

## 9. Y nosotros, ¿qué podemos hacer?

Los científicos advierten que la temperatura del planeta subirá entre 1,4 y 5,8 °C a lo largo de este siglo. Se habla de 1,4 °C si conseguimos reducir las emisiones de gases de efecto invernadero, y de 5,8 °C si no lo hacemos. Tal y como hemos visto en párrafos anteriores, las consecuencias de los cambios se vuelven más intensas y más irreversibles cuanto más altos sean los aumentos de temperatura. Se considera que a partir de un incremento de 2 °C en la temperatura, las consecuencias podrían ser ya bastante peligrosas: sequías, inundaciones y fenómenos meteorológicos extremos, etc.

Cuando nos referimos a un tema tan complejo y global como el del cambio climático, es lógico que nos sintamos superados e impotentes, e incluso escépticos acerca de nuestra capacidad de intervención en el problema. Pero nos tenemos que resistir a esta idea, ya que esta situación sólo se podrá revertir si todos y cada uno de nosotros nos esforzamos y nos hacemos responsables de ello. Una manera de empezar a cambiar es ser conscientes de que nuestro modo de vida representa un impacto para el medio ambiente en general. Con nuestras decisiones diarias contribuimos a frenar el cambio climático o a agravarlo aún más. Desde cambiar una simple bombilla por una lámpara de bajo consumo hasta reciclar los residuos o cerrar el grifo, hay múltiples soluciones a nuestro alcance para hacer frente al cambio climático. Y es que, como dijo Ramon Folch: “Quién no decide formar parte de la solución, forma parte del problema”. Aún estamos a tiempo de evitar gran parte del problema si nos ponemos a trabajar sin demora. ¡La solución pasa por un mismo!

A continuación se citan algunas de las acciones, a modo de consejo, que pueden emprenderse a título individual para luchar contra el cambio climático en diferentes ámbitos. (Véanse también las actividades de la Agenda “Y tú qué eres: ¿solución o problema?”, “¡Actúa desde casa!”, “¿Eres consumista?”).

### Iluminación

- 🌊 Aprovechar la iluminación natural.
- 🌊 Sustituir las bombillas incandescentes por otras de bajo consumo.
- 🌊 No dejar las luces encendidas en habitaciones donde no hay nadie.
- 🌊 Mantener limpias las lámparas. Así aumentará la luminosidad sin necesidad de añadir potencia.
- 🌊 En vestíbulos, garajes, zonas comunes, etc., instalar mecanismos detectores de presencia.

### Climatización

- 🌊 Hacer un aislamiento adecuado de muros y ventanas.
- 🌊 Instalar doble cristal en puertas y ventanas, toldos, persianas, etc.
- 🌊 Utilizar los sistemas de refrigeración y de calefacción de manera responsable. En verano, basta con regular la temperatura del termostato del aire acondicionado en torno a los 25 °C para tener una sensación de confort. Cada grado menos de temperatura supone un incremento del 8% en el consumo de energía. En invierno, se debe regular la temperatura de la calefacción entre los 19 y los 21 °C. Cada grado de más incrementa el consumo energético entre un 5 y un 7%.

### Agua

- 🌊 Sólo el 2,8% del agua de nuestro planeta es dulce y tan sólo el 0,01% se encuentra en lagos y ríos. Por ello es importante no despilfarrarla. Los procesos de desalinización, potabilización y depuración de las aguas consumen gran cantidad de energía, un hecho que repercute en el incremento de emisiones de CO<sub>2</sub> en la atmósfera.

- 🌊 Ahorrar agua caliente también comporta ahorrar energía. De hecho, gran parte del gasto energético de los hogares se invierte en calentar agua (ACS, agua caliente sanitaria).

### Residuos

- 🌊 Reducir al máximo la cantidad de residuos que se generan comprando productos a granel o reutilizables, imprimiendo únicamente aquello que sea estrictamente necesario, consumiendo bolsas reutilizables de tela o utilizar el carro de la compra en lugar de bolsas de plástico, etc. No olvidemos que el mejor residuo es el que no se produce.
- 🌊 Reutilizar siempre que sea posible. Por ejemplo, usar el papel por ambas caras, dar la ropa que ya no usemos a entidades o parroquias que la distribuirán a personas que la puedan aprovechar, etc. Así conseguiremos alargar la vida de los productos.
- 🌊 Reciclar el papel, el vidrio, el plástico, los envases, etc., para darles una nueva vida y alargar su ciclo.

### Transporte y movilidad

- 🌊 Caminar o utilizar la bicicleta para desplazamientos cortos, y para distancias medias o largas, el transporte público, siempre que sea posible.
- 🌊 En caso de que sea totalmente necesario utilizar el coche, optar por el *car sharing* o el *car pooling* (compartir coche). Así se reducirán los costes no sólo para el medio ambiente, sino también económicos.
- 🌊 Mantener el coche en buen estado. La baja presión de los neumáticos, un exceso de carga en la baca, llevar las ventanillas bajadas o abusar del uso del aire acondicionado suponen un mayor consumo de combustible y, por tanto, incrementan las

emisiones de gases de efecto invernadero a la atmósfera.

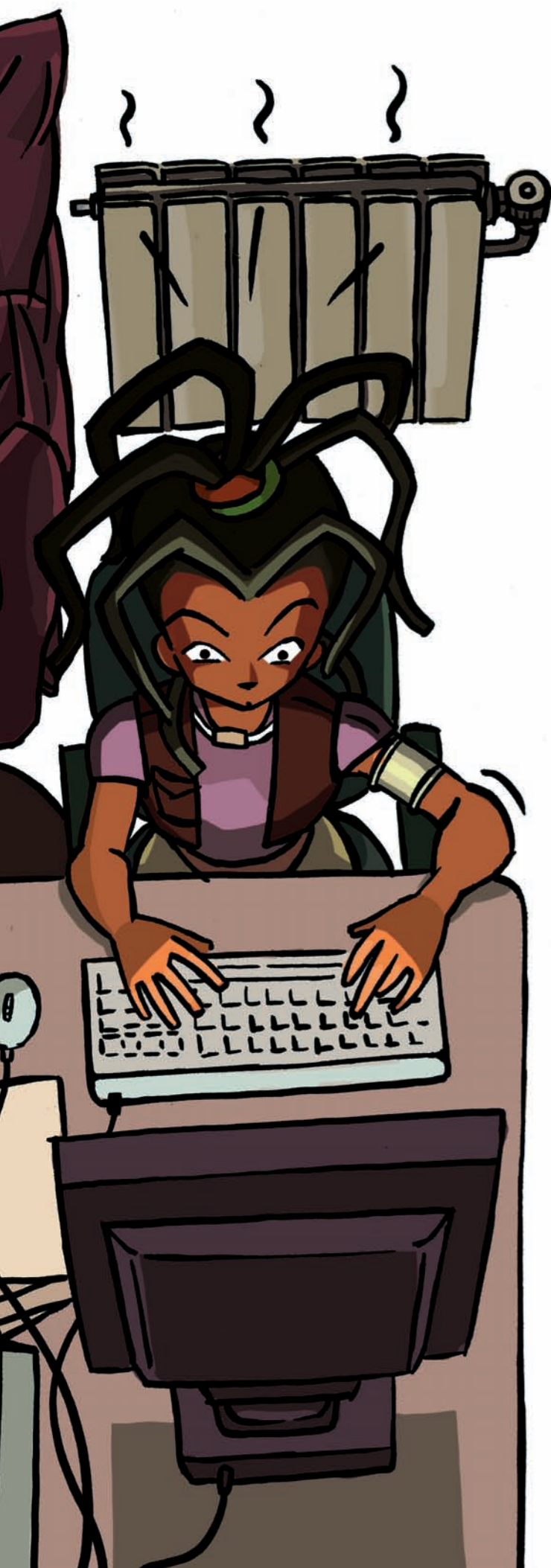
- 🌊 Conducir eficientemente, con precaución y suavidad. Se ahorra carburante y se consigue reducir hasta un 15% las emisiones de CO<sub>2</sub>.

### Equipos ofimáticos y audiovisuales

- 🌊 Comprar equipos con certificaciones de ahorro energético y que tengan modos de reposo y economizadores de energía.
- 🌊 Desconectar los equipos (televisores, vídeos, cadenas de música, radios, impresoras, etc.) del modo en espera o stand-by mediante el interruptor principal del aparato o interruptores externos que permitan apagarlo totalmente. Sólo así evitaremos el consumo fantasma y no despilfarraremos energía en exceso. Un televisor en modalidad de espera puede consumir entre 2 y 30 vatios, cosa que supone el 70% del total del consumo anual, en comparación con el 30% correspondiente al funcionamiento.
- 🌊 Configurar el ordenador y el monitor para que entren en reposo si no se utilizan durante un tiempo determinado. Y apagarlos si se espera estar más de una hora sin utilizarlos.

### Compras verdes y consumo responsable

- 🌊 Utilizar papel reciclado 100% y libre de cloro (TCF). Hay que tener en cuenta que la denominación “papel ecológico” no es sinónimo de “papel reciclado”. Para su fabricación se requiere mucha menos energía y se emite menos CO<sub>2</sub> (1,8 tm de CO<sub>2</sub> por tonelada de papel reciclado vs. las 2,9 tm de CO<sub>2</sub> de papel fabricado con fibras vírgenes). De hecho, para fabricar una tonelada de papel blanco se necesitan unos 14 árboles y 100.000 litros de agua, y se consumen unos 5.900 kWh de energía. En cambio, para fabricar la misma cantidad de papel reciclado no se necesita talar ningún



árbol, y consumimos mucho menos agua (15.000 litros, o sea, un 86% de ahorro respecto de la cantidad necesaria para el papel blanco) y energía (2.700 kWh, menos de la mitad que en el caso anterior).

- Utilizar electrodomésticos eficientes (clase A). Pueden llegar a consumir un 39% menos de energía que uno de clase C, lo que puede llegar a evitar la emisión de una tonelada de CO<sub>2</sub> a lo largo de la vida del aparato.
- Incluir el criterio ambiental en la compra de cualquier bien o servicio, así se ahorrarán energía, residuos y productos contaminantes.
- Usar botellas que se puedan reutilizar, volviéndolas a llenar de agua o de otras bebidas.
- En la dieta, no comer carne en exceso. Aparte de las cuestiones asociadas con la salud que comporta el hecho de comer mucha carne, una dieta en la que predomina la carne se traduce en un incremento de la cantidad de emisiones de gases de efecto invernadero (emisiones de metano de los rumiantes, deforestación para obtener terrenos de pasto para el ganado, transporte, etc.). Se necesita mucha más energía procedente de la energía fósil para producir y transportar carne que para entregar una cantidad equivalente de proteínas procedentes de fuentes vegetales.
- Comprar productos locales para evitar las emisiones asociadas al transporte.

### Compensad vuestras emisiones

- Comprad compensaciones para neutralizar el resto de emisiones que no se puedan evitar. Hay muchas maneras de hacerlo: plantar árboles, comprar compensaciones de carbono, participar en una asociación ambiental o ecologista, etc. Muchas webs ofrecen la manera de hacerlo (Véase el apartado de la Agenda "Para saber más").

### A difundir y educar

- Aprender más cosas sobre el cambio climático. Buscar más información. Hay un mundo de páginas web donde podréis encontrar más datos sobre el tema, algunos en forma de juegos interactivos ¡que os harán pasar un buen rato mientras aprendéis! (Ver el apartado de la Agenda "Para saber más")
- Compartir vuestros conocimientos con los que no saben tanto como vosotros. Sostenibilizar a los amigos, la familia, los compañeros de clase, etc. Explicarles qué es el cambio climático y qué pueden hacer para contribuir a ser solución en vez de problema.
- Proponer en la escuela medidas para reducir las emisiones de CO<sub>2</sub> y luchar, entre todos, contra el cambio climático.

La lista es larga y todavía podrían añadirse muchas ideas más. Seguro que cada uno de nosotros podríamos aportar unas cuantas. Y es que todavía estamos a tiempo de cambiar la situación. ¡Vale la pena intentarlo! ¡Quizás mañana ya será tarde, pero, hoy, todavía estamos a tiempo!

