

RECOMENDACIONES PARA DISMINUIR LA HUELLA DE CARBONO INDIVIDUAL

VIVIENDA

Consumo de energía

- Aislar el hogar del medio externo mediante la implementación de sistemas doble vidrio, cristales de baja emisividad y/o burletes en puertas, ventanas y otras aberturas.
- Colocar medios de aislación térmica en paredes, pisos y techos.
- Desconectar electrodomésticos que no se estén utilizando.
- De ser posible, comprar electrodomésticos que posean una eficiencia energética alta.
- Utilizar de manera eficiente aquellos electrodomésticos que más energía consumen en el hogar, como el lavarropas, el lavavajillas, termotanques, planchas, cafeteras, entre otras.
- Secar la ropa al aire libre.
- Realizar lavados con el lavarropa cuando se tenga la cantidad necesaria para llenarlo.

Iluminación

- Apagar las luces cuando no se estén utilizando.
- Colocar colores claros en los espacios internos que mejoran la iluminación.
- Mantener las lámparas limpias, ya que cuando están sucias pierden hasta un 50% de luminosidad.
- Utilizar lámparas LED.
- Abrir cortinas y persianas que permitan el ingreso de luz natural.

Generación de residuos

- Elegir empaques más ecológicos.
- Reutilizar o reciclar aquellos materiales que se puedan.
- Evaluar varias veces la necesidad de tus compras.
- Separar los residuos según la clasificación utilizada en tu país. La más utilizada es dividirlos en reciclables (como vidrio, plástico, papel y el cartón), orgánicos y no reciclables (basura).

ALIMENTACIÓN

Consumo de alimentos

- Apoyar la producción de alimentos regionales y/o nacionales disminuye notablemente nuestras emisiones de gases de efecto invernadero y al mismo tiempo se contribuye con el desarrollo de las economías de los productores locales.
- Tener en cuenta siempre la compra a vendedores agroecológicos locales. La agroecología es un conjunto de prácticas, que busca sistemas agrícolas sostenibles que optimizan y estabilizan la producción, generando así baja emisiones de carbono.
- Siempre que se pueda, elegir una dieta compuesta de frutas, verduras y legumbres, ya que generan casi la mitad de las emisiones que una dieta rica en carne. Y, en caso de no poder dejar el consumo de carne, asegurarse que la misma proviene de producciones agroecológicas.
- En el caso de consumir alimentos pesqueros, verificar que estos provengan de un tipo de acuicultura sostenible.
- Evitar alimentos ultra procesados que además posean exceso de elementos en su packaging.
- Preferir la compra de productos a granel.
- Utilizar bolsas reutilizables para hacer las compras.

Consumo de bebidas

- Consumir preferentemente aquellas bebidas embotelladas que posean un envase retornable, reciclable o biodegradable.

TRANSPORTE

Medios de transporte

- En caso de utilizar un vehículo privado, intentar compartir el viaje con otras personas.
- Es aconsejable comparar las etiquetas de eficiencia energética en el desempeño antes de la compra de un vehículo.
- Utilizar el transporte público siempre que sea posible.
- Siempre que exista la posibilidad, preferir el tren. El mismo ofrece el menor consumo energético dentro de las opciones de transporte público, por lo tanto, su impacto sobre el medio ambiente es menor que utilizar el bus.
- La bicicleta es el medio de transporte más económico (no consume gasolina) y más sustentable. Y es un excelente ejercicio aeróbico, por lo tanto, aporta al cuidado de la salud mental y física.
- Para distancias cortas, optar por la caminata.



CALCULA TU
HUELLA DE CARBONO

BODEGA
TRIVENTO
ARGENTINA

- Si para ti, evitar viajar en avión no es una opción, realizar pequeñas acciones, que contribuyan a disminuir tu impacto lo máximo posible en otros aspectos. Esto puede ser al seleccionar un método de transporte público al ir y volver del aeropuerto, llevar los propios alimentos que se deseen consumir durante el viaje en el equipaje de mano para evitar compras innecesarias, disminuir el equipaje, entre otras.
- En caso de ser posible, elegir aerolíneas que sean ambientalmente responsables.

Utilización de combustible

- Optar por un automóvil eléctrico en caso de ser posible, ya que ayuda sustancialmente en la lucha contra el cambio climático.
- Cargar tu vehículo con un combustible que genere bajas emisiones de carbono, como son los biocombustibles, debido a que se obtienen de aceites vegetales y grasas animales. Entre los carburantes más convencionales, el GNC es el que menos emite, seguido del diésel y por último la nafta.