



VIVE NATURALMENTE

*Los primeros pasos para un estilo de vida
alineado con nuestro planeta.*

Publicado por Valorable®



VALORABLE





Índice

Capítulo 1	<i>Pag. 3</i>
Introducción	
Capítulo 2	<i>Pag. 4</i>
Reciclaje	
Capítulo 3	<i>Pag. 5</i>
Ahorre tanta energía como sea posible	
Capítulo 4	<i>Pag. 7</i>
Reducir el uso de productos de papel	
Capítulo 5	<i>Pag. 8</i>
Transporte	
Capítulo 6	<i>Pag. 10</i>
Jardinería Orgánica y Cuidado del Césped	
Capítulo 7	<i>Pag. 12</i>
Consejos adicionales para ayudarte a vivir de forma ecológica	
Capítulo 8	<i>Pag. 14</i>
Compra consciente	
Conclusión	<i>Pag. 16</i>



Capítulo 1

Introducción

Con toda la información que hay en las noticias y en Internet, la mayoría de la gente es al menos consciente de los problemas de contaminación. El problema es más serio en algunas áreas pero el hecho es que todos contribuimos a él. La preocupación es que con más gente en la Tierra ahora y más contaminación estamos dañando nuestro medio ambiente de forma irreparable.

Ya que respiramos el aire que está ahí fuera, lo que hay en él debería ser una preocupación principal para cada uno de nosotros. Sin embargo, a menudo lo hacemos sin pensarlo dos veces. Hay suficientes individuos que sufren de problemas de salud debido a lo que han estado respirando durante años.

Con todos los contaminantes que hay ahora mismo, imagina cómo será para las generaciones futuras. Puede que no te importe, ya que no estarás por aquí. Sin embargo, tendrás una familia que tendrá que lidiar con los problemas. Incluso nuestros propios hijos y nietos, que son las próximas generaciones, se verán afectados por ello.

La buena noticia es que cada uno de nosotros tiene el poder de hacer algunos cambios positivos. Algunas personas creen que vivir en verde es una pérdida de tiempo porque eres una sola persona. Sin embargo, si la información educativa que existe sobre el tema pudiera animar a muchos individuos a hacer su parte, tendría un impacto significativo en general. Para el planeta Todo Suma.

Los esfuerzos de una sola persona a lo largo de su vida reducirán significativamente la cantidad de contaminación existente. Enseñar a los niños desde una edad temprana lo que pueden hacer y por qué permitirá que ese proceso continúe siendo implementado en nuestra sociedad también.

También tenemos la responsabilidad de hacer saber al gobierno y a las empresas que esperamos que tomen medidas. Compra lo que puedas de las empresas que tienen un montón de conceptos ecológicos vivos incorporados para que los clientes se aprovechen de ellos. Al mismo tiempo, tienes que influir en tu comunidad para que ponga en vigor acciones que limiten la cantidad de contaminación que puede ser emitida por una empresa así como por los vehículos individuales en las carreteras, o por individuos.

Si estás listo para empezar a vivir verde y hacer tu parte para reducir las huellas de carbono que has dejado en esta Tierra, es hora de aprender sobre las diversas maneras en que puedes hacerlo. Nunca es demasiado tarde para hacer algunos cambios positivos en tu comportamiento para que puedas vivir de forma más saludable y que todos los que te rodean puedan hacerlo.

“Me siento mas confiado que nunca que el poder para salvar el planeta descansa en el consumidor individual” -Dani Hayes



Capítulo 2

Reciclaje

El reciclaje es una de las formas más fáciles y efectivas de ayudar al medio ambiente. Hay muchos proyectos diferentes que puedes apoyar separando en tu basura para este propósito. Es conveniente tener recipientes de basura diferentes e identificados.

Deberías tener uno para vidrio, plástico y cartón. Y eventualmente, uno para las latas de aluminio también. Averigua dónde puedes llevar cada uno de estos contenedores llenos para ser reciclados cuando lo necesites. Debería haber centros para ellos localmente en la ciudad.

En la mayoría de los conjuntos o edificios existen punto de reciclaje. Solo debes asegurarte de separar bien tus residuos. Hay muchas iniciativas que te enseñan a reciclar y hasta quienes recogen sus residuos si están bien separados.

El concepto de reciclaje puede extenderse a sus escuelas y lugares de trabajo también. Hagan todo lo posible para que este importante tema sea reconocido en todos los lugares que puedan. En muchos casos la gente sólo necesita ser educada y luego se le recuerda sobre los beneficios del reciclaje para nuestro medio ambiente.

Su información puede motivarlos a tomar parte en ello. No pases por alto la importancia de hacer saber a los niños tampoco. A menudo están muy entusiasmados con el reciclaje y lo encuentran emocionante. A menudo

pueden ayudar a animar a sus padres a participar en tales esfuerzos también.

Comprar productos que han sido reciclados, como productos de papel, es una gran manera de mostrar su apoyo a estos esfuerzos. Notarán que algunas tarjetas de felicitación están hechas de ellos. Incluso los suministros como las servilletas usadas en los restaurantes de comida rápida pueden ser hechos de papel reciclado.

También es muy sencillo llevar una gran bolsa de malla cuando vas a comprar algunos artículos. En lugar de obtener una bolsa de papel o plástico de ellos, puede colocar los artículos comprados en su propia bolsa. Busca una que sea duradera para que puedas reutilizarla una y otra vez.

Capítulo 3

Ahorre tanta energía como sea posible



Usamos la electricidad para muchas cosas en nuestras vidas, y a menudo lo hacemos sin pensarlo dos veces. Encendemos el interruptor de las luces de nuestra casa y de los aparatos electrónicos todo el tiempo. Sin embargo, tenemos que hacer todo lo posible para ahorrar toda la energía que podamos.

Los tipos de bombillas que se utilizan pueden ser un problema para el medio ambiente. Sin embargo, las leds o energéticamente eficientes, están por todos lados y puedes conseguirlos en cualquier tamaño que necesites para todas las habitaciones de tu casa. Cada día son más accesibles y lo que gaste en ellas lo ahorrará con una factura de electricidad más baja cada mes.

Sin embargo, es muy simple reducir la cantidad de iluminación que usas. Durante el

día abre las cortinas y deja que la luz natural del sol brille a través de ellas. Entonces sólo tendrás que encender las luces por la noche cuando se ponga el sol o en días nublados.

El uso de las luces de sol se ha vuelto muy popular para los negocios e incluso en las casas más nuevas. Esto permite que el sol brille a través del techo y así se tiene que usar menos electricidad. Algunas de las tiendas más grandes de tu ciudad, lo usan tanto como sea posible.

Mira hacia arriba mientras caminas por una de sus tiendas. Notará que durante el día no tienen muchas luces encendidas. A veces una nube rodará frente al sol y notarás que inmediatamente se oscurece más en la tienda que antes. Están ahorrando una gran cantidad de dinero en electricidad y también están ayudando al medio ambiente.

Hay muchas maneras en las que puedes generar electricidad también que proviene de energía alternativa. Puedes colocar paneles solares en tu tejado que recogerán la electricidad. Esa es la fuente que tu casa usará para todas sus necesidades cuando enciendas la energía de algo. Sugerencia, comienza con algún kit escalable, osea que puedas ampliar la capacidad de energía producida.

Si te quedas sin la energía solar que se ha recogido, inmediatamente pasará a la electricidad normal sin ninguna interrupción para ti. También existe el uso de la energía



Capítulo 3

Ahorre tanta energía como sea posible

eólica e hidráulica en algunas áreas. Echa un vistazo a estos métodos alternativos y mira lo que puedes hacer con ellos para tu propia casa.

Un gran desperdicio de electricidad que contamina el medio ambiente está dejando bombillas encendidas en su porche cuando está fuera de casa. No tienes que ir sin luz cuando regresas, pero ya no tienes que hacerlo de esa manera. Hay algunas grandes alternativas a considerar.

Existen en el mercados soluciones de dimerización que permiten el uso asertivo de la electricidad, sin desperdicios.

Puedes colocar luces solares decorativas a lo largo de tu entrada. Algunas de ellas son muy cortas mientras que otras son del estilo de las linternas altas. Depende completamente de ti qué aspecto te gustaría tener para el paisaje de tu casa. Ya que no necesitas enchufarlas a una toma de corriente, puedes colocarlas donde quieras.

Estas luces recogen la energía del sol durante el día y tan pronto como oscurezca, iluminarán tu casa. Cuando se agoten la energía solar se apagarán. Si tienen suficiente para toda la noche, se apagarán cuando salga el sol y empezarán a recoger energía para usarla de nuevo.

Otra alternativa es instalar una luz de movimiento. Este es un tipo de luz que no tiene que ser dejada encendida cuando se

sale de casa. Cuando te metes en la entrada, se encenderá en función del movimiento que haya detectado. Permanecerá encendida durante un corto período de tiempo, lo que le permitirá entrar en su casa con la luz que necesita.

También se está estudiando el uso de molinos de viento en muchas áreas para crear energía. A veces el agua conocida como energía hidráulica también está disponible. Sin embargo, las bombillas que se utilizan pueden ayudarle a sacar el máximo provecho de estos beneficios.

Si desde el principio hasta el final todo en su proceso de recolección y uso de electricidad es ecológico, no se sentirá mal por consumirla para hacer funcionar las luces y los aparatos electrónicos que utiliza en su hogar y negocio.



Capítulo 4

Reducir el uso de productos de papel innecesario.

Los productos de papel se usan todo el tiempo en nuestra sociedad, y eso significa que se están cortando más árboles para satisfacer esa demanda. Los árboles viven del dióxido de carbono que está en el aire que respiramos. A medida que su número se agote, habrá más dióxido de carbono restante en el oxígeno que respiramos.

Hay muchas maneras de reducir el uso del papel tanto en casa como en el trabajo. Si recibes una tonelada de correo basura cada semana puede convertirse en una tarea para desherbar todo. Conéctese a Internet y regístrese para no recibirlo, así la cantidad de residuos de papel en su casa se reducirá en un tercio sin que tenga que hacer mucho al respecto.

Averigua para cuál de tus cuentas puedes obtener un estado de cuenta en línea. De esta forma, reduces aún más la cantidad de papel que te llega. Ingresa cada mes y averigua lo que debes, además de revisar tus estados de cuenta. Si es necesario, imprima la información que necesita en lugar del estado de cuenta completo.

También puede pagar las facturas en línea, lo que le ahorrará papel en las áreas de cheques y sobres. Sólo toma unos pocos minutos establecer tales cuentas y luego puede hacer el proceso cada mes. Si no quieres jugar con eso cada mes, entonces haz que las facturas sean sacadas directamente de tu cuenta corriente. El hecho de que esto sea tan conveniente es también un gran beneficio

que seguramente querrá aprovechar ahorrando papel y tiempo.

Intenta comprar cuadernos, tarjetas de felicitación y otros productos que veas que están hechos de papel reciclado. Incluso puedes usar servilletas y toallas de papel que han sido recicladas. Sin embargo, mantener la ropa en la cocina es a menudo un gran ahorro de toallas de papel.

Elige siempre papeles con sellos de madera certificada de bosques reforestados. Estos sellos garantizan que los procesos de producción de celulosa es respetuosa en tiempos, especies e impacto ambiental y social.

Anima a todos en tu oficina a reducir el uso de papel cuando puedan. Por ejemplo, puede haber una pila de papel de desecho que todos puedan utilizar para diversas necesidades. La parte de atrás puede usarse para anotar mensajes telefónicos y otra correspondencia que no tiene que parecer profesional.

Con los informes, asegúrese de que la información se imprima en ambas caras del papel. Seguirá teniendo un aspecto muy profesional y reducirá a la mitad la cantidad de papel utilizado para el proceso. Es importante comprobar primero la información que se va a imprimir para que no se vea, se vea un error y luego se tenga que imprimir de nuevo.

Capítulo 5

Transporte



Con más vehículos en la carretera hoy en día, el transporte es un factor enorme de contaminación. Incluso con las leyes de emisiones en vigor que limitan la cantidad de contaminación que un coche puede emitir, la cantidad acumulada de la misma es increíble. Tomarse el tiempo para hacer su parte y aportar para reducirla asegurará que todos estén más sanos y respiren un aire más limpio.

Muchos de nosotros estamos muy apegados a nuestro vehículo, ya que vemos que es una línea de vida que nos mantiene yendo a donde queremos o necesitamos estar.

Aunque necesites tu vehículo, es posible que puedas usarlo menos. ¿Puedes ir caminando a la tienda o al parque? ¿Puedes compartir el coche para ir al trabajo o para llevar a los

niños a sus diversas actividades? Esto reducirá el número de vehículos en la carretera cada día.

Comparte con otras personas del trabajo, en la clase de baile de su hijo y en otros lugares similares, que estás interesado en compartir viajes. Esto será para informar a otros conductores que están interesados en compartir el coche, también se sumen. Para que funcione, todos los involucrados deben comprometerse a estar listos a tiempo y a conducir a las horas especificadas.

También hay medios de transporte público en muchas áreas. Puedes ir y venir en autobús, metro o tren en el que están muchas otras personas. Esto le ahorrará el desgaste de su vehículo también. Con el costo de la gasolina en estos días puede resultar más asequible para usted también. Si tienes un largo viaje, también puedes usar ese tiempo para trabajar en ambas direcciones o para disfrutar de un buen libro.

Hay algunos vehículos muy buenos en el mercado que han sido reconocidos como ecológicos. También tienen un modelo híbrido del que hablaremos más adelante. Si estás buscando cambiar de vehículo, ¿que tal estas opciones? El costo adicional se amortiza en la gasolina que se consume, sin contar el impacto ambiental.

Hay algunos coches compactos que son muy ecológicos y al mismo tiempo pueden ahorrar dinero en combustible. Saber que el



Capítulo 5

Transporte

vehículo que conduces es muy ecológico debería hacerte sentir bien cada vez que lo conduzcas.

Los modelos híbridos son aquellos que tienen una fuente de combustible alternativa además de la gasolina. Funcionan con el uso de la electricidad o la energía solar. Esta es la fuente de combustible que se utiliza primero antes de acceder a cualquier gas. Cuando esas fuentes se agotan, entonces el vehículo cambia a gas.

Tan pronto como recarga la fuente de energía principal el uso de gas se detiene y vuelve a esa alternativa. Incluso cuando dependes del gas para la energía, aunque se va a quemar de una manera que es muy buena para el medio ambiente. Los híbridos pueden ser bastante caros, aunque incluso con tanto que ofrecer, muchos consumidores tienen que dejarlos pasar.

Hoy también existen iniciativas de alquiler de vehículo ecológicos en el país. Busca la aplicación que más te guste y prueba el servicio.

Capítulo 6

Jardinería orgánica



Cuidar nuestro hogar por dentro y por fuera es algo de lo que la mayoría de nosotros nos enorgullecemos. Es importante utilizarlo para poder llegar a casa y sentirse bienvenido por lo que vemos.

Para que tu jardín y tu plantas luzcan lo mejor posible, necesitas tener las herramientas y los ingredientes adecuados. Demasiada gente asume que esto significa que usas pesticidas y otros químicos para matar las malas hierbas y mantener las plagas fuera. Sin embargo, puedes tener un hermoso jardín y plantas de forma orgánica para no dañar el medio ambiente en el proceso.

El fertilizante para tu césped tiene una gran cantidad de químicos. Los dos principales químicos que se encuentran en ellos y que son problemáticos son los nitratos y los fosfatos. Como se necesitan varios kilos de

fertilizante para completar un jardín, estarás exponiendo a tu familia y mascotas a problemas innecesarios.

Puede que no se dé cuenta, pero el uso de tales fertilizantes puede desencadenar asma, estar relacionado con cánceres e incluso causar problemas neurológicos a sus mascotas y niños pequeños. Estos productos químicos también llegan a la tierra y luego corren río abajo hacia los suministros de agua.

Cambiate a un abono natural. Puedes comprarlo o incluso hacer el tuyo propio. El proceso de hacer el suyo propio no es muy difícil en absoluto. Simplemente consigues un contenedor de abono y colocas los restos de comida, los excrementos de tus mascotas e incluso las hojas de tu jardín en el contenedor.

Esto se convertirá en el abono del que obtendrás los nutrientes para tus plantas y tu jardín.

Con un suelo sano en el que colocar las semillas y tus plantas tendrás espacios más sano. Tus plantas tendrán raíces más largas, lo que asegura la supervivencia. Al mismo tiempo tendrás que ofrecerle menos agua para mantenerse verde. Esto también te ayudará a reducir tu factura de agua.

Esto importa mucho si en tu casa tiene césped. Teniendo el suelo preparado adecuadamente, puedes tener un hermoso



Capítulo 6

Jardinería orgánica y cuidado del césped

césped verde, incluso cuando estás restringido para asignar agua sólo por ciertos períodos de tiempo en días específicos de la semana.

Para sacar el máximo provecho del agua que pones en el césped, debes cuidarlo en las primeras horas de la mañana. Esto hará que más agua entre en el suelo y menos se pierda en el proceso de evaporación. Muchos individuos creen que pueden obtener los mismos resultados si riegan por la noche. Sin embargo, un gran problema es que esto deja al césped muy susceptible a varios tipos de hongos que crecen.

Para asegurar que tu jardín se beneficie del agua que provees, mantén el suelo nivelado. No querrás que todo se escurra y por lo tanto no ofrecerás a los artículos de tu jardín el agua que necesitan para prosperar. Una buena opción en la que pensar es colocar mantillo en una buena capa sobre la superficie del suelo. Esto evitará que el agua se evapore y así tus plantas y flores podrán retener más agua.

Si planeas pasar mucho tiempo disfrutando de la plantas que has cultivado, quieres hacerlo de forma orgánica. De esta manera tu familia no correrá ningún riesgo. Busca el tipo de hierba que tiende a crecer bien en tu zona. No todos son universales, por lo que seleccionar el equivocado puede resultar en que te decepciones con el aspecto general de tu césped.

Algunos individuos inmediatamente alcanzan los productos químicos para matar las malas hierbas que crecen en su jardín o su césped. Sin embargo, esta no es la solución correcta a la que recurrir. Primero, averigua qué tipo de maleza estás cultivando. Eso te dirá cuál puede ser el problema en esa área. Algunas malezas son realmente buenas para tu césped y querrás dejarlas.

Pueden servir como fertilizante natural para tu jardín. El resto de ellas querrás arrancarlas a mano o usar herramientas para quitarlas. Asegúrate de que las sacas de las raíces para que no vuelvan a crecer tan fácilmente.

A menudo se piensa en atropellarlas con una cortadora de césped y terminar con ellas, pero evita hacerlo. Hay semillas en las malezas y cuando lo hagas se esparcirá por todos lados. Eso resultará en que su césped tenga más malezas que antes y en varios lugares se esparcirá por todo él.

Echa un vistazo para ver cuál será la combinación perfecta para tus necesidades de cuidado del césped.



Capítulo 7

Consejos adicionales para ayudarte a vivir de forma ecológica

Hay un montón de pequeñas áreas donde también puedes hacer algunos cambios significativos. Los conceptos aquí son muy fáciles y cualquiera puede implementarlos para empezar a vivir más verde ahora mismo. Estarás orgulloso de ofrecer tales beneficios al medio ambiente sin tener que renunciar a nada de lo que realmente necesitas.

Botellas: Es importante beber mucha agua cada día. Sin embargo, a menudo se ve a la gente llevando botellas de plástico. En muchos casos el agua embotellada no sabe mejor que el agua del grifo, pero los fabricantes de agua embotellada quieren que pienses que sí.

En lugar de comprar una botella nueva cada vez que bebes agua, compra algunos recipientes reutilizables. Puedes llenarlos con agua e incluso con hielo si lo prefieres y beberlos en cualquier lugar. Hay varios tamaños, colores y diseños que puedes elegir. Este proceso reducirá significativamente la cantidad de plástico que hay en nuestro entorno.

Si vives en una zona donde no es seguro beber el agua del grifo, entonces debes asegurarte de reciclar esas botellas de plástico. De esa manera no terminan en los vertederos. También puedes hacer que te lleven agua embotellada a tu casa en grandes contenedores.

Entonces puedes llenar tus propias botellas de agua que reutilizarás desde allí. Esa es una

gran manera de obtener agua saludable y de eliminar los desechos al mismo tiempo. También descubrirás que conseguir agua embotellada de esta manera es más barato que comprar esas botellas individuales en la tienda y en las máquinas expendedoras.

Contaminantes en el hogar: Cuando termines proyectos en tu casa como remodelar y pintar, es probable que te sobren suministros. No podrás hacer mucho con la mayoría de ellos. La pintura es una sustancia que no quieres poner en los vertederos debido a los químicos que se encuentran en ellos. Pueden llegar al subsuelo y hacer mucho daño. Una mejor alternativa es donar la pintura y los suministros sobrantes.

Hay muchas organizaciones que recogen estos artículos para ayudar a otros. Pueden ser grupos de la Iglesia, organizaciones comunitarias y programas específicos, así que averigua qué hay disponible en tu zona. Incluso puedes buscar en Internet para saber cómo donar tales artículos a una causa digna.

La pintura sobrante puede mezclarse con muchas otras que la gente ha donado. Se puede usar para pintar casas, pintar escuelas y hacer que su ciudad se vea mejor reduciendo las vallas y demás. Esta es una gran manera de evitar que esos restos se desperdicien y dañen el medio ambiente.

Asegúrate de eliminar adecuadamente los contaminantes que pueden ser muy



Capítulo 7

Consejos adicionales para ayudarte a vivir de forma ecológica

peligrosos para la Tierra. Es común que la gente cambie su aceite en casa para ahorrar dinero y hacer el trabajo rápidamente. Nunca viertas ese aceite en el suelo, ya que se meterá en el suelo. Esto va a erosionar el suelo de nutrientes esenciales necesarios para que algo crezca allí.

Cuando el aceite entra en el agua puede resultar en la muerte de la vida acuática. Esto es muy grave ya que alterará el equilibrio de la cadena alimenticia natural. Puede dar lugar a problemas en esa parte del agua décadas después de que se haya producido. También es posible que el petróleo llegue al agua potable si no se tiene cuidado.

Todos hemos escuchado mucha información sobre las advertencias de cáncer de piel por estar al sol sin la protección solar adecuada. Sin embargo, lo que a menudo no nos damos cuenta es que lo que hay en ese protector solar puede estar contaminando tanto el agua como el aire que nos rodea. Una clave: Escoge bien para no tener que reciclar tanto.

Protectores solares: Hay que evitar el uso de protectores solares químicos, ya que no son buenos para el medio ambiente. No te van a ofrecer más protección que las que están hechas de óxido de titanio u óxido de zinc. Lee las etiquetas de los productos de protección solar que compres y asegúrate de que tienes un FPS lo suficientemente alto y adecuado para tu piel.

Aerosol: Hay muchas botellas de aerosol en el

mercado. Estos tipos de dispensadores pueden ser muy dañinos para las capas de ozono. Si hablamos de protector solar, por ejemplo, en su lugar, elige uno que puedas rociar en tu cuerpo con la boquilla de un frasco de aerosol o que puedas dispensar como una loción y rociar en tu cuerpo.

Sin embargo, el protector solar no es el único tipo de aerosol que debes evitar. Busca productos para limpiar tu casa e incluso laca para el pelo que no dañen el medio ambiente. Hay fuentes alternativas de dispensación para que no estés limitado a depender de cualquier cosa en forma de aerosol.

Capítulo 8

Compra consciente

Como consumidores tenemos la opción de elegir qué comprar y ese es nuestro verdadero poder para aportar al medio ambiente. Comprar de forma responsable y sabiendo los pro y los contra de cada producto nos hará asertivos en nuestras escogencias.

Si no tienes el tiempo de investigar la trazabilidad de los productos, compra en sitios que te ayudan en este primer filtro. Otra opción es comprar guiandote por sellos estandarizados o simplemente por estilos de productos, por ejemplo:



Cruelty Free: Productos que no han sido testeados en animales.



Hecho a mano: Productos hechos a mano para ti.



Duraderos: Artículos de buena calidad hechos para durar por años.



Pay it forward: Al comprar un producto, parte de tu dinero se destinará a una organización benéfica, o que tiene un impacto social.



Embalaje responsable: Nuestros proveedores se han tomado el tiempo para asegurarse de que el embalaje de su producto esté hecho de materiales reciclados o pueda reciclarse fácilmente después de su uso.



Energía inteligente: Ahorre combustibles fósiles seleccionando productos que funcionan con fuentes de energía alternativas y renovables.



Reciclado: Productos que se han hecho de residuos o materiales reciclables, que de otra forma habrían terminado en la basura.



Puro y seguro: Estos productos no contienen productos químicos nocivos o toxinas como BPA, PVC, plomo, ftalatos, parabenos, SLS, herbicidas, fungicidas o pesticidas.



Biodegradable y Compostable: Compre estos productos y ayude a desviar los desechos del vertedero. Después de haberlos usado, los productos pueden compostarse o biogradarse.

Capítulo 8

Conclusión



Retornable: Envases de los productos que sirven para ser rellenos y reutilizados.



Orgánico: Los productos orgánicos se cultivan sin usar hormonas sintéticas, antibióticos, pesticidas o fertilizantes. El procesamiento está diseñado para mantener la integridad orgánica y los beneficios naturales asegurando un uso mínimo de aditivos aprobados.



Huella de Carbono: Este sello valida que nuestro proveedor hace la medición de la huella de carbono para sus procesos de manufactura y producción. Un proveedor que mide su impacto en el medio ambiente.



Huella hídrica: Este sello nos valida el proceso de medir el impacto en la utilización de recursos hídricos para la producción y manufactura.



Forest Friendly: Productos de madera que provienen de árboles cosechados de manera legal, sostenible y respetuosa con las comunidades locales.



Economía Circular: Empresas que reducen la introducción de materias primas y la producción de desechos.



Vegano: Alineado con las normas del veganismo, el producto no es de origen animal ni de sus derivados.



Local: Este producto está manufacturado muy cerca de donde vives, garantizando poco transporte y apoyo a tu comunidad o región.



Zero Waste: Son productos que en su proceso de elaboración no generan desperdicios. Así sea reutilizando la materia prima sobrante o innovando en el diseño para no generar recortes.

Lo interesante de estas iniciativas al momento de nuestras compras es que nos vamos formando como consumidores; exigiendo y reconociendo estos verdaderos valores en los productos.



Conclusión

Vivir en verde es algo que debería preocuparnos a todos. Hacer del mundo un lugar mejor para nosotros y para las generaciones futuras es muy importante. Los daños que hagamos hoy tendrán un impacto significativo en el resto del mundo. Los niños pequeños, los adultos e incluso los ancianos pueden involucrarse en hacer del mundo un lugar mejor para todos nosotros. Todos podemos aportar con algún cambio en nuestro estilo de vida.

En la última década se ha ofrecido más información y educación sobre este tema que nunca antes. Varios tipos de organizaciones incluyendo el gobierno, los Boy Scouts, ONG, la Agencia de Protección Ambiental, y otros han estado tratando de compartir todo lo que pueden acerca de las preocupaciones por nuestro medio ambiente, así como las formas de ayudar.

Hay muchas celebridades involucradas en proyectos ecológicos también. Actores, músicos y otras figuras prestigiosas tienden a tener bastantes seguidores en todo el mundo. La gente escucha lo que tiene que decir y por lo tanto estos anuncios de servicio público han demostrado ser muy eficaces. Síguelos y súmate a la iniciativa que más te guste.

Como resultado, más fabricantes de productos que usamos a diario se están involucrando también. Están ofreciendo más productos que son seguros para el medio ambiente y que le ofrecen muchos

beneficios. Puedes animar a otras compañías a seguir su ejemplo no comprándolos si no son seguros para el medio ambiente.

Si están perdiendo ventas, averiguarán por qué y harán cambios importantes para recuperar esos clientes. Las demandas del consumidor son extremadamente poderosas y podrán generar una respuesta positiva de nuestros fabricantes. Como resultado, todos ganan y tendremos un ambiente más seguro en el que vivir. Si continúas comprando lo que ofrecen ahora, aunque no tendrán el estímulo que necesitan para tomarse en serio el salvar el medio ambiente.

La cantidad de basura que el hogar común tira cada día es increíble. No es inusual que esté al menos en una bolsa por día cuando todo está dicho y hecho. Toda esa basura termina en nuestros vertederos y lo que viene de tu casa por sí solo se suma bastante en el transcurso de un año.

Saque lo que pueda de esa basura y recíclelo. Esto puede ser productos de papel, vidrio, plástico y cartón. Se sorprenderá de la cantidad que puede separar y reciclar. Si tienes un cubo de basura para cada uno de ellos en el garaje o en tu patio trasero, entonces será mucho más fácil mantenerse en la tarea con este tipo de esfuerzo.

Sé consciente de los productos de papel que estás usando también. De esa manera puedes usar algunas alternativas. Por ejemplo, las servilletas de tela en lugar de las



Conclusión

desechables son una gran idea para un restaurante. Usa ambos lados del papel para que puedas reducir la cantidad que usas en un 50%.

Toma los papeles que no necesitas y córtalos en cuadrados. Puedes crear tus propias libretas de notas de esta manera para mensajes telefónicos, notas familiares rápidas, y para escribir tu lista de compras o recados. Puedes reducir el papel eliminando también el correo innecesario.

Vivimos en una era electrónica debido a la tecnología y todos los avances que la acompañan. Sin embargo, de varios tipos de bombillas y fuentes de luz se está haciendo daño al medio ambiente. Cambiando los tipos que se usan por los más eficientes en el mercado se puede ahorrar dinero en la factura de electricidad y ayudar a proteger el medio ambiente.

No te olvides de buscar fuentes de energía alternativas que te permitan no utilizar la electricidad tan a menudo. Una de las más fáciles de implementar para cualquier hogar o negocio es el uso de la energía solar. En algunas zonas también se dispone de energía eólica e hidráulica.

La forma en que te mueves es una de las mayores áreas en las que puedes marcar la diferencia para el medio ambiente. La cantidad de contaminantes que son emitidos cada día por los vehículos es muy alta. Haz todo lo que puedas para asegurarte

de que tus vehículos cumplan con las leyes. Utilízalos sólo cuando lo necesites para reducir el tiempo de conducción.

Combina tus actividades para que también puedas eliminar los viajes a la ciudad. Haga lo posible por organizar viajes en grupo o por acceder al transporte público cuando esté disponible. Si estás en el mercado para un nuevo vehículo considera uno que haya sido reconocido como respetuoso con el medio ambiente. Hay muchos buenos para elegir, así que no estarás limitado en tamaño o estilo.

También puedes optar por los modelos híbridos que te ahorrarán dinero en gasolina, no van a dañar el medio ambiente y necesitarán menos mantenimiento rutinario. Un híbrido es una inversión muy sólida y algo de lo que estarás muy orgulloso de conducir. Demuestra que te preocupas por el medio ambiente de muchas maneras.

Hay varios vehículos híbridos estupendos ahí fuera ahora mismo. La mayoría de ellos son vehículos compactos y medianos. Sin embargo, para el 2009 encontrarás más autos grandes, una minivan, e incluso algunas camionetas de tamaño completo que están surgiendo. Esto se debe a la demanda de los consumidores de vehículos como el híbrido. Los fabricantes están escuchando, así que sigue haciéndoles saber lo que te interesa.

El hogar es donde está el corazón y un lugar



Conclusión

que quieres que sea dañino y acogedor. Establecer un césped y un jardín muy hermoso es parte de esa imagen. Puedes cumplir tu deseo de tenerlos sin dañar a tu familia, mascotas o el medio ambiente. No uses ningún tipo de químicos ya que se han relacionado con muchos efectos nocivos que quieres evitar.

El cuidado del césped y la jardinería orgánica no es difícil, sólo requiere un enfoque diferente. Si lo haces correctamente, te costará menos preparar el césped y el jardín cada año. Dependerás de los artículos naturales alrededor de tu casa y tu jardín para el abono, lo que reducirá la cantidad de basura que termina en el vertedero.

Un césped sano es uno que está bien cuidado, y puedes ver el tuyo prosperar cuando elimines los químicos de la ecuación. También puedes mirar los cortacéspedes ecológicos que no te harán contaminar el medio ambiente cada vez que los enciendas.

Se sentirá muy bien al ver los resultados de sus esfuerzos. Al mismo tiempo sabrás que ofreces a tus amigos y familiares un césped muy seguro para que jueguen y se relajen contigo. Es una sensación de la que se sentirá muy orgulloso aunque nadie a su alrededor tenga una pista de por qué sonrío de oreja a oreja.

Hay muchos consejos y estrategias que se ofrecen para ayudarnos a tener un ambiente menos contaminado. No se necesita mucho

tiempo o esfuerzo para formar parte de la mayoría de ellas. Simplemente tienes que comprometerte a ser parte de la solución en lugar del problema.

Continúa haciendo tu parte haciendo cambios donde puedas. Involucra a toda tu familia y explícales por qué es tan importante. Comparte tus puntos de vista con amigos y familiares también. Puede que no se den cuenta de la importancia de sus esfuerzos.

Una vez que los ilumine, podrá alentarlos en sus esfuerzos. En la mayoría de los casos los individuos no están ahí fuera destruyendo el medio ambiente a propósito. A menudo es la falta de información o el no sentir que realmente pueden hacer una diferencia lo que lleva a ello.

Si encuentras que una persona o una empresa está contaminando el medio ambiente con productos químicos u otras sustancias intencionalmente, entonces necesitas reportarlo. Podría ser tu vecino o incluso la empresa para la que trabajan. Nadie necesita saber que usted es la persona responsable de reportarlo.

Puedes hacer una denuncia con la policía local o con el departamento de salud local. Ellos harán una inspección y manejarán la situación basándose en lo que encuentren. Hay leyes para evitar este tipo de desprecio flagrante por el medio ambiente. Aquellos que sean encontrados culpables de hacerlo pueden ser multados, tienen que pagar el



Conclusión

costo de la limpieza, e incluso enfrentar cargos criminales que pueden resultar en tiempo de cárcel.

Es posible vivir de forma ecológica y reducir sus huellas de carbono en el medio ambiente. Es comprensible que quieras dejar un legado detrás de ti pero hacerlo de manera positiva. Cada persona tiene la opción de cómo vivirá su vida. Estén orgullosos de los esfuerzos que hacen para mantener nuestro mundo en la mejor forma posible.

Las recompensas de hacerlo volverán a ti y a las generaciones futuras. Todos tenemos el poder y la capacidad de cambiar lo que estamos haciendo ahora a cambio de mejores formas de vida. Decide ahora que quieres modificar tus comportamientos y sentirte bien con tus elecciones de estilo de vida. No importa cuánto tiempo hayas estado haciendo las cosas de la otra manera.

Cada cambio que se produzca ahí fuera va a marcar una diferencia positiva en general. Sé parte de la búsqueda de la solución para un mejor ambiente en el que vivir. Esto beneficiará su salud así como la de sus hijos. Tales esfuerzos definitivamente valen la pena para cosechar este tipo de recompensas.

Una persona y una voz pueden unirse a muchas más para crear un efecto significativo que muestre cuánto se preocupan las personas por el mundo en el que viven. Hagan todo lo que puedan para

que estos esfuerzos sean parte de su mundo.

Referencias:

- 1) Convert Your Car To Burn Water + Gasoline = Double Your Mileage!
- 2) Half Water Half Gas. Convert Your Car To Burn Water In Addition To Gas And Save Up To 60%.
- 3) Run Your Car On Water, Make Biodiesel, & Save Money!
- 4) Alternative Energy Resources. Understanding and Installing Your Own Solar Electric System. Includes Worksheets, & Resources.
- 5) Keeping My Earth Green. You Can Learn How To Reduce Your Carbon Footprint And Help Reverse The Effects Of Global Warming.
- 6) Solar Power Design Manual. Teach Yourself All About Solar Power. Comprehensive Manual By Genuine Expert. Spreadsheet Included.