

Lo más visto en

Redes sociales

www.consumer.es

¡Toda la actualidad sobre los temas que más te interesan en nuestras redes sociales! Síguenos en Facebook y Twitter.



¿Serías capaz de vivir sin generar basura?

 [eroskiconsumer](https://twitter.com/eroskiconsumer)

No es una utopía ni una misión imposible. Vivir sin producir basura es factible, el truco consiste en reducir poco a poco la cantidad de residuos que generamos para llegar prácticamente a cero. El movimiento global ZeroWaste persigue reducir los residuos que dejamos cada día tras nosotros para hacer el mundo más sostenible. Te contamos cómo puedes unirte a este movimiento y poner tu granito de arena para salvar la Tierra.



Por qué deberías tener un aguacate en tu cocina

 [EroskiConsumer](https://www.facebook.com/EroskiConsumer)

El aguacate es una fruta (sí, una fruta) que se debería tener siempre a mano. Aunque carga con el mito de que está llena de grasa y engorda, en realidad sus grasas son saludables y sus calorías, que las tiene, no se pueden comparar a las de los alimentos ultraprocesados. Apunta estas ideas para añadirlo a tu dieta.



7 pasos para montar tu huerto ecológico en casa

 [eroskiconsumer](https://twitter.com/eroskiconsumer)

Los alimentos ecológicos son aquellos que han sido tratados con pesticidas naturales y cultivados respetando los ciclos propios de la naturaleza. Pero, ¿es posible hacer un huerto ecológico en casa con éxito? ¡Por supuesto! ¿Y por dónde hay que empezar? En este artículo te contamos los siete pasos que debes dar para conseguirlo.