiles, deportivos, electrodomésticos, etc…

El uso desmesurado del papel contribuye a una sobreexplotación de los recursos forestales, al uso de productos químicos contaminantes (cloro, metales pesados, azufre, …), y al desperdicio de agua y energía. Si hacemos un uso más racional del papel, contribuiremos a reducir el impacto ambiental de su consumo y al mismo tiempo ahorarremos dinero. Te damos algunas ideas:



- Usa el papel por las 2 caras: escribe, imprime o fotocopia aprovechando las 2 caras. Utilizarás la mitad de papel.
- Reutiliza el papel: si tienes papeles escritos por una sola cara y que ya no sirven, no los tires, utilízalos para tomar nota o hacer borradores.
- Calcula el número de copias necesarios y repasa los documentos antes de imprimirlos.
- Aprovecha internet y la informática para ahorrar tinta y papel:
- Utiliza el formato electrónico: siempre que puedas, antes de imprimir cualquier documento o fotografía digital, opta por leer la información o ver la foto directamente en la pantalla del ordenador.
- Rechaza la publicidad no deseada:
- Podemos decir “NO” a la publicidad en nuestros buzones poniendo un adhesivo para que no nos dejen publicidad.

Utilicemos papel reciclado y libre de cloro:



- La fabricación del papel reciclado requiere un 40% menos de energía que la fabricación del papel convencional.

- Para fabricar una tonela de papel se necesitan aproximadamente 15 árboles, 50 mil litros de agua y más de 300 kg de petróleo.
- Utiliza papel reciclado libre de cloro o que cuente con un certificado ecológico que garantice que en su producción se ha minimizado el impacto ambiental.
- No debemos rechazar el papel reciclado por su color ni por la falsa idea de que no sirve para la impresora.

ALTERNATIVAS PARA REDUCIR LA PELIGROSIDAD DE LOS RESIDUOS

Las pilas, los insectisidas, las pinturas, los disolventes, los productos de limpieza, los aerosoles, los pegamentos, etc. contienen elementos muy perjudiciales para el medio ambiente. En algunos casos podemos sustituirlos por productos menos perjudiciales, otras veces mo.



Productos de limpieza:

- Para la limpieza del hogar: fregar con agua y limón, vinagre, borax o bicarbonato.
- Evitar los detergentes fuertes: utilizar jabón natural.
- Como desatascador: utilizar bicarbonato, vinagre y agua hirviendo.
- Para la limpieza de los muebles de madera: frotar con 1 parte de limón y 2 de aceite de oliva.

Plaguicidas, insecticidas, herbicidas y fungicidas:

- Para las polillas: utilizar lavanda u hojas de tabaco.
- Contra las hormigas: limón con especias (clavo, pimienta, guindilla).
- Contra moscas y mosquitos: telas mosquiteras y hierbas aromáticas (menta, romero, albahaca, etc.)
- Contra las plagas del jardín: pulverizar con agua jabonosa.

Aerosoles, esprais:

- Podemos utilizar pulverizadores, brochas y pinceles, barras o tubos para productos de cosmética.

Productos de bricolage:



- En vez de pinturas con disolventes: pinturas al agua.
- En vez de limpiar los pinceles con aguarrás: limpiémoslos con vinagre caliente, agua y jabón.
- En vez de colas con disolvente: utilicemos colas al agua o blancas.
- En vez de decapantes: utilicemos rasquetas o papel de vidrio.

Productos del automóvil:

- No tiremos los aceites y anticongelantes por alcantarillas o desagües. Llevémoslos al punto limpio. También hay gasolineras o mecánicos que recogen los aceites usados.
- Llevemos siempre las baterías viejas al punto limpio.

PARA SABER MÁS...

- DIRECTIVA (UE) 2019/904 DEL PARLAMENTO EUROPEO Y DEL CONSEJO de 5 de junio de 2019 relativa a la reducción del impacto de determinados productos de plástico en el medio ambiente1
- ECOBLOGNONOA
- Vivir sin plástico
- ALARGASCENCIA
- El Plástico Mata
- Ecologismos
- Sin plástico
- La eco cosmopolita

Películas y vídeos para reflexionar en el aula:

- The Story of plastic (corto animado)
- The Story of plastic (película documental)

Directorio de tiendas a granel:

- Tiendas a granel
- Aplicación gratuita Zero waste, para reducir los residuos, con localizador de tiendas a granel zero waste (sin residuos) en España