

¡Oh VERDE Navidad!

Celebrar las navidades de manera ecológica contribuye a preservar el medio ambiente y permite que las familias puedan ahorrar dinero

En contra de lo que se dice, las fiestas navideñas no tienen por qué ser sinónimo de despilfarro. Asumir una serie de pautas de consumo ecológicas no solo permitirá reducir nuestro impacto en el medio ambiente, sino que también se traducirá en un importante ahorro para nuestro bolsillo.

Un primer paso en el consumo ecológico y económico navideño consiste en evitar el gasto compulsivo y realizar una lista sobre los productos necesarios que de verdad se vayan a utilizar. En el momento de la compra, siempre que se pueda, hay que rechazar las bolsas de plástico de usar y tirar o bien aprovecharlas al máximo y usarlas de una manera continuada. Por otro lado, en los desplazamientos, utilizar el transporte público o compartir el vehículo ayuda a mitigar la contaminación causada por el uso del vehículo privado.

En el apartado de alimentación, las copiosas comidas y cenas navideñas no solo pueden pasar factura a nuestros bolsillos y estómagos, sino también al medio ambiente: según Ecologistas en Acción, en estas fechas se tiran hasta un 40% de los alimentos producidos y se generan dos kilos de basura al día, de los que la mitad son envoltorios y embalajes. Con el fin de evitar en lo



posible el impacto ambiental y ahorrar dinero es preferible consumir productos frescos y de temporada.

REGALOS ECOLÓGICOS PARA NIÑOS Y MAYORES. Los niños son los destinatarios estrella de los regalos. La Asociación Española de Fabricantes de Juguetes (AEFJ) estima que en estas fechas se compra el 75% de los juguetes que se venden durante todo el año. Por ello, una buena opción es la adquisición de los juguetes ecológicos, elaborados de forma respetuosa con el medio ambiente, y cargados de valores educativos para los más pequeños.

Ahora bien, si la opción final es un juguete convencional, se deben seleccionar aquellos que estimulen la creatividad del menor y no contengan valores sexistas, bélicos o discriminatorios. Su impacto medioambiental se reducirá si se siguen los siguientes consejos: elegir productos que no requieran un embalaje excesivo, que no precisen de pilas y que se encuentren elaborados con materiales no contaminantes y reciclables. No hay que olvidar que la imaginación, el cariño y la compañía de otros niños y de los propios adultos son regalos inmejorables que los más pequeños siempre agradecen.

Respecto a los mayores, éstos tienen a su disposición una variedad, cada vez

mayor, de productos ecológicos. El pa-ladar se puede agradar gracias a un largo listado de alimentos ecológicos, incluso de tipo "delicatessen" para los más sibaritas. Las personas que prefieran viajar disfrutarán del ecoturismo, con una oferta cada vez más amplia, desde casas rurales a hoteles ecológicos. Los amantes de las dos ruedas, pueden elegir, además de las clásicas bicicletas, entre una gama de motocicletas ecológicas, bicicletas plegables o eléctricas, mientras que los más hogareños pueden decorar su casa con todo tipo de complementos y muebles ecológicos de distintas composiciones, tamaños y precios.

La ropa y los complementos son otra opción que goza de

una gran popularidad, también con una gran variedad ecológica. La ecorropa, tanto la elaborada con productos naturales y sostenibles, como la reciclada, puede adquirirse en diversas tiendas especializadas o de Comercio Justo. Los productores de colonias y cosméticos ecológicos también ofrecen un amplio surtido con todo tipo de elementos y esencias naturales, no tóxicas y respetuosas con el medio ambiente. Los complementos también pueden ser ecológicos, y en algunos casos, llamativos y originales.

Los más aficionados a la tecnología tienen en el mercado multitud de productos elaborados con materiales reciclables, e incluso reciclados, que se caracterizan por consumir poca



Regalar juguetes que no requieran embalaje excesivo o que no necesiten pilas contribuye a cuidar el medio ambiente



La Navidad es uno de los momentos más intensos en la generación de residuos

■■■ electricidad gracias a sus sistemas de eficiencia energética. En este sentido, para los más concienciados con el ahorro en el hogar, un buen regalo puede ser un contador inteligente que avisa en todo momento del consumo eléctrico.

Son cada vez más numerosos los productos que llevan instalados paneles solares para autoabastecerse de energía, desde radios hasta mochilas o cargadores para aparatos electrónicos. Otro curioso regalo pueden ser unas pilas que se recargan directamente mediante conexión USB. Así como los libros y películas de naturaleza o contenido medioambiental, con temas muy variados y actuales, como el cambio climático y, por qué no, atreverse con una suscripción a una asociación ecologista.

Más responsabilidad requiere el regalo de una mascota, por eso se recomienda la adopción. La protectora de animales El Refugio estima que más de 250.000 animales se podrían regalar durante las navidades en España.

SÍMBOLOS NAVIDEÑOS. Árbol de Navidad natural o artificial: ésta es la cuestión. Ambos tienen sus ventajas y sus inconvenientes medioambientales. En cualquier caso, una utilización responsable ayudará a reducir su impacto. Si se elige un árbol natural, conviene conseguirlo con raíces y suficiente cepellón (tierra adherida), regarlo y alejarlo de la calefacción para mantenerlo con vida hasta el fin de las fiestas. Es entonces cuando debe depositarse en un punto de recogida habilitado para ello y no en el contenedor de basura como si fuera un deshecho más. Por su parte, un árbol artificial de buena calidad y elaborado con materiales res-

petuosos con el ambiente puede durar muchos años.

En cuanto a los adornos navideños, una opción es elaborarlos en casa a partir de materiales reciclados. Los pequeños de la casa pueden así disfrutar de esta distracción que sirve además de estímulo para proteger el medio ambiente.

Las luces navideñas pueden dosificarse mediante temporizadores y lámparas de bajo consumo. En el momento de enviar tarjetas de felicitación, los más tradicionales pueden decantarse por ejemplares elaborados con materiales reciclados y de carácter solidario, mientras que los usuarios de Internet pueden utilizar el correo electrónico o las felicitaciones virtuales.

CENAS Y COMIDAS NAVIDEÑAS ECOLÓGICAS. Las cenas de Nochebuena y Nochevieja, o la comida de Navidad, implican el uso y consumo de una mayor cantidad de alimentos que lo habitual. La organización ecológica de estos acontecimientos no solo debe tener en cuenta qué productos se eligen, sino también qué ocurrirá después con ellos. Conviene evitar los alimentos muy perecederos, de manera que puedan guardarse para próximas comidas. Los envases de alimentos de distintos tamaños son los más apropiados para conservar estos productos y así, ahorrar dinero.

Una vez celebrado el banquete, los productos de limpieza naturales pueden evitar el uso de sustancias químicas perjudiciales con el medio ambiente. El bicarbonato de sodio o el jugo de limón pueden ser de ayuda en más de una ocasión para las manchas navideñas. ■

MÁS INFORMACIÓN
www.consumer.es



Postnavidades ecológicas

Los ayuntamientos suelen reforzar la frecuencia de recogida de basura durante estas fechas, pero no siempre es suficiente. No es extraño caminar entre contenedores desbordados, o residuos en depositados en contenedores que no les corresponden. Con el fin de evitar esta situación, los consumidores pueden almacenar en su casa los envoltorios que acumulen durante estos días festivos e introducirlos en el contenedor azul (papel y cartón) o en el amarillo (plásticos) más adelante.

Además, los nuevos regalos crean distintas situaciones: el nuevo producto puede sustituir a otro que ya no se va a utilizar o engrosar una lista de productos similares que no se utilizan, no han gustado o que se repiten. Para ello, el mejor consejo es seguir la máxima "inútil para unos, un tesoro para otros". Las modalidades son varias:

- **REGALARLO A UN AMIGO, FAMILIAR, COMPAÑERO DE TRABAJO...** Esta acción no significa despreciar a la persona que lo ha regalado, sino preocuparse para que llegue hasta alguien que sí le va a dar una utilidad y que no acabe almacenado en el trastero o en la basura.
- **HACER UNA FIESTA DE INTERCAMBIO:** pueden quedar varios amigos o familiares con regalos, servir aperitivos y bebidas, y realizar el cambio.
- **DONAR LOS REGALOS NO DESEADOS** a ONGs solidarias, ecológicas, a rastrillos solidarios cercanos, a refugios de beneficencia, etc.
- **INTERCAMBIARLOS EN UNA RED** "Freecycle (<http://www.freecycle.org/>)", donde cualquiera puede canjear gratis todo tipo de artículos a través de Internet y reducir el volumen de basura.

LAS TRES ERRES, TAMBIÉN EN NAVIDAD

La Navidad es uno de los momentos del año más intensos en la generación de residuos. Por ello, la política ecológica de las tres erres (REDUCIR, REUTILIZAR, RECICLAR) debe estar más presente que nunca entre los consumidores.

En este sentido, se recomienda comprar únicamente lo necesario, PRESCINDIR de los ENVOLTORIOS INNECESARIOS y los ENVASADOS EN BANDEJAS de PLÁSTICO o POLIESTIRENO, así como de los PRODUCTOS de "USAR Y TIRAR", como manteles de papel y vasos plásticos. Una vez que se haya adquirido un producto, se debe procurar alargar al máximo su vida útil y reaprovecharlo para evitar que acabe en la basura. Y cuando llegue ese momento hay que tratar de SEPARAR LOS RESIDUOS DE FORMA CORRECTA para que su reciclado sea lo más eficiente posible. Algunos productos como los eléctricos y electrónicos, las bombillas o las pilas contienen diversos materiales tóxicos muy contaminantes que requieren de un reciclado especial.