

Feliz Navidad ecológica

Prevenir el despilfarro de alimentos y energía e intentar reciclar todos los residuos que generemos durante estas fechas nos garantizan unas navidades más sostenibles

En Navidad no solo se consume más sino que se genera un mayor impacto ambiental. Aunque el año pasado el gasto navideño descendió un 4%, cada familia española gastó una media de 680 euros. Un consumo navideño insostenible tiene en general un impacto considerable en nuestro entorno. Durante las fiestas navideñas, se tiran hasta un 40% de los alimentos y se generan dos kilos de basura al día, de los que la mitad son envoltorios y embalajes, según Ecologistas en Acción. Pero está en la mano de todos evitarlo.

Hacer regalos ecológicos

Los regalos y las navidades son un tándem que puede ser también "verde". Los Reyes Magos, Santa Claus o personajes como el Olentzero vasco pueden traer a los niños juguetes ecológicos: cada vez hay más variedad entre los que se elaboran de forma respetuosa con el medio ambiente. En caso

de decidirse por un juguete convencional, conviene elegir uno con valores educativos, sin embalaje excesivo, sin pilas y elaborados con materiales no contaminantes y reciclables. Y siempre hay que recordar que, para un niño, el cariño y la compañía de sus adultos y amigos y el uso de la imaginación se encuentran entre los mejores regalos posibles.

En cuanto a los mayores, también pueden regalar una gran variedad de productos ecológicos: alimentos "delicatessen" con certificado verde, bicicletas, colonias y cosméticos ecológicos, electrónica y tecnología ecológica, libros, películas y revistas de contenido medioambiental.

Adornos sí, pero sin destruir el medio ambiente

Los renos de Santa Claus, los camellos de los Reyes Magos, las ovejas o el musgo del belén, el abeto del salón... Todos son típicos símbolos navideños que tienen, además, otro elemento en común: se encuentran en peligro de extinción. En algunos casos, como el acebo y el musgo, su extracción del monte está prohibida, tras los excesos sufridos en las últimas décadas. Puede acarrear multas de hasta 60.000 euros e incluso penas de prisión según el grado de destrucción. La elección de un abeto natural o artificial tiene, en ambos casos, ventajas e inconvenientes ambientales. Por ello, el consejo es hacer un uso responsable. Si se elige uno natural, se recomienda que tenga suficientes raíces y cepellón (tierra adherida); se debe regar y alejarlo de la calefacción para que dure lo suficiente, hasta que se pueda llevar a un punto de recogida donde lo trasplanten. Y si se utiliza uno artificial, conviene que sea de buena calidad para que pueda conservarse durante muchos años. El resto de símbolos navideños también pueden ser más respetuosos con el medio ambiente: adornos reutilizados y tarjetas de felicitación elaboradas con materiales reciclados, luces de bajo consumo y con temporizador, etc.

Evitar los despilfarros

La Organización de Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO) estima que un tercio de la producción alimentaria mundial para consumo humano se pierde o se desecha, es decir, unos 1,3 billones de toneladas. A pesar de esta aparente sobreabundancia, una de cada siete personas en el mundo se va a la cama hambrienta y más de 20.000 niños menores de cinco años mueren de hambre cada día. El desperdicio de comida es además un grave problema ambiental, ya que la producción alimentaria es una de las actividades que más afectan a la pérdida de biodiversidad y a los cambios en el uso del suelo.

El consumo de algunos alimentos causa un grave impacto ambiental en su lugar de origen. Es el caso del langostino tropical, uno de los productos estrella de las Navidades. Diversas organizaciones ecologistas han señalado que el aumento de su consumo puede provocar la destrucción de ecosistemas como el de los manglares (franjas costeras anegadas por las mareas). Este problema ambiental, económico y social se acentúa en las fiestas navideñas. La idea no es privarse de alimentos, sino de consumir de forma sostenible: estudiar la lista de la compra para no llevarse productos en exceso, organizar en casa los alimentos de manera que se consuman todos, conservar en el congelador los productos perecederos, etc.

La energía es otro recurso que no se debe despilfarrar, sobre todo en Navidades: se estima que su consumo se

incrementa hasta en un 20% por un mayor uso de la calefacción y la luz. Diversos consejos ayudarán a reducir este gasto y, de paso, su impacto ambiental: utilizar bombillas de bajo consumo, sistemas basados en energías renovables, electrodomésticos eficientes, desplazarse en transporte público o bicicleta, etc.

Consumir productos ecológicos, locales y de temporada

Los productos elaborados de forma local, frescos y de temporada tienen una menor huella ecológica y suelen ser más económicos y sabrosos. Por su parte, los productos con certificación ecológica garantizan que se han elaborado con unos métodos respetuosos con el medio ambiente. Son, por tanto, una opción más que recomendable para consumir en navidades.

Generar menos basura y reciclarlo todo

En Navidad, la producción de basura se dispara: se generan dos kilos al día, de los cuales la mitad son envoltorios y embalajes, según Ecologistas en Acción. Por ello, la práctica ecológica de las tres erres tiene que estar todavía más presente entre los consumidores: hacer un consumo ajustado a nuestras verdaderas necesidades que prescindan de productos con empaquetados excesivos y de "usar y tirar" (reducir); reutilizar los productos y materiales en buen estado que ya no se usan y alargar su vida útil; y reciclar los residuos de manera adecuada.

✚ www.consumer.es



Y DESPUÉS DE LAS NAVIDADES, TAMBIÉN ECOLÓGICOS

La conciencia ecológica tiene que estar presente también una vez que se hayan acabado las fiestas. La generación de más residuos que en la media del resto del año, los regalos que no han gustado, los alimentos sobrantes de las celebraciones o el abeto navideño tienen solución ambiental con una organización adecuada.