

Fecha: 24-04-2022

Medio: Edición Especial - Regiones VIII, IX, X, XVI

Supl.: Edición Especial - Regiones VIII, IX, X, XVI

Tipo: Actualidad

Título: **6 hábitos cotidianos que te pueden ayudar con tu propio compromiso verde (y que puedes aplicar desde tu hogar)**

Pág.: 6

Cm2: 905,4

VPE: \$ 0

Tiraje:

Lectoría:

Favorabilidad:

Sin Datos

Sin Datos

No Definida

## La regla de las 3R

La regla de las 3R (reducir, reciclar y reutilizar) es una propuesta sobre hábitos de consumo. Durante la Cumbre del G8 en junio de 2004, el Primer Ministro del Japón, Koizumi Junichiro, presentó la Iniciativa, y explicó que ésta busca construir una sociedad orientada hacia el reciclaje.

Reducir nuestro consumo de productos y alimentos empaquetados, reutilizar materiales y objetos en casa en vez de comprar nuevos, utilizar bolsas de tela para ir de compras, tener tu propio termo u optar por botellas de vidrio o envases retornables, son pequeños hábitos que apoyan esta idea.



## Separa la basura

Separar la basura es otro de los mejores hábitos para tener una vida sustentable, ya que esto ayuda a valorar y procurar la reutilización de los materiales, disminuyendo el consumo y la presión sobre los recursos naturales.

Además, puedes separar el PET, papel, cartón, vidrio, etc., y buscar centros de reciclaje de estos materiales para evitar que terminen en la basura.

Al separar tus desechos orgánicos e inorgánicos, contribuirás al ahorro de recursos renovables y también de energía, ya que al separar, los materiales reciclables pueden ser reutilizados en la cadena de producción.

## Reduce el uso de plástico

Uno de los hábitos para tener una vida sustentable es reducir el consumo de plástico, uno de los materiales más comunes en la vida diaria.

Evitar los productos desechables, las bombillas y las botellas de plástico, son también hábitos para comenzar a tener una vida más sustentable. Y, en caso de no ser posible, trata de reutilizar todos aquellos envases y utensilios de plástico.

Dependiendo de la tipología y tamaño de cada plástico tarda entre 100 y 1.000 años en descomponerse. Peor es el caso de los plásticos que se tiran al mar, que además de acabar con la vida de muchos animales, su tiempo de descomposición es mayor que si estuviera en tierra.



# 6 hábitos cotidianos que te pueden ayudar con tu propio **compromiso verde** (y que puedes aplicar desde tu hogar)

En los últimos 100 años, las actividades de la humanidad han causado un creciente aumento en la temperatura del planeta. Esto parece poco, pero para la naturaleza ha sido demasiado. Pero ¿qué podemos hacer para cuidar la Tierra? Aquí te dejamos algunas ideas para empezar.

## Cuida el agua

El agua es uno de los recursos naturales más preciados, sin embargo, es también uno de los más desperdiciados. Por ello, es importante tomar conciencia y cuidar de este recurso para tener una vida más sustentable.

Tomar baños de no más de cinco minutos, cerrar la llave mientras nos enjabonamos, nos cepillamos los dientes o lavamos los platos, puede hacer una gran diferencia. También, puedes colocar una cubeta para acumular el agua fría mientras esperamos la caliente al momento de bañarnos.

Recuerda que una ducha de cinco minutos consume 95 litros de agua según datos de la OMS.



## Usa la bicicleta

Sabemos que este tip es un poco difícil de cumplir durante todo el año en el sur de Chile, por el clima principalmente. Sin embargo, aprovecha de dejar en casa y usar la bicicleta cada vez que puedas.

Moverte en bici es uno de los mejores hábitos, no solo para tener una vida sustentable, sino también saludable, ya que esta actividad reduce el colesterol y el riesgo de sufrir infartos, además de generar endorfinas.

Para el bolsillo bajarse del auto el impacto es real: el ahorro es de más de dos millones de pesos anuales, si andas en promedio 20 kilómetros en bici al trabajo o la universidad los días hábiles, según cálculos del Ministerio de Medio Ambiente.

## Reduce el uso de energía

Además de reducir las emisiones de CO2, el correcto cuidado del consumo energético, puede disminuir notablemente el gasto del hogar. Así podrás ahorrar y de paso ayudar al planeta Tierra.

Ten en cuenta que entre un 10 y un 60% de la energía que usan los artefactos eléctricos, se sigue usando si no se desenchufan, incluso en «stand by».

¿Otro dato? El 15% del valor total de la cuenta de electricidad se debe a la luz. Si aún tienes ampolletas tradicionales, debes cambiarlas por las llamadas LED: permiten un ahorro de 80% en la próxima cuenta y duran ocho veces más.

