

## CRITERIOS PARA UN CONSUMO RESPONSABLE

Para ejercer un consumo responsable podemos hacernos una serie de preguntas:

¿Necesito lo que voy a comprar? ¿Quiero satisfacer un deseo? ¿Estoy eligiendo libremente o es una compra compulsiva? ¿Cuántos tengo ya? ¿Cuándo lo voy a usar? ¿Cuánto me va a durar? ¿Podría pedirlo prestado a un amigo o a un familiar? ¿Puedo estar sin ello? ¿Voy a poder mantenerlo/limpiarlo/repararlo yo mismo? ¿Tengo ganas de hacerlo?

¿He buscado información para conseguir mejor calidad y menor precio? ¿Cómo me voy a deshacer de él una vez que haya terminado de usarlo? ¿Está hecho con materiales reciclables? ¿Las materias primas que se usaron son renovables? ¿Hay algo que yo posea que pueda reemplazarlo? ¿Me he informado de quién ha realizado el producto y cómo?

La respuesta a todas estas preguntas debería tener en cuenta que, en la mayoría de los casos, realizar un consumo responsable solamente implica realizar un pequeño cambio en nuestros hábitos de consumo, lo que no conlleva ningún inconveniente considerable ni requiere un esfuerzo específico adicional.

A la hora de comprar recuerda que:

- Debes hacerte las preguntas señaladas anteriormente y, sobre todo, pensar si lo que vas a comprar va a satisfacer realmente una necesidad o un deseo, o bien si lo compras compulsivamente.
- Piensa a qué tipo de comercio quieres favorecer. No olvides que consumir productos locales, productos ecológicos o de comercio justo, productos naturales y productos reutilizados y reciclados son, sin duda, la mejor opción medioambiental y social.
- Infórmate acerca de las repercusiones sociales y medioambientales de los bienes/servicios.
- Pide información. Es tu derecho.
- Asegúrate de la calidad de lo que compras, que sean bienes más saludables y duraderos.
- Busca alternativas que minimicen la explotación de los recursos naturales: segunda mano, reutilizar, intercambios, reparación.
- Haz un buen mantenimiento de las cosas y, cuando acabe la vida útil de un producto, ten en cuenta las posibilidades de reciclar los materiales con que está hecho.

### Referencia

Consumo responsable.org. (s.f.). Criterios para un consumo responsable. septiembre 2018, de Consumo responsable.org Sitio web: <https://porelclima.es/equipo/1929-criterios-para-un-consumo-responsable>

## RECOMENDACIONES

### Moda Sostenible

La gran mayoría de la ropa que consumimos se produce en los países del Sur sin tener en cuenta, en muchos casos, las condiciones laborales y sociales de los trabajadores. En este sentido, las empresas productoras de ropa han comenzado a elaborar códigos de conducta, que recogen los compromisos éticos y sociales de la producción, y memorias sociales o de sostenibilidad, en las que explican su comportamiento social y medioambiental. De esta manera, el consumidor tiene a su alcance datos para poder discriminar entre las diversas marcas del mercado.

Recientemente numerosas empresas, instituciones y particulares dentro del mundo de la moda han comenzado a entender la importancia de la ética empresarial. Un amplio abanico de iniciativas sobre reciclaje, condiciones laborales, mejoras del impacto ambiental, etc., se han puesto en marcha en todo el mundo. Diseñadores de grandes marcas y minoristas, así como sindicatos, administraciones públicas y organizaciones sociales se han involucrado en este proceso.

### ¿Qué puedes hacer tú?

- Antes de comprar una prenda ten en cuenta los aspectos medioambientales y sociales de ésta, y valora el compromiso ambiental y social de las empresas productoras.
- Compra prendas de vestir fabricadas con materiales procedentes de la agricultura ecológica como el algodón orgánico o de producción integrada en lugar del convencional (aplicable también el lino y al cáñamo).
- Adquiere ropa y calzado fabricada con materiales reciclados y procedentes del comercio justo.
- Valora el etiquetado de una prenda antes de comprarla. En el etiquetado de composición se nos informa de las fibras de las que esta compuesta. El etiquetado de conservación nos da instrucciones sobre cómo deben tratarse las prendas para su mantenimiento y conservación.
- Si la etiqueta no contiene toda la información que deseas conocer para realizar tu compra, dirígete al personal de la tienda.
- Recuerda que los tejidos naturales (lana, algodón, lino, yute, etc.) son mucho más fáciles de reciclar y menos contaminantes, tanto en su producción como en su gestión como residuo, que los sintéticos.
- Compra ropa de segunda mano.
- No compres pieles. Algunas especies como la nutria, el lince o la marta están en peligro de extinción y son muy apreciadas en la realización de abrigo y otras prendas.
- No tires ropa o calzado en buen estado simplemente porque "ya no está de moda". La ropa que ya no te vale puede venirle bien a otra gente. Regálala o entrégala a tiendas o entidades benéficas.
- Reutiliza tu ropa inservible para otros usos, como por ejemplo trapos de cocina que puedes hacer con los retales.

## Material de oficina

En nuestro hogar, en la oficina y en el colegio consumimos un grupo de productos muy heterogéneo como material de oficina (lápices, bolígrafos, marcadores, correctores líquidos, pegamentos, etc.)

Los impactos ambientales asociados a estos materiales están relacionados con el uso de algunas sustancias químicas peligrosas que contienen a pequeña escala como disolventes, compuestos orgánicos volátiles y metales pesados. Aunque el principal problema de estos materiales quizás sea que debido a su bajo coste y su fácil adquisición, su consumo suele ser elevado.

### ¿Qué puedes hacer tú?

#### En todos los productos en general

- Compra sólo aquellos productos que vayas a usar realmente
- Recuerda que un buen uso y cuidado de este material puede evitar su despilfarro y alargar su vida útil.
- Adquiere productos que permitan reducir residuos: productos recargables, reutilizables, de larga duración y fácilmente reparables.
- Compra productos elaborados con materiales reciclados y cuyos componentes sean reciclables.
- Usa objetos monomateriales y de preferencia metálicos, para garantizar su resistencia y durabilidad.
- Compra productos con ausencia o bajo contenido de sustancias tóxicas o peligrosas como disolventes orgánicos, cloroetileno o tricloroetano.
- Adquiere productos que no estén sobre-empaquetados o con envoltorios que sean fácilmente separables para su reciclado.

#### En el material de escritura:

- Compra **bolígrafos de PET o PP reciclado en lugar de los fabricados en PVC. Prima la compra de bolígrafos fabricados en otros materiales como el almidón de maíz** (plástico biodegradable), papel de algas, cartón reciclado, etc.
- **Adquiere lápices fabricados con** madera que proceda de explotaciones forestales sostenibles como las certificadas por el sello **FSC (Forest Stewardship Council)** o similares. Evita los **productos lacados**. Si llevan barnices y pinturas deberán estar basados en agua. Existe la opción de comprar alargadores de madera para lapiceros con el fin de alargar la vida útil de estos.
- Prima la compra de **portaminas** fabricados en materiales reciclados.
- **Evita los marcadores de texto con carcasa de PVC, de un solo uso, a base de disolventes.** Normalmente estos productos tienen una carcasa de plástico (PVC en su mayoría) de un solo uso y con tintas que presentan un alto contenido en disolventes orgánicos y formaldehídos. Existen productos recargables con carcasa de polipropileno (PP) y con tintas de base acuosa. También existen en el mercado marcadores fluorescentes secos en formato lápiz de madera, los cuales son, desde el punto de vista ambiental, los más recomendables.

- Compra **gomas de borrar** fabricadas con caucho natural y que no contengan ni PVC ni cloroetileno. Existen gomas provenientes de plástico reciclado en un 100% (tanto en la goma de borrar como en el estuche).

**En otros productos como pegamentos, correctores líquidos y cintas adhesivas:**

- En general debes adquirir productos cuyo envase sea de polipropileno (PP) en vez de PVC, sobre todo aquellos productos con carcasa como las barras de pegamento y los correctores ortográficos.
- **En el uso de barras adhesivas y colas universales evita los productos con disolventes orgánicos y utiliza productos de base acuosa. Elige el producto según su uso, no utilizar colas especiales para el papel.**
- **Evita las cintas adhesivas que contienen productos de PVC. Existen cintas adhesivas a base de acetato de celulosa que, pese a ser más caras, son una alternativa medioambientalmente correcta. No compres cintas adhesivas con portarrollos de usar y tirar.**
- **Compra cintas de embalar que no contengan disolventes.**
- Prima la compra de **correctores** con bases acuosas y recargables. Existe la posibilidad de comprar correctores de color gris para el papel reciclado.

**En otros artículos como engrapadoras, quita-grapas, sacapuntas, tijeras de oficina, bandejas apilables, etc.**

- **Adquiere productos monomateriales y preferiblemente de metal (si es posible sin niquelado o cromado), puesto que presenta una gran resistencia y mayor durabilidad.**
- **En el caso de las bandejas, fólder y carpetas si son de plástico evita el PVC. En el mercado existe una amplia gama de productos fabricados en PP y algunos de ellos contienen un alto porcentaje de materias primas recicladas.**

Puedes ver más recomendaciones de ecología practicable en:

<http://consumoresponsable.org/actua/ecologiapracticable>

Referencia

Consumo responsable.org. (S.f.). Ecología Practicable. (septiembre 2018). Sitio web:  
<http://consumoresponsable.org/actua/ecologiapracticable>