

## Visión general del curso SEN4CE (ESP)

Este manual contiene información valiosa, parte de la cual es accesible exclusivamente a través del entorno digital SEN4CE. Para aprovechar al máximo el contenido completo y las funciones interactivas, se recomienda a los lectores que accedan a la plataforma en línea. El entorno digital ofrece recursos adicionales y actualizaciones que pueden no estar reflejadas en la versión impresa. El acceso al entorno digital de SEN4CE puede requerir una conexión activa a Internet y el cumplimiento de los términos y condiciones específicos de la plataforma.

### Índice

1. Introducción SEN4CE .....	1
1.1 Página de bienvenida.....	1
1.2 Socios del proyecto .....	1
1.3 Introducción al curso SEN4CE .....	2
1.4 Descripción general de los módulos SEN4CE .....	2
1.5 Descripción general del módulo 1 .....	3
1.6 Glosario .....	3
2. Introducción a la Economía Circular .....	4
2.1 Introducción a la Economía Circular.....	4
2.1.1 ¿Qué es la «Economía Lineal»?.....	4
2.1.2 Características de la «Economía Lineal» .....	5
2.1.3 ¿Qué es la «Economía Circular»?.....	5
3 principios (Capa de diapositivas) .....	6
2.1.4 El modelo de Economía Circular.....	6
EMF Video (Capa de diapositivas).....	7
2.3.1 ¿Puedo contribuir a la Economía Circular? (1) .....	7
2.3.2 ¿Puedo contribuir a la Economía Circular? (2) .....	8
2.3.3 ¿Puedo contribuir a una Economía Circular? (3) .....	8
2.3.4 Construir una Economía Circular.....	9
Construir una Economía Circular (Capa de diapositivas).....	9
2.2.1 ¿Por qué necesitamos una Economía Circular? (1).....	10

2.2.2 ¿Por qué necesitamos una Economía Circular? (2).....	10
2.2.3 ¿Por qué necesitamos una Economía Circular? (3).....	11
2.4.1 Las personas mayores en el contexto de la Economía Circular .....	11
2.4.2 ¡Tú puedes marcar la diferencia! .....	12
2.4.3 Referencias: Introducción a la Economía Circular .....	12
3. Consumo responsable.....	13
3.1 Consumo responsable (RC) - Menú .....	13
3.1.1 Introducción al Consumo responsable.....	13
3.1.2 Introducción al Consumo Responsable .....	14
3.1.3 Consumo responsable: nivel de descripción general.....	14
Consumo responsable – Nivel principante.....	15
3.2 Evitar el desperdicio (1).....	15
3.2.1 Evitar el desperdicio (2).....	15
3.2.2 Consumo de alimentos .....	16
Consumo de alimentos (Capa de diapositivas) .....	16
3.2.3 Consumo de tela.....	17
Consumo de tela (Capa de diapositivas) .....	17
3.2.4 Electrodomésticos.....	18
Electrodomésticos (Capa de diapositivas).....	18
3.2.5 Todo sobre las etiquetas .....	19
3.2.6 Etiquetas orgánicas .....	19
3.2.7 Diferencia en las etiquetas.....	20
Diferencia en las etiquetas (Capa de diapositivas).....	20
3.2.8 Confíe en las etiquetas ecológicas (1) .....	21
3.2.9 Confíe en las etiquetas ecológicas (2) .....	21
3.2.10 Ejemplos de etiquetas ecológicas.....	22
Etiquetas austriacas (Capa de diapositivas) .....	22
Etiquetas francesas (Capa de diapositivas).....	23
Etiquetas alemanas (Capa de diapositivas) .....	23
Etiquetas portuguesas (Capa de diapositivas) .....	24
Etiquetas españolas (Capa de diapositivas) .....	24
Conclusión (Capa de diapositivas).....	25

3.2.11 ¡Piensa globalmente, actúa localmente! (1) .....	25
3.2.12 ¡Piensa globalmente, actúa localmente! (2).....	26
3.2.13 RC: Fuentes para principiantes (1) .....	26
3.2.14 RC: Fuentes para principiantes (2).....	27
Consumo responsable – Nivel intermedio.....	27
3.3 Greenwashing (1).....	27
3.3.1 Greenwashing (2).....	28
3.3.2 Greenwashing (3).....	28
3.3.3 Obsolescencia programada (1).....	29
3.3.4 Obsolescencia programada (2) .....	29
3.3.5 Obsolescencia programada (3).....	30
3.3.6 Obsolescencia programada (4) .....	30
3.3.7 Residuo Cero (1) .....	31
3.3.8 Residuo Cero (2) .....	31
Rechaza (Capa de diapositivas) .....	32
Reduce (Capa de diapositivas) .....	32
Reutiliza (Capa de diapositivas).....	33
Recicla (Capa de diapositivas) .....	33
Rot (Capa de diapositivas) .....	34
3.3.9 Consumo colaborativo (1) .....	34
3.3.10 Consumo colaborativo (2) .....	35
3.3.11 Consumo colaborativo (3).....	35
Uso compartido y compartido de vehículos (Capa de diapositivas) .....	36
Prestamos y créditos (Capa de diapositivas) .....	36
Compartir con la comunidad (Capa de diapositivas) .....	37
3.3.12 RC: Fuentes intermedias (1).....	37
3.3.13 Consumo Responsable: Fuentes intermedias (2).....	38
3.4 Escenario para principiantes: Consumo responsable .....	38
3.4.1 Escenario: Principiante.....	38
3.4.2 Escenario: Principiante.....	39
3.4.3 Escenario: Principiante: Pregunta 1.....	39
3.4.4 Escenario: Principiante .....	40

3.4.5 Escenario: Principiante: Pregunta 2 .....	40
3.4.6 Escenario: Principiante.....	41
3.4.7 Escenario: Principiante: Pregunta 3.....	41
3.4.8 Escenario: Principiante.....	42
3.4.9 Escenario: Principiante: Pregunta 4 .....	42
3.4.10 Escenario: Principiante.....	43
3.4.11 Escenario: Principiante: Pregunta 5 .....	43
3.4.12 Escenario: principiante (resultados del cuestionario) .....	44
3.4.13 Escenario: principiante (árbol SEN4CE) .....	44
3.5 Escenario intermedio: Consumo responsable.....	45
3.5.1 Escenario: Intermedio .....	45
3.5.2 Escenario: Intermedio.....	45
3.5.3 Escenario: Intermedio: Pregunta 1.....	46
3.5.4 Escenario: Intermedio .....	46
3.5.5 Escenario: Intermedio: Pregunta 2.....	47
3.5.6 Escenario: Intermedio .....	47
3.5.7 Escenario: Intermedio: Pregunta 3.....	48
3.5.8 Escenario: Intermedio .....	48
3.5.9 Escenario: Intermedio: Pregunta 4.....	49
3.5.10 Escenario: Intermedio .....	49
3.5.11 Escenario: Intermedio.....	50
3.5.12 Escenario: Intermedio: Pregunta 5 .....	50
3.5.13 Escenario: Intermedio (resultados del cuestionario).....	51
3.5.14 Escenario: Intermedio (árbol SEN4CE) .....	51
Organic (Capa de diapositivas) .....	52
4. Vida útil del producto .....	52
4.1 Menú Vida útil del producto .....	52
4.1.1 Introducción al la vida útil del producto .....	53
4.1.2 Introducción a la vida útil del producto.....	53
4.1.3 PL - Nivel general .....	54
Vida útil del producto – Nivel principante .....	54
4.2 ¡Compártelo para evitar el desperdicio! (1) .....	54



4.2.1 ¡Compártelo para evitar el desperdicio! (2).....	55
Uso compartido y compartido de vehículos (Capa de diapositivas).....	55
Compartir casa (Capa de diapositivas).....	56
Arrendamiento de ropa (Capa de diapositivas) .....	56
4.2.2 Donaciones de material (1).....	57
4.2.3 Donaciones de material (2).....	57
4.2.4 Estrategias de reutilización y reutilización .....	58
Frascos de vidrio viejos (Capa de diapositivas) .....	58
Textil antiguo (Capa de diapositivas) .....	59
Papel (Capa de diapositivas) .....	59
Plástico (Capa de diapositivas).....	60
Orgánicos (Capa de diapositivas).....	60
Artículos para el hogar (Capa de diapositivas).....	61
4.2.5 Prolongar la vida útil de los productos (1).....	61
4.2.6 Prolongar la vida útil de los productos (2).....	62
Fechas (Capa de diapositivas) .....	62
Aplicaciones (Capa de diapositivas).....	63
Almacenamiento (Capa de diapositivas).....	63
Verduras (Capa de diapositivas).....	64
Comida de temporada (Capa de diapositivas) .....	64
Restos de comida (Capa de diapositivas).....	65
4.2.7 Prolongar la vida útil de los productos (3).....	65
Manténgalo limpio (Capa de diapositivas) .....	66
Haz un poco de espacio (Capa de diapositivas).....	66
Sé cuidadoso (Capa de diapositivas).....	67
4.2.8 Clasificación de residuos.....	67
4.2.9 Separación de residuos.....	68
4.2.10 Fuentes para principiantes de vida útil del producto (1).....	68
4.2.11 Fuentes para principiantes de vida útil del producto (2) .....	69
Vida útil del producto – Nivel intermedio .....	69
4.3 Reparación y reutilización (1).....	69
4.3.1 Reparación y reutilización (2) .....	70

4.3.2 Gestión de residuos .....	70
Recogida de residuos (Capa de diapositivas) .....	71
Incineración de residuos (Capa de diapositivas) .....	71
Vertederos (Capa de diapositivas) .....	72
Separación europea de residuos (Capa de diapositivas).....	72
4.3.3 Mejoras en la tasa de reciclaje .....	73
4.3.4 Fuentes intermedias vida útil del producto .....	73
4.4 Vida útil del producto para escenarios principiantes.....	74
4.4.1 Escenario: Principiante .....	74
4.4.2 Escenario: Principiante: Pregunta 1.....	74
4.4.3 Escenario: Principiante: Pregunta 2.....	75
4.4.4 Escenario: Principiante: Pregunta 3.....	75
4.4.5 Escenario: Principiante: Pregunta 4.....	76
4.4.6 Escenario: Principiante: Pregunta 5 .....	76
4.4.7 Escenario: principiante (resultados del cuestionario) .....	77
4.4.8 PL: Escenario: principiante (árbol SEN4CE).....	77
4.5 Escenario intermedio: Vida útil del producto .....	78
4.5.1 Escenario: Intermedio .....	78
4.5.2 Escenario: Intermedio: Pregunta 1 .....	78
4.5.3 Escenario: Intermedio: Pregunta 2 .....	79
4.5.4 Escenario: Intermedio: Pregunta 3.....	79
4.5.5 Escenario: Intermedio: Pregunta 4.....	80
4.5.6 Escenario: Intermedio: Pregunta 5.....	80
4.5.7 Escenario: Intermedio (resultados del cuestionario).....	81
4.5.8 Escenario: Intermedio (árbol SEN4CE).....	81
Repair (Capa de diapositivas).....	82
5. Uso responsable de los recursos.....	83
5.1 Descripción general del uso responsable de los recursos.....	83
5.1.1 Introducción al uso responsable de los recursos (RUR).....	83
5.1.2 Introducción al uso responsable de los recursos (RUR).....	84
5.1.3 Uso responsable de los recursos (RUR) - Niveles generales.....	84
Uso responsable de los recursos – Nivel principante.....	85

5.2 Beneficios del ahorro de energía (1).....	85
5.2.1 Beneficios del ahorro de energía (2).....	85
Gases de efecto invernadero (Capa de diapositivas) .....	86
Preservar (Capa de diapositivas).....	86
Salvar los ecosistemas y los animales (Capa de diapositivas) .....	87
Referencias (Capa de diapositivas).....	87
5.2.2 Beneficios del ahorro de energía (3).....	88
Cocina (Capa de diapositivas).....	88
Cuarto de baño (Capa de diapositivas).....	89
Sala de Estar (Capa de diapositivas) .....	89
Fuentes (Capa de diapositivas).....	90
5.2.3 Cómo ahorrar agua (1) .....	90
5.2.4 Cómo ahorrar agua (2).....	91
5.2.5 Ahorra dinero.....	91
5.2.6 Etiquetas energéticas (1).....	92
5.2.7 Etiquetas energéticas (2).....	92
5.2.8 Viviendas y edificios.....	93
5.2.9 Empáquelo de forma inteligente (1).....	93
5.2.10 Empáquelo de forma inteligente (2).....	94
5.2.10 Fuentes para principiantes de RUR (1).....	94
5.2.11 Fuentes de RUR para principiantes (2) .....	95
Uso responsable de los recursos – Nivel intermedio.....	95
5.3 Huella ambiental (1).....	95
5.3.1 Huella ambiental (2).....	96
5.3.2 Huella ambiental (3).....	96
5.3.3 Calcule su huella ambiental (1).....	97
Calculadora de huella de carbono de la ONU (Capa de diapositivas).....	97
Red de presencia global (Capa de diapositivas) .....	98
Huella de carbono (Capa de diapositivas) .....	98
WWF-UK (Capa de diapositivas).....	99
5.3.4 Calcule su huella ambiental (2) .....	99
5.3.5 Calcule su huella ambiental (3).....	100

5.3.6 Hogar respetuoso con el medio ambiente .....	100
Disena tu hogar de forma inteligente (Capa de diapositivas) .....	101
Considere medidas para reducir la pérdida de calor (Capa de diapositivas) .....	101
Considere medidas para reducir la pérdida de calor (Capa de diapositivas) .....	102
Aumente la eficiencia del hogar (Capa de diapositivas).....	102
Haga que su hogar sea inteligente (Capa de diapositivas) .....	103
Haga que su hogar sea inteligente (Capa de diapositivas) .....	103
5.3.6 Fuentes intermedias de RUR.....	104
5.4 Escenario para principiantes: uso responsable de los recursos .....	104
5.4.1 Escenario: Principiante.....	104
5.4.2 Escenario: Principiante.....	105
5.4.3 Escenario: Principiante: Pregunta 1.....	105
5.4.4 Escenario: Principiante .....	106
5.4.5 Escenario: Principiante: Pregunta 2.....	106
5.4.6 Escenario: Principiante.....	107
5.4.7 Escenario: Principiante: Pregunta 3.....	107
6.8 5.4.8 RUR: Escenario: Principiante.....	108
5.4.9 Escenario: Principiante: Pregunta 4 .....	108
5.4.10 Escenario: Principiante.....	109
5.4.11 Escenario: Principiante: Pregunta 5 .....	109
5.4.12 Escenario: principiante (resultados del cuestionario) .....	110
5.4.13 Escenario: principiante (árbol SEN4CE) .....	110
5.5 Escenario intermedio: Uso responsable de los recursos.....	111
5.5.1 Escenario: Intermedio .....	111
5.5.2 Escenario: Intermedio.....	111
5.5.3 Escenario: Intermedio: Pregunta 1.....	112
5.5.4 Escenario: Intermedio .....	112
5.5.5 Escenario: Intermedio: Pregunta 2.....	113
5.5.6 Escenario: Intermedio .....	113
5.5.7 Escenario: Intermedio: Pregunta 3.....	114
5.5.8 Escenario: Intermedio .....	114
5.5.9 Escenario: Intermedio: Pregunta 4.....	115

5.5.10 Escenario: Intermedio (resultados del cuestionario) .....	115
5.5.11 Escenario: Intermedio (árbol SEN4CE).....	116
Stuff (Capa de diapositivas).....	116

# 1. Introducción SEN4CE

## 1.1 Página de bienvenida

### Bienvenido a SEN4CE

#### Empoderar a las personas mayores en la Economía Circular

Un proyecto financiado por Erasmus+ para el aprendizaje permanente y las sociedades sostenibles

Tenemos la misión de capacitar a las personas mayores (de más de 60 años) con educación digital sobre Economía Circular. Sea parte de la transición ecológica, conéctese con las generaciones más jóvenes y amplíe su viaje de aprendizaje permanente. Ideal tanto para personas mayores como para cuidadores.



Esta obra está bajo una Licencia [Creative Commons Reconocimiento-NoComercial-CompartirIgual 4.0 Internacional](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/).



**Co-funded by  
the European Union**



### SEN4CE

Seniors for Circular Economy

**Proyecto n.º 2021-2-AT01-KA220-ADU-000048101**  
Financiado por la Unión Europea. Sin embargo, los puntos de vista y opiniones expresados son únicamente los de los autores y no reflejan necesariamente los de la Unión Europea o de la Agencia Ejecutiva Europea de Educación y Cultura (EACEA). Ni la Unión Europea ni la EACEA pueden ser consideradas responsables de ellos.

## 1.2 Socios del proyecto

### Conozca a nuestros socios del proyecto

#### Empoderar a las personas mayores mediante la experiencia colectiva

Nuestro proyecto se enriquece con un conjunto diverso de socios.

**[Bit-Management Beratung \(AT\) \(Líder del proyecto\)](#)**



**[Asociación E-Seniors \(FR\)](#)**



**[Johanniter-Unfall-Hilfe \(DE\)](#)**



**[Asociación Empresarial de Investigación Centro Tecnológico del Mueble y la Madera de la Región de Murcia \(ES\)](#)**



**[Future Balloons \(PT\)](#)**



Aquí puede visitar nuestra página web SEN4CE: <https://sen4ce.eu/partners/>

### 1.3 Introducción al curso SEN4CE

**Estimado estudiante sénior:**

¡Bienvenido a nuestro curso de aprendizaje electrónico sobre Economía Circular y herramientas digitales!

Este curso está diseñado para proporcionarle una comprensión integral de la Economía Circular y cómo las herramientas digitales pueden ayudarnos a alcanzar sus objetivos.

Nuestro curso accesible está diseñado para todos los niveles, incluso para principiantes. Elija su módulo de inicio en la página siguiente.



Pulse este botón para...

### 1.4 Descripción general de los módulos SEN4CE

#### Estructura del curso de SEN4CE

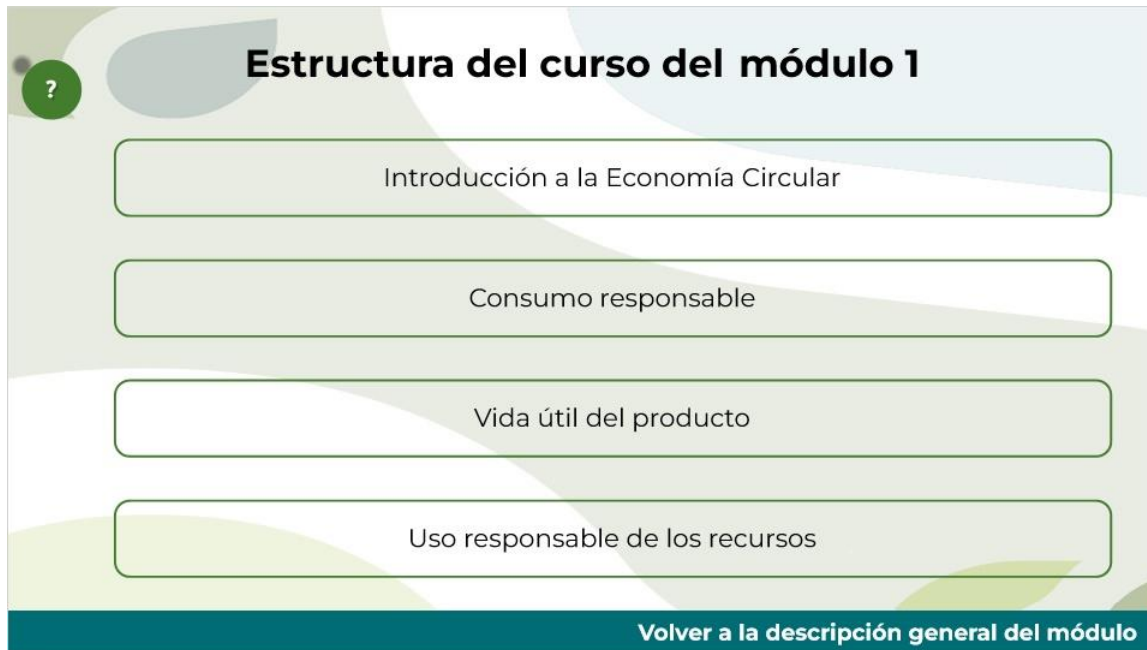
Glosario

Economía Circular para personas mayores y aprendizaje permanente

Herramientas de Economía Circular digital para personas mayores

Economía Circular para cuidadores del sector de la asistencia y la jubilación

## 1.5 Descripción general del módulo 1

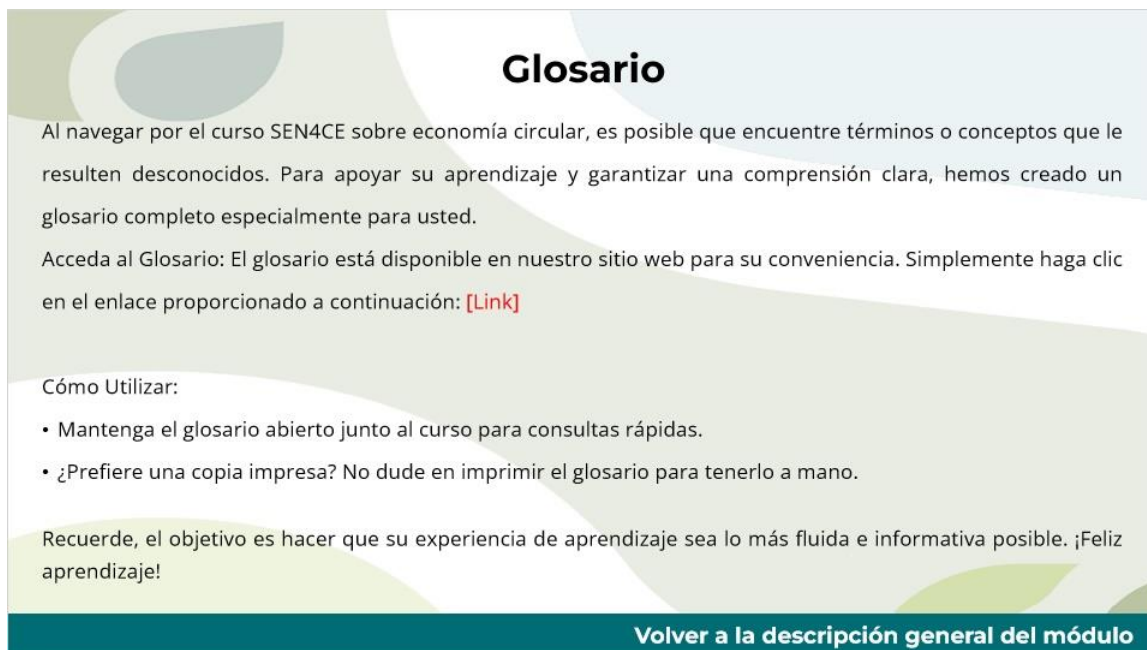


**Estructura del curso del módulo 1**

- Introducción a la Economía Circular
- Consumo responsable
- Vida útil del producto
- Uso responsable de los recursos

[Volver a la descripción general del módulo](#)

## 1.6 Glosario



**Glosario**

Al navegar por el curso SEN4CE sobre economía circular, es posible que encuentre términos o conceptos que le resulten desconocidos. Para apoyar su aprendizaje y garantizar una comprensión clara, hemos creado un glosario completo especialmente para usted.

Acceda al Glosario: El glosario está disponible en nuestro sitio web para su conveniencia. Simplemente haga clic en el enlace proporcionado a continuación: [\[Link\]](#)

Cómo Utilizar:

- Mantenga el glosario abierto junto al curso para consultas rápidas.
- ¿Prefiere una copia impresa? No dude en imprimir el glosario para tenerlo a mano.

Recuerde, el objetivo es hacer que su experiencia de aprendizaje sea lo más fluida e informativa posible. ¡Feliz aprendizaje!

[Volver a la descripción general del módulo](#)



## 2. Introducción a la Economía Circular

### 2.1 Introducción a la Economía Circular

### Introducción a la Economía Circular

**Lección uno:** ¿Qué es la Economía Circular?

**Lección dos:** ¿Por qué necesitamos una Economía Circular?

**Lección tres:** ¿Puedo contribuir activamente a la Economía Circular?

**Lección cuatro:** Personas mayores de 60 años en el contexto de la Economía Circular

[Volver al menú](#)

#### 2.1.1 ¿Qué es la «Economía Lineal»?

### ¿Qué es la «Economía Lineal»?

En la naturaleza, los materiales fluyen: los desechos de una especie son el alimento de otra y, cuando los animales o las plantas mueren, los nutrientes regresan sanos y salvos al suelo, lo que permite que la naturaleza prospere. Se trata de un enfoque circular. Sin embargo, como seres humanos, hemos adoptado un enfoque lineal, que llamamos Economía Lineal.



En la Economía **Lineal**, acabamos desechando todos los productos como residuos, siguiendo el modelo de «llevar, fabricar, consumir y tirar»

## 2.1.2 Características de la «Economía Lineal»

### Características de la «Economía Lineal»

- Tomamos materias primas y recursos de la tierra;
- Fabricamos productos utilizando estos recursos;
- Los productos se venden a personas que los consumen;
- Una vez que las personas ya no necesitan el producto, lo tiran a la basura.



El diagrama muestra un flujo lineal de tres etapas: TAKE (representado por un árbol y un globo), MAKE (representado por una fábrica, una cámara y un monitor), y DISPOSE (representado por una pila de basura y un contenedor). Las etapas están conectadas por flechas verdes que apuntan hacia la derecha.

## 2.1.3 ¿Qué es la «Economía Circular»?

### ¿Qué es la «Economía Circular»?

Por el contrario, la Economía Circular es un modelo de producción y consumo destinado a prolongar el ciclo de vida de los productos con el fin de reducir al mínimo los residuos.



El diagrama muestra un ciclo circular de tres etapas: TAKE (representado por un árbol), MAKE (representado por una fábrica) y REUSE (representado por un símbolo de reciclaje). Las etapas están conectadas por flechas que forman un círculo. El texto 'CIRCULAR ECONOMY' está escrito en la parte superior del círculo.

Conozca los 3 principios de la Economía Circular

### 3 principios (Capa de diapositivas)

**¿Qué es la «Economía Circular»?**

**3 principios fundamentales de la Economía Circular**

- 1. Eliminar los residuos y la contaminación:** permitir que los materiales vuelvan a entrar en la economía al final de su uso.
- 2. Hacer circular los productos y materiales** al máximo valor: mantener los materiales en uso, ya sea como productos completos o materias primas.
- 3. Regenerar la naturaleza:** permitir que la naturaleza reconstruya los suelos y aumente la biodiversidad.

**Cerrar**

### 2.1.4 El modelo de Economía Circular

**El modelo de Economía Circular**

El diagrama muestra un ciclo circular con 8 etapas:

- Materias primas
- Diseño
- Producción, reelaboración
- Distribución
- Consumo, utilización, reparación, renovación
- Recogida
- Reciclado
- Desechos residuales

Economía circular

**¡Haga clic aquí para ver un video sobre Economía Circular!**

**Fuente:** [Comisión Europea](#)

**Volver al menú**

## EMF Video (Capa de diapositivas)

«Explicando la Economía Circular y cómo la sociedad puede repensar el progreso»: un vídeo de la Fundación [Ellen MacArthur](#)

Webobjekt-

Adresse:  
<https://www.youtube.com/embed/zCRKvDyyHml>


Cerrar

Volver al menú

### 2.3.1 ¿Puedo contribuir a la Economía Circular? (1)

## ¿Puedo contribuir a la Economía Circular?

La implementación de la Economía Circular significa que todo nuestro sistema actual debe repensarse y readaptarse para limitar el uso de recursos y reducir nuestros residuos. Por lo tanto, los gobiernos y las empresas tienen un papel importante que desempeñar: nuestro sistema puede cambiar mediante la legislación y un cambio en la forma en que producimos y consumimos.

A photograph showing a large landfill site. The ground is covered in a thick layer of garbage, including plastic bottles, paper, and other debris. A red truck is parked on the right side, and a yellow excavator is visible in the background. The site is surrounded by green trees and a clear sky.



### 2.3.2 ¿Puedo contribuir a la Economía Circular? (2)



**Las personas también tienen un papel importante que desempeñar.** Es necesario reformular los sistemas de pensamiento que actualmente dominan la sociedad para llevar a cabo la transición hacia un modo de consumo más saludable y sostenible. Y esto comienza con la toma de conciencia de los ciudadanos, como usted, y las acciones diarias que puede llevar a cabo en esta dirección.

### 2.3.3 ¿Puedo contribuir a una Economía Circular? (3)



La responsabilidad de construir una Economía Circular recae en cada persona. En una Economía Lineal, los artículos se crean para ser usados y desechados, lo que fomenta la compra de nuevos artículos.

Como resultado, las decisiones de **los consumidores** pueden influir en las decisiones de los productores y en **todo el mercado**. Ya sea que se trate de optar por productos diseñados para **minimizar los residuos o de prolongar la vida útil** de los artículos para aumentar su valor, cada decisión que tome contribuye a un futuro más sostenible.

## 2.3.4 Construir una Economía Circular

**Construir una Economía Circular:  
El poder de las acciones individuales**

¡Haz doble clic en los campos de abajo para descubrir lo que puedes hacer por una Economía Circular!  
Para **restablecer** las tarjetas virtuales, haz clic aquí: [Reiniciar](#)



[Volver al menú](#)

## Construir una Economía Circular (Capa de diapositivas)

**Construir una Economía Circular:  
El poder de las acciones individuales**

¡Haz doble clic en los campos de abajo para descubrir lo que puedes hacer por una Economía Circular!  
Para **restablecer** las tarjetas virtuales, haz clic aquí: [Reiniciar](#)

<p>Eliminar los residuos y la contaminación mediante la compra de productos de segunda mano, el mantenimiento, el intercambio, la reutilización, la reparación, la restauración, la refabricación y, como último recurso, el reciclaje de los productos tanto como sea posible</p>	<p>Haga circular productos y materiales manteniéndolos y reutilizándolos el mayor tiempo posible dentro de sus comunidades o buscando organizaciones que propongan arrendar o compartir servicios</p>	<p>Regenerar la naturaleza priorizando la compra de empresas y marcas que practican la agroecología, la agricultura de conservación y la agrosilvicultura, por ejemplo</p>
--	---	--

[Volver al menú](#)

## 2.2.1 ¿Por qué necesitamos una Economía Circular? (1)

### ¿Por qué necesitamos una Economía Circular?

**Para hacer frente al cambio climático:** la Economía Circular es una herramienta poderosa para reducir las emisiones de gases de efecto invernadero, responsables del calentamiento global.

De hecho, según la Agencia Europea de Medio Ambiente, los procesos industriales y el uso de productos son responsables del 9,10% de las emisiones de gases de efecto invernadero en la UE, mientras que la gestión de residuos representa el 3,32%.

Fuente: <https://www.europarl.europa.eu/news/en/headlines/society/20180301STO98928/greenhouse-gas-emissions-by-country-and-sector-infographic>

#### Emisiones de gases de efecto invernadero por contaminante\*

2019

Contaminante	Porcentaje
Dióxido de carbono (CO <sub>2</sub> )	80%
Metano (CH <sub>4</sub> )	11%
Óxido nítrico (N <sub>2</sub> O)	6%
Hidrofluorocarburos (HFCs)	2%

<0,2% de perfluorocarburos (PFCs), mezcla inespecífica de PFCs y HFCs, hexafluoruro de azufre (SF<sub>6</sub>) y trifluoruro de nitrógeno

El porcentaje no llega al 100% por el redondeo de las cifras

\*Todos los sectores excluyendo el uso de la tierra, el cambio de uso de la tierra y la silvicultura

Fuente: Agencia Europea de Medio Ambiente (AEMA)

## 2.2.2 ¿Por qué necesitamos una Economía Circular? (2)

### ¿Por qué necesitamos una Economía Circular?



**Para minimizar el daño ambiental y la pérdida de biodiversidad:** la reutilización y el reciclaje de productos ralentizarían el uso de los recursos naturales y reducirían la alteración del paisaje y el hábitat.



## 2.2.3 ¿Por qué necesitamos una Economía Circular? (3)

**Para satisfacer las necesidades de nuestra creciente población:** la población mundial está creciendo y los recursos de la tierra son finitos. La Economía Circular es necesaria para **satisfacer las necesidades de todos.**



¡Para aumentar **la competitividad, estimular la innovación, impulsar el crecimiento económico** y **crear puestos de trabajo!**

[Volver al menú](#)

## 2.4.1 Las personas mayores en el contexto de la Economía Circular

### Las personas mayores en el contexto de una Economía Circular



Al igual que todos los ciudadanos, las personas mayores pueden marcar la diferencia y contribuir activamente a hacer que la economía sea circular para las generaciones presentes y futuras. **Las personas mayores tienen más experiencia de vida y es posible que ya hayan aplicado prácticas de Economía Circular en sus vidas**, tal vez incluso sin darse cuenta de que estaban haciendo una contribución ambiental positiva.



## 2.4.2 ¡Tú puedes marcar la diferencia!

### ¡Tú puedes marcar la diferencia!

Al hacer estas contribuciones, **puedes participar activamente en la Economía Circular**, que es una excelente manera de promover las buenas prácticas y aprender sobre otras nuevas que quizás hayamos olvidado o que nunca hayamos oído hablar.



Únase a nosotros en este plan de estudios para embarcarse en su **viaje de empoderamiento** hacia un futuro de **Economía Circular**.

## 2.4.3 Referencias: Introducción a la Economía Circular

### Referencias

- Introducción a la Economía Circular  
Disponible en: <https://ellenmacarthurfoundation.org/topics/circular-economy-introduction/overview>
- Comisión Europea: Economía Circular: Definición, importancia y beneficios (2023)  
Disponible en: <https://www.europarl.europa.eu/news/en/headlines/economy/20151201STO05603/circular-economy-definition-importance-and-benefits>
- Agencia Europea de Medio Ambiente (2019)  
Disponible en: <https://www.europarl.europa.eu/news/en/headlines/society/20180301STO98928/greenhouse-gas-emissions-by-country-and-sector-infographic>

Volver al menú

## 3. Consumo responsable

### 3.1 Consumo responsable (RC) - Menú

### Consumo responsable

Embárcate en un viaje esclarecedor a través de este módulo, diseñado para presentarte el concepto de consumo responsable. Deje que este módulo le sirva de trampolín hacia una sólida comprensión del consumo responsable y lo inspire a explorar más a fondo este importante tema.

Consumo responsable - Introducción

Escenario 1: Consumo responsable (principiante)

Escenario 2: Consumo responsable (intermedio)

[Volver al menú principal](#)

#### 3.1.1 Introducción al Consumo responsable

### Consumo responsable - Introducción

¡Bienvenido a esta unidad sobre consumo responsable! Aquí conocerá las diferentes prácticas que puede aplicar en su vida diaria para consumir de manera más responsable y comprenderá sus beneficios, tanto para el medio ambiente como para usted.



*«El consumo responsable significa que los compradores, ya sea que participen en la economía como entidad pública o privada, o como consumidores ciudadanos, deben elegir teniendo en cuenta los impactos ambientales en todas las etapas del ciclo de vida del producto (tanto para los bienes como para los servicios)» - ADEME (Agencia Francesa para la Transición Ecológica).*

### 3.1.2 Introducción al Consumo Responsable

#### Consumo responsable - Introducción

Para ser un consumidor responsable, puede, por ejemplo:

- Mirar dónde se fabrican los productos cuando los compras
- Comprar de forma local y sostenible
- ¡Consumir menos!

Para ser un consumidor responsable, considere prácticas como comprobar el origen de los productos, apoyar las opciones locales y sostenibles y, simplemente, consumir menos. ¿Te intriga lo que significa «comprar de forma sostenible»? No se preocupe, profundizaremos en este concepto vital y más en el próximo módulo, que le ofrecerá las herramientas para tomar decisiones impactantes en su vida diaria.



### 3.1.3 Consumo responsable: nivel de descripción general

#### Niveles de consumo responsable

Principiante

Intermedio

[Volver al menú de Consumo Responsable](#)

## Consumo responsable – Nivel principiante

### 3.2 Evitar el desperdicio (1)

#### Evitar el desperdicio - ¡Aprende a consumir menos y mejor!

¿Por qué debemos evitar el despilfarro?

La mayoría de los **residuos** generados por nuestro consumo **acaban en vertederos o incineradores** y se **pierden**. Esta es una enorme pérdida de materia prima, que estamos tomando de la tierra y no devolviéndole. Sin embargo, **los recursos de nuestro planeta son finitos**, ¡así que no podemos seguir así para siempre! Los residuos también pueden afectar a nuestros ecosistemas: la mala gestión de los **residuos afecta gravemente a los ecosistemas y a nuestra salud**, ya que aumenta el riesgo de que los animales se lesionen o se maten al interactuar con algunos de nuestros residuos, tanto en los océanos como en tierra. Por lo tanto, es fundamental que tratemos de **reducir nuestros residuos**. Por lo tanto, ¡aquí hay algunos consejos que le ayudarán a limitar su producción de residuos!

### 3.2.1 Evitar el desperdicio (2)

#### Evitar el desperdicio - ¡Aprende a consumir menos y mejor!

El día de la Sobrecapacidad de la Tierra es un ejemplo ilustrativo de cómo nuestros patrones de consumo actuales hacen que el planeta funcione con déficit cada año, liquidando las reservas de recursos y acumulando residuos, principalmente dióxido de carbono en la atmósfera. El día de la Sobrecapacidad de la Tierra es la fecha en que la demanda de recursos y servicios ecológicos de la humanidad en un año determinado supera lo que la Tierra puede regenerar en ese año.

«El día de la Sobrecapacidad de la Tierra de este año se celebró el 2 de agosto» (2023)  
encuentre más información en

<https://www.overshootday.org/>



### 3.2.2 Consumo de alimentos

## Consumo de alimentos

¡Haz doble clicen los campos de abajo para descubrir lo que puedes hacer por una Economía Circular! Para **restablecer** las tarjetas virtuales, haz clic aquí:

**Reiniciar**



The image block contains three photographs. The first shows a perspective view of a well-stocked grocery store aisle with various products on shelves. The second shows a person's hands filling a glass jar from a bulk dispensing station. The third shows four white containers filled with a variety of fresh vegetables and fruits, including broccoli, carrots, and tomatoes.

### Consumo de alimentos (Capa de diapositivas)

## Consumo de alimentos

¡Haz doble clicen los campos de abajo para descubrir lo que puedes hacer por una Economía Circular! Para **restablecer** las tarjetas virtuales, haz clic aquí:

**Reiniciar**

Prepare un plan de comidas para la semana y haga una lista de compras en función de él. De esta manera, puedes asegurarte de tener la cantidad justa de comida y ¡no se desperdiciará nada!

Compra al por mayor en lugar de comprar tus productos por unidad en paquetes de plástico. Muchas tiendas ofrecen ahora esta oportunidad: puedes invertir en bolsas de tela para recoger los alimentos en las tiendas y en tarros para guardarlos en casa.

Cada vez surgen más iniciativas que permiten a las tiendas vender cajas de alimentos que están a punto de perecer o que se tiran a la basura a un precio mucho más bajo. ¡Esta es una forma muy eficaz y económica de evitar el desperdicio de alimentos!

### 3.2.3 Consumo de tela

## Consumo de Ropa

¡Haz doble clicen los campos de abajo para descubrir lo que puedes hacer por una Economía Circular! Para **restablecer** las tarjetas virtuales, haz clic aquí: [Reiniciar](#)



The image contains four photographs: top-left shows a modern white wardrobe with blue and black shirts hanging; top-right shows a clothing store rack with various colorful garments; bottom-left shows three folded sweaters in white, beige, and yellow; bottom-right shows a stack of folded blue jeans.

### Consumo de tela (Capa de diapositivas)

## Consumo de Ropa

¡Haz doble clicen los campos de abajo para descubrir lo que puedes hacer por una Economía Circular! Para **restablecer** las tarjetas virtuales, haz clic aquí: [Reiniciar](#)

Por supuesto, lo primero que puedes hacer para reducir tu consumo de ropa es comprarla solo cuando la necesites. ¡Esto también te permitirá ahorrar dinero!

Priorice la ropa hecha de materiales naturales como cáñamo, lino, algodón, seda, lana, cuero y fibras de celulosa, que generalmente son preferibles a las sintéticas como el poliéster o el nylon. Las fibras naturales son biodegradables y pueden volver a formar abono en el suelo de forma limpia, ¡a diferencia de las fibras sintéticas!

¡Compra de segunda mano! Para ello, puedes buscar en tiendas de segunda mano o informarte sobre iniciativas de reventa de ropa locales o nacionales. ¡Cada vez hay más! Al hacer esto, mantienes la ropa fuera de los vertederos durante más tiempo.

¡Compra ropa que dure mucho tiempo! Puede que sean más caros, pero no tendrás que reemplazarlos con tanta frecuencia, lo que podría ayudarte a ahorrar dinero a largo plazo.

### 3.2.4 Electrodomésticos

## Electrodomésticos

¡Haz doble clic en los campos de abajo para descubrir lo que puedes hacer por una Economía Circular! Para **restablecer** las tarjetas virtuales, haz clic aquí: [Reiniciar](#)



The image contains three square panels. The left panel shows a man in a white t-shirt standing next to a white clothesline in a modern kitchen. The middle panel shows the interior of a second-hand store with various items on display. The right panel shows a close-up of a glowing light bulb hanging from a cord.

### Electrodomésticos (Capa de diapositivas)

## Electrodomésticos

¡Haz doble clic en los campos de abajo para descubrir lo que puedes hacer por una Economía Circular! Para **restablecer** las tarjetas virtuales, haz clic aquí: [Reiniciar](#)

Compre únicamente los electrodomésticos necesarios. Por ejemplo, no invierta en una secadora si tiene espacio en su casa para colgar la ropa para que se seque.

¡Compra de segunda mano!  
El mercado de productos de segunda mano y reacondicionados está creciendo. ¡Esta es una buena manera de ahorrar dinero y, al mismo tiempo, guardar los electrodomésticos del centro de eliminación de residuos!

Compre electrodomésticos que ahorren recursos. Puede que sean más caras, pero a la larga, ¡reducirán significativamente tanto el gasto de energía como las emisiones de gases de efecto invernadero!

### 3.2.5 Todo sobre las etiquetas

#### Todo sobre las etiquetas: comprar de forma más responsable

Mirar **las etiquetas** es **fundamental para elegir los productos correctos a la hora de comprar**. Esto se debe a que pueden **proporcionar información valiosa**, por ejemplo, sobre el **origen** del producto o su **sostenibilidad**, que es clave para implementar prácticas de Economía Circular. Primero, echemos un vistazo a **las etiquetas ecológicas**.

¿Qué son las etiquetas ecológicas?

**Las etiquetas ecológicas son símbolos que** se encuentran en los productos y que **garantizan unos estándares** medioambientales y de salud mínimos. Están destinadas a comunicar cuándo un producto se ha fabricado de una manera que se **considera sostenible desde un punto de vista ambiental, económico y social**. Por lo tanto, las etiquetas ecológicas tienen en cuenta **todo el ciclo de vida del producto**, desde la extracción del **material hasta la fabricación y el transporte**.

### 3.2.6 Etiquetas orgánicas

#### ¿En qué se diferencian las etiquetas ecológicas de las etiquetas o pictogramas ecológicos?

##### Etiquetas orgánicas

Las etiquetas orgánicas se aplican a **los productos que son «biológicos»**, lo que significa que han sido cultivados orgánicamente. Se **diferencia** de un producto etiquetado como **«ecológico»**, lo que significa que su **diseño, concepción, embalaje, distribución y reciclaje** están pensados de forma que se **minimice el impacto ambiental**.

Por lo tanto, **los productos pueden ser biológicos sin ser ecológicos**, y viceversa. Tomemos una patata orgánica, por ejemplo: podría haber sido cultivada orgánicamente, sin usar pesticidas, pero si creció en un país lejano y está envuelta en envases de plástico, no se considerará ecológica. Idealmente, ¡es genial si tiene la posibilidad de elegir una **etiqueta ecológica que tenga estándares biológicos y ecológicos!**



### 3.2.7 Diferencia en las etiquetas

#### ¿En qué se diferencian las etiquetas ecológicas de las etiquetas o pictogramas ecológicos?

¡Cuidado con los pictogramas! Pueden transmitir una imagen falsa de la sostenibilidad de un producto. Si no van acompañados de una etiqueta oficial, los pictogramas están poco o nada controlados y, por lo tanto, cualquiera puede usarlos. Además, su significado exacto es a menudo difícil de determinar. Estos son algunos ejemplos:

Reiniciar



#### Diferencia en las etiquetas (Capa de diapositivas)

#### ¿En qué se diferencian las etiquetas ecológicas de las etiquetas o pictogramas ecológicos?

¡Cuidado con los pictogramas! Pueden transmitir una imagen falsa de la sostenibilidad de un producto. Si no van acompañados de una etiqueta oficial, los pictogramas están poco o nada controlados y, por lo tanto, cualquiera puede usarlos. Además, su significado exacto es a menudo difícil de determinar. Estos son algunos ejemplos:

Reiniciar

**La tira de Möbius** generalmente significa que el producto o el embalaje que lo contiene es reciclable, ¡no que el producto o el embalaje estén hechos de material reciclado! Esta es una característica técnica de los materiales y no presupone que el producto se recicle después de su uso. Sin embargo, el reciclaje efectivo depende de muchos otros factores, como la existencia de un sistema de recogida selectiva, un canal de reciclaje, puntos de venta industriales, etc.

**Logotipos «El Hombre Limpio»**, como este, simplemente pretenden invitar al consumidor a respetar el medio ambiente en sus acciones diarias. Este es el caso del «Hombre Limpio», una simple invitación a tirar el embalaje del producto en una papelera: no tiene relación con las características ecológicas del producto que lo contiene.

### 3.2.8 Confíe en las etiquetas ecológicas (1)

#### ¿Cómo sé que puedo confiar en una etiqueta ecológica?

Para garantizar que una **etiqueta ecológica sea fiable**, son importantes dos aspectos:

- Cumple con una norma **determinada**, un **conjunto de normas** que establecen qué criterios **medioambientales respeta el producto** para merecer esta etiqueta. Es el **cumplimiento de estas normas lo** que permite a una marca tener productos con etiqueta ecológica.
- ¡Tiene una **certificación!** Una buena etiqueta ecológica debe **garantizar que el producto ha sido controlado** e inspeccionado por un organismo **independiente**. La etiqueta **no debe ser autoadministrada** por la marca que la vende.

### 3.2.9 Confíe en las etiquetas ecológicas (2)

#### ¿Cómo sé que puedo confiar en una etiqueta ecológica?

**Cuando vaya de compras** y se encuentre con un producto que aparentemente tiene una etiqueta ecológica, **las siguientes preguntas son importantes:**

- ¿La etiqueta ha sido **inspeccionada por un organismo de control externo independiente?**
- ¿Existen especificaciones **claras y criterios estrictos** para proteger el medio ambiente?
- ¿La etiqueta **cubre todo el ciclo de vida del producto**, desde el diseño hasta el desperdicio?

Por lo general, esta información se puede **encontrar en línea, en la página web de la etiqueta**. ¡No dudes en sacar tu móvil cuando vayas de compras o en hacer una búsqueda rápida en Internet cuando llegues a casa para comprobar esta información!

### 3.2.10 Ejemplos de etiquetas ecológicas

#### Ejemplos de algunas etiquetas ecológicas y orgánicas

En Europa, solo hay una etiqueta voluntaria oficial de la Unión Europea (UE) para la excelencia ambiental: la etiqueta ecológica de la UE. Garantiza que los bienes y servicios cumplan con altos estándares ambientales durante todo su ciclo de vida, y alienta a las empresas a desarrollar productos innovadores que sean duraderos, fáciles de reparar y reciclables.



### Etiquetas austriacas (Capa de diapositivas)

#### Etiquetas austriacas

Etiqueta ecológica austriaca para productos: proporciona información sobre el impacto ambiental de los bienes de consumo durante la producción, el uso y la eliminación.



1 **Klimaaktiv:** sistema de calificación para la sostenibilidad de los edificios, con un enfoque especial en la eficiencia energética, la protección del clima y la eficiencia de los recursos.



**Bio Austria:** representa el cumplimiento de los requisitos del Reglamento Orgánico de la UE y más sobre el bienestar animal, el medio ambiente, el clima y la protección de la biodiversidad.



## Etiquetas francesas (Capa de diapositivas)

**Etiquetas francesas**

**Medio ambiente NF:** emitida por la certificadora AFNOR, esta etiqueta certifica la conformidad de varios productos o servicios con ciertos requisitos específicos de calidad de uso y calidad ecológica.



**Label français agriculture biologique:** creada por el Ministerio de Agricultura. Certifica que un producto contiene al menos el 95% de ingredientes agrícolas orgánicos certificados.




1 2 3 4 5 6


## Etiquetas alemanas (Capa de diapositivas)

**Etiquetas alemanas**

**Blauer Engel:** etiqueta ecológica del Gobierno Federal de Alemania, es una etiqueta independiente y creíble que establece normas estrictas para productos y servicios respetuosos con el medio ambiente.



**El botón verde (Grüner Knopf):** un sello gubernamental para textiles sostenibles. Qué lo hace especial: Es el primer sello que comprueba sistemáticamente si las empresas asumen la responsabilidad de respetar los derechos humanos y las normas medioambientales en sus cadenas de suministro.



1 2 3 4 5 6

## Etiquetas portuguesas (Capa de diapositivas)

1 2 3 4

### Etiquetas portuguesas

El **símbolo del punto verde** indica que el embalaje del producto es reciclable y forma parte de un ciclo nacional de sostenibilidad. Los fabricantes con este símbolo son clientes de Sociedade Ponto Verde y contribuyen financieramente a las iniciativas de reciclaje en curso.



5 6

**Agricultura biológica:** El Modo de Producción Orgánica utiliza técnicas y productos compatibles con una agricultura económicamente viable y la obtención de productos de calidad.



## Etiquetas españolas (Capa de diapositivas)

1 2 3 4 5

### Etiquetas españolas

Certificación Residuo Cero y Desperdicio alimentario cero: reconoce a las organizaciones que valoran las diferentes fracciones de residuos que generan, dentro del alcance definido, evitando que sean desechados en vertederos.




6

Etiquetas medioambientales para coches:






## Conclusión (Capa de diapositivas)



1 2 3 4 5 6

### Conclusión

En conclusión, la etiqueta ecológica y las etiquetas ecológicas existentes en la UE son vitales para promover el consumo sostenible. Las etiquetas ecológicas guían a los consumidores hacia productos ecológicos, lo que alienta a las empresas a reducir su impacto ambiental. Mientras tanto, las etiquetas orgánicas respaldan la agricultura orgánica, mejorando la biodiversidad y el bienestar de los animales. Ambos tipos de etiquetas impulsan la demanda de productos responsables, lo que fomenta un futuro más ecológico y ético.



### 3.2.11 ¡Piensa globalmente, actúa localmente! (1)

## ¡Piensa globalmente, actúa localmente!

Comprar localmente apoya tanto el crecimiento de la comunidad como la sostenibilidad, lo que lo convierte en un paso clave hacia una Economía Circular.

¿Cómo funciona?

- Al **reducir la distancia** entre el sitio de **producción y su plato**, **reduce la cantidad de transportes** necesarios para que su producto llegue a su destino y, por lo tanto, **reduce las emisiones de invernadero emisiones de gases** y contribuye a mejorar nuestra huella de carbono.
- Se necesita una gran cantidad de embalaje para el transporte y la distribución. **¡Comprar localmente significa menos envases** y menos residuos!
- Facilita el **seguimiento de la cadena** de suministro hasta el punto de origen para evaluar las prácticas ecológicas. Es más fácil obtener información sobre cómo se producen **los objetos en tu ciudad, región o país** que cuando están dispersos por todo el mundo.

### 3.2.12 ¡Piensa globalmente, actúa localmente! (2)

#### ¡Piensa globalmente, actúa localmente!

Estos son algunos ejemplos de hábitos que puedes adoptar para consumir más a nivel local:

- Familiarícese con las **frutas y verduras** que **se cultivan en su región** y los **productos que se producen localmente**, así como en **qué época del año** están disponibles.
- **¡Visita un mercado de agricultores!** Son un gran lugar para encontrar productos locales y artesanías de las empresas locales. **Los huertos comunitarios y las cooperativas de alimentos también** son excelentes iniciativas para comprar productos locales frescos.
- Busque productos **locales en las tiendas de alimentación**: cuando vaya de compras, consulte las etiquetas y asegúrese de que los productos provengan de su país o región. Cuanto más cerca de ti, mejor, ya que esto significa **menos transporte**.

**Ten cuidado:** el tipo de producto puede importar más que su origen. Por ejemplo, la carne local puede tener una huella de carbono más alta que los productos vegetales importados.

### 3.2.13 RC: Fuentes para principiantes (1)

#### Fuentes de consumo responsable (1)

- Lessler, F. (2019) ¿Qué es la moda sostenible? (Introducción y 3 pasos para empezar). Disponible en: <https://greendreamer.com/journal/what-is-sustainable-fashion>
- Moore, T. et Lockrey, S. (2018) Compras sostenibles: cómo mantenerse ecológico al comprar electrodomésticos. Disponible en: <https://theconversation.com/sustainable-shopping-how-to-stay-green-when-buying-white-goods-89454>.
- Eliminar los residuos y la contaminación (sin fecha). Disponible en: <https://ellenmacarthurfoundation.org/eliminate-waste-and-pollution>.
- Día del rebasamiento de la tierra. Disponible en: <https://www.overshootday.org/>
- Amélie (2021). Etiquetas ecológicas: adéntrate en esta jungla verde. Disponible en: <https://ecogarantie.eu/eco-labels-find-ones-way-into-this-greenwashing-jungle/>

### 3.2.14 RC: Fuentes para principiantes (2)

#### Fuentes para un consumo responsable (2)

- EU Ecolabel (2022). Disponible en: [https://environment.ec.europa.eu/topics/circular-economy/eu-ecolabel-home\\_en](https://environment.ec.europa.eu/topics/circular-economy/eu-ecolabel-home_en)
- Thompson, A. (sin fecha) Los beneficios ambientales de comprar localmente. Disponible en: <http://www.gogreen.org/blog/the-environmental-benefits-of-buying-locally>
- Charlton, K. et Carrad, A. (2016) 10 consejos para comer localmente y reducir la energía utilizada para producir alimentos. Disponible en: <https://theconversation.com/10-tips-for-eating-locally-and-cutting-the-energy-used-to-produce-your-food-67060>
- Willis, J. (2020) 5 formas de comprar localmente y ahorrar. Disponible en: <https://money.howstuffworks.com/personal-finance/budgeting/5-ways-to-buy-local-and-save.htm>
- Ho, S. (2022) ¿Comprar productos locales es siempre la opción más sostenible? Disponible en: <https://www.greenqueen.com.hk/buying-local-most-sustainable/>

Continuar con el curso intermedio

Volver al Menú de Consumo Responsable

## Consumo responsable – Nivel intermedio

### 3.3 Greenwashing (1)

#### Cómo evitar ser engañado por el Greenwashing

¿Qué es el lavado ecológico (greenwashing)?

*«Comportamientos o actividades que hacen creer a las personas que una empresa está haciendo más para proteger el medio ambiente de lo que realmente hace» - The Cambridge Dictionary*

Básicamente, es cuando una **empresa transmite una impresión falsa o información engañosa sobre cómo sus productos son ecológicos o sostenibles**. Su objetivo es ganarse el favor de los consumidores que están dispuestos a apoyar a las empresas que actúan a favor de la protección de nuestro planeta. Es una excelente **manera de atraer clientes y**, dado que los productos ecológicos suelen tener un valor más alto, **permite a las empresas venderlos a precios más altos en el mercado**.





### 3.3.1 Greenwashing (2)

#### Ejemplos de técnicas de greenwashing

- Una cortina lleva la etiqueta «**50% más de contenido reciclado que antes**». De hecho, el fabricante **aumentó el contenido reciclado del 2% al 3%**. Aunque técnicamente es cierto, el mensaje transmite la falsa impresión de que la cortina contiene una cantidad significativa de fibra reciclada.
- Un paquete **de plástico** que contiene toallas está **etiquetado como «reciclable»**. **No está claro si el paquete o las toallas son reciclables**. En cualquier caso, la etiqueta es engañosa si **alguna parte del paquete o su contenido, que no sean componentes menores, no se puede reciclar**.
- Una bolsa de **basura** está etiquetada como «**reciclable**». Por lo general, las bolsas de basura **no se separan del resto de la basura** en el vertedero o incinerador, por lo que es **muy poco probable que se vuelvan a utilizar para cualquier propósito**. La afirmación es engañosa porque afirma un beneficio ambiental cuando **no existe un beneficio significativo**.

### 3.3.2 Greenwashing (3)

#### Técnicas de greenwashing

¿Cómo se puede detectar el greenwashing y evitarlo?

- **Tenga cuidado con el etiquetado impreciso**: por lo general, los productos y marcas verdaderamente ecológicos lo **anunciarán con información muy específica sobre por qué su producto es ecológico**. Por otro lado, las marcas que utilizan el greenwashing utilizarán términos muy vagos como «**ecológico**» o «**sostenible**», **sin dar ningún detalle** sobre por qué se considera así.
- Consulta la lista de ingredientes o materiales del **producto**. Cuantos menos componentes transformados haya, mejor.
- **Compruebe las etiquetas**: algunas empresas crean las denominadas etiquetas «**ecológicas**» que **no están aprobadas por ninguna autoridad externa**. Descubra **qué etiquetas oficiales dignas de confianza existen en su país**.

### 3.3.3 Obsolescencia programada (1)

#### Todo sobre la obsolescencia programada

¿Qué es la obsolescencia programada?

Es una **estrategia utilizada por algunas empresas para garantizar que la versión actual de un producto quede obsoleta**, es decir, anticuadao inútil, **después de un cierto período de tiempo**.

¿Por qué las empresas podrían recurrir a este tipo de estrategia?

Podemos poner el ejemplo de la **bombilla Centennial**: ubicada en el Departamento de Bomberos de Livermore-Pesanton, en California, lleva **encendida desde 1901 y es la bombilla que más tiempo dura**. La obsolescencia programada se basa en este simple principio de que si un producto, en este caso una bombilla, está diseñado **para durar toda la vida, los fabricantes no tendrán compradores** y la industria quebraría. Por lo tanto, vender **bombillas con una vida útil planificada garantiza que siempre sea necesario comprar nuevas bombillas**, manteniendo una relación viable entre oferta y demanda.

### 3.3.4 Obsolescencia programada (2)

#### Todo sobre la obsolescencia programada

Las empresas pueden implementar una estrategia de este tipo de dos maneras:

- Introducir un producto **nuevo y superior**, haciendo que el **anterior parezca inútil**.
- Diseñar intencionalmente un producto para que **deje de funcionar después de un cierto período de tiempo**.

La obsolescencia programada se utiliza **con frecuencia para dispositivos electrónicos** como ordenadores o teléfonos inteligentes, que **suelen tener una vida útil de 2 o 3 años**. También es **muy común para medias de nylon o coches**, por ejemplo.



### 3.3.5 Obsolescencia programada (3)

#### Todo sobre la obsolescencia programada

Estos son algunos ejemplos de obsolescencia programada:

- **Hacer que los bienes sean irreparables:** algunos **productos electrónicos están diseñados para que no puedan repararse** o que algunas de sus partes no puedan reemplazarse. Por lo tanto, si el producto está defectuoso, **no tiene más remedio que reemplazarlo**.
- **Incompatibilidad:** la tecnología puede avanzar rápido y, a veces, llega un punto en el que ya **no podemos actualizar el software de nuestro dispositivo**, porque **se vuelve incompatible**. Por lo tanto, algunas aplicaciones y programas que requieren la actualización **se vuelven lentos e inestables**.
- **Baterías irremplazables:** muchos equipos electrónicos utilizan baterías que están sujetas a **desgaste y, a veces, el usuario no puede sustituirlas directamente**. Como la **sustitución por un servicio técnico puede resultar costosa**, muchos usuarios se limitan a plantearse la **compra de un nuevo dispositivo**.

### 3.3.6 Obsolescencia programada (4)

#### Todo sobre la obsolescencia programada

Entonces, ¿qué se puede hacer para combatir la obsolescencia programada?

- Acepte que su teléfono inteligente u ordenador puede funcionar un poco más lento, pero manténgalo mientras funcione.
- Intente evitar las marcas conocidas por utilizar la obsolescencia programada como estrategia. En su lugar, recurra a marcas que sean más sostenibles. Por ejemplo, la marca Fairphone ha desarrollado un smartphone fabricado con materiales sostenibles y cuyas piezas se pueden sustituir fácilmente de forma individual, ¡en lugar de tirar el teléfono a la basura cuando no funciona!

### 3.3.7 Residuo Cero (1)

## ¿Y si intentamos convertirnos en residuo cero?

¿Qué es el residuo cero?

*«Cero residuos: La conservación de todos los recursos mediante la producción, el consumo, la reutilización y la recuperación responsables de los productos, empaques y materiales sin que se quemen y sin descargas a la tierra, el agua o el aire que amenacen el medio ambiente o la salud humana». La Alianza Internacional Zero Waste (ZWIA)*



Descargo de responsabilidad: El desperdicio cero es un objetivo, no un cambio de la noche a la mañana. Se trata de reducir los residuos paso a paso siguiendo las 5 R, que detallaremos en la página siguiente como parte de la Economía Circular.

### 3.3.8 Residuo Cero (2)

**Residuo Cero**

## Rechaza (Capa de diapositivas)

<b>Residuo Cero</b>	<input type="checkbox"/> <b>RECHAZA</b>
	«Rechaza» lo que no necesitas: esta regla rodea el concepto de minimalismo. No significa que debas rechazar el confort moderno, ¡sino que debes tratar de reconocer lo superfluo y rechazarlo!
	<input type="checkbox"/> <b>REDUCE</b>
	<input type="checkbox"/> <b>REUTILIZA</b>
	<input type="checkbox"/> <b>RECICLA</b>
<input type="checkbox"/> <b>ROT</b>	

## Reduce (Capa de diapositivas)

<b>Residuo Cero</b>	<input type="checkbox"/> <b>RECHAZA</b>
	<input type="checkbox"/> <b>REDUCE</b>
	«Reduzca» lo que sí necesita: por ejemplo, esto puede significar comprar con un propósito y centrarse únicamente en las compras necesarias. ¡Lo mismo se aplica a la moda o a los dispositivos electrónicos, por ejemplo!
	<input type="checkbox"/> <b>REUTILIZA</b>
	<input type="checkbox"/> <b>RECICLA</b>
<input type="checkbox"/> <b>ROT</b>	



## Reutiliza (Capa de diapositivas)

<b>Residuo Cero</b>	<input type="checkbox"/> RECHAZA
	<input type="checkbox"/> REDUCE
	<input checked="" type="checkbox"/> REUTILIZA
	«Reutilice» mediante el uso de materiales reutilizables: ¡cambie los artículos desechables por reutilizables! Esto podría significar invertir en una botella de agua y cubiertos reutilizables para llevar contigo en lugar de comprar unos desechables. También puedes comprar tarros y bolsas de tela para comprar y almacenar productos a granel, en lugar de comprarlos envueltos en productos de plástico. Básicamente, todos los productos existen en formato lavable en lugar de desechable, ¡y vienen en muchos diseños bonitos diferentes!
	<input type="checkbox"/> RECICLA
<input type="checkbox"/> ROT	

## Recicla (Capa de diapositivas)

<b>Residuo Cero</b>	<input type="checkbox"/> RECHAZA
	<input type="checkbox"/> REDUCE
	<input type="checkbox"/> REUTILIZA
	<input checked="" type="checkbox"/> RECICLA
	«Recicla» lo que no puedas rechazar, reducir o reutilizar: al contrario de lo que se pueda pensar, las infraestructuras de reciclaje son bastante limitadas. No siempre pueden seguir el ritmo de las enormes cantidades de materiales reciclables que se desechan y, por lo tanto, algunos de estos materiales se depositan en vertederos o se incineran. Por eso, el reciclaje solo es una solución en caso de que las tres primeras no sean posibles.
<input type="checkbox"/> ROT	



## Rot (Capa de diapositivas)

<b>Residuo Cero</b>	<input type="checkbox"/> RECHAZA
	<input type="checkbox"/> REDUCE
	<input type="checkbox"/> REUTILIZA
	<input type="checkbox"/> RECICLA
	<input checked="" type="checkbox"/> <b>ROT</b>


¡Composten sus residuos orgánicos! Consulte con su municipio sobre programas de compostaje. Si tiene un espacio al aire libre, puede optar por un abono tradicional para jardín. Para quienes prefieran opciones en interiores, el vermicompostaje utilizando lombrices es efectivo, y si no les agrada la idea de lombrices, el sistema Bokashi basado en fermentación bacteriana es una excelente alternativa.

### 3.3.9 Consumo colaborativo (1)

## ¡Hablemos de consumo colaborativo!

La economía de cooperación, también llamada economía colaborativa, economía entre iguales o consumo colaborativo, existe desde hace siglos. Llama a la puerta de tu vecino si necesitas que te preste su cortadora de césped o lvees a tu colega de camino a casa desde el trabajo.

Estos ejemplos son infinitos, pero esto ofrece un nuevo modelo de negocio a los consumidores que ahora están acostumbrados a ser propietarios y a comprar.



### 3.3.10 Consumo colaborativo (2)

## Consumo colaborativo

La economía **colaborativa** se basa en **compartir los recursos humanos y físicos**, como la creación, la producción, la distribución, el comercio y el consumo de bienes y servicios. Gracias a las plataformas de Internet y a las aplicaciones de información y comunicación, **más personas pueden alquilar, compartir, intercambiar, intercambiar o vender el acceso a productos o servicios sin ninguna limitación** a nuestro círculo de amigos, familiares o incluso desconocidos en nuestra ubicación geográfica. Estos **esfuerzos** pueden ser una excelente manera de:

- **Consumir menos:** ¡no es necesario comprar si puedes pedir prestado!
- **Para reducir el desperdicio:** si 5 familias deciden comprar y compartir 1 bomba de bicicleta, ¡son 4 bombas de bicicleta menos las que acabarán en la papelera!
- **¡Para crear comunidades** y acercar a las personas!



### 3.3.11 Consumo colaborativo (3)

## Consumo colaborativo

En términos prácticos, estas son algunas de las acciones que se pueden tomar para contribuir a la economía colaborativa:

- Uso compartido y compartido de vehículos
- Préstamos y créditos
- Compartir con la comunidad

## Uso compartido y y compartido de vehículos (Capa de diapositivas)

**Consumo colaborativo**

En términos prácticos, estas son algunas de las acciones que se pueden tomar para contribuir a la economía colaborativa:

- Uso compartido y compartido de vehículos
- Préstamos y créditos
- Compartir con la comunidad

Si está pensando en comprar un automóvil, intente pensar en otras opciones que pueda implementar y que puedan responder a sus necesidades de transporte. Por ejemplo, compartir el coche con un vecino, amigo o colega. También puede considerar las aplicaciones para compartir vehículos, que le permiten alquilar un automóvil por un período de tiempo limitado, por ejemplo, para ir de compras o cuando necesite transportar algo.

## Préstamos y créditos (Capa de diapositivas)

**Consumo colaborativo**

En términos prácticos, estas son algunas de las acciones que se pueden tomar para contribuir a la economía colaborativa:

- Uso compartido y compartido de vehículos
- Préstamos y créditos
- Compartir con la comunidad

Su vecino no tiene un recortadora de setos y lo necesita de vez en cuando. Tienes una recortadora de setos, pero te interesaría utilizar el portaequipajes de tu vecino cuando te vayas de vacaciones de vez en cuando. Haga un arreglo con su vecino: ambos tienen objetos que el otro necesita pero no tiene. En lugar de que ambos los compren nuevos, ¡acuerden prestarse y tomarse prestados estos artículos cuando los necesiten!

## Compartir con la comunidad (Capa de diapositivas)

### Consumo colaborativo

En términos prácticos, estas son algunas de las acciones que se pueden tomar para contribuir a la economía colaborativa:

- Uso compartido y compartido de vehículos
- Préstamos y créditos
- Compartir con la comunidad

En el caso de artículos de uso ocasional, como una cortadora de césped, una batidora, o artículos más específicos, como moldes estriados o un agente impermeabilizante, considere la posibilidad de juntar recursos con los vecinos o la familia para comprar colectivamente en lugar de desperdiciar dinero y recursos preciosos comprando estos objetos individualmente.

Lo más probable es que también lo necesiten de vez en cuando, pero no es necesario un uso diario, ¡lo que facilita que dicho objeto circule y se comparta entre los participantes involucrados!

### 3.3.12 RC: Fuentes intermedias (1)

### Fuentes de consumo responsable (1)

- Diccionario Cambridge (2023). «Definición de greenwashing: 1. Comportamiento o actividades que hacen creer a las personas que una empresa está haciendo más para proteger el...» Disponible en: <https://dictionary.cambridge.org/fr/dictionnaire/anglais/greenwashing>.
- Hayes, A. (2022). ¿Qué es el greenwashing? Cómo funciona, ejemplos y estadísticas. Disponible en: <https://www.investopedia.com/terms/g/greenwashing.asp>.
- La obsolescencia programada y sus consecuencias sobre el medio ambiente (2021). Disponible en: <https://www.iberdrola.com/sustainability/planned-obsolescence>.
- ¿Qué es la obsolescencia programada? Algunos ejemplos y tipos (2023). Disponible en: <https://www.repsol.com/en/energy-and-the-future/technology-and-innovation/planned-obsolescence/index.cshhtml>.



### 3.3.13 Consumo Responsable: Fuentes intermedias (2)

## Fuentes para un consumo responsable (2)

- ¿Qué es Residuo Cero? Una guía para la recuperación y conservación de recursos (2020). Disponible en: <https://www.zerowaste.com/blog/what-is-zero-waste-a-guide-to-resource-recovery-and-conservation/>.
- Martucci, B. (2022) Qué es la economía colaborativa: ejemplos de empresas, definición, ventajas y desventajas. Disponible en: <https://www.moneycrashers.com/sharing-economy/>.
- ¿Qué es la economía colaborativa? (2021). Disponible en: <https://www.thebalancemoney.com/what-is-the-sharing-economy-5188892>.

Volver al menú de Consumo Responsable

## 3.4 Escenario para principiantes: Consumo responsable

### 3.4.1 Escenario: Principiante

## Escenario 1: Principiante: Consumo responsable

En este escenario, tu amigo te visitará durante el fin de semana y tú vas de compras con él. El escenario tiene lugar primero en casa y luego en el supermercado.

Puede elegir entre respuestas correctas e incorrectas. Las respuestas correctas conducen a más diálogo o comentarios, mientras que las respuestas incorrectas hacen que el usuario vuelva a intentarlo.

Los elementos clave del escenario incluyen comprender el escenario, aplicar el conocimiento y reflexionar sobre los comentarios para mejorar.

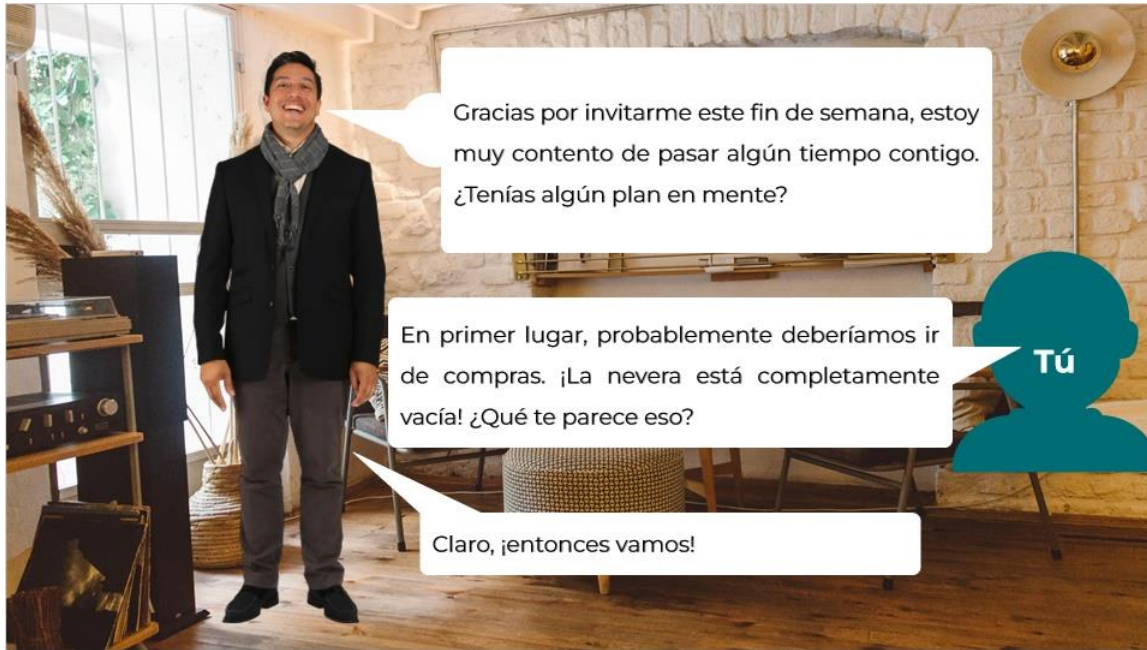
Denis: ¡Hola!  
¡Gracias por invitarme!

¿Estás listo?

Volver al menú



### 3.4.2 Escenario: Principiante



### 3.4.3 Escenario: Principiante: Pregunta 1

*(Eine wählen, 10 Punkte, 2 Versuche erlaubt)*

#### Antes de ir de compras...

Seleccione uno de los siguientes diamantes con cuidado, ya que hay una opción correcta, una moderada y una incorrecta.



- ¡Sí, vamos!
- Espera un minuto, necesito llevar mis bolsas de tela para que podamos guardar nuestros productos en ellas.
- Sentémonos primero y hagamos un plan de comidas para la semana. ¿Qué quieres comer? Luego podemos coger mis bolsas de tela y ya podemos irnos.

### 3.4.4 Escenario: Principiante




### 3.4.5 Escenario: Principiante: Pregunta 2

*(Eine wählen, 10 Punkte, 2 Versuche erlaubt)*

#### Dónde comprar alimentos...

Seleccione uno de los siguientes diamantes con cuidado, ya que hay una opción correcta, una moderada y una incorrecta.



- ◆ En primer lugar, vamos a recoger la cesta sorpresa de alimentos sin vender que pedí por Internet. Luego, ¡podemos ir al mercado de granjeros antes de terminar en el supermercado local que está justo al lado!
- ◆ ¡El supermercado! De esta forma, podemos tener todo de una vez.
- ◆ Pensé que podríamos probar la nueva tienda orgánica que está a solo unos minutos de aquí.

### 3.4.6 Escenario: Principiante



### 3.4.7 Escenario: Principiante: Pregunta 3

(Eine wählen, 10 Punkte, 2 Versuche erlaubt)

**Opciones**

1 ¿Qué tal unas **berenjenas**?

2 ¡Vamos a por **brócoli**!



### 3.4.8 Escenario: Principiante



### 3.4.9 Escenario: Principiante: Pregunta 4

(Eine wählen, 10 Punkte, 2 Versuche erlaubt)

**Opciones**

- 1 Un jabón con latira de Mobius.
- 2 Una caja de jabón a granel (sin envoltorio de plástico) con laetiqueta ecológica de la UE
- 3 Un jabón con una pegatina que dice «ecológico»

### 3.4.10 Escenario: Principiante



### 3.4.11 Escenario: Principiante: Pregunta 5

*(Elija más de uno, 10 puntos, 1 intento permitido)*

## ¿Por qué te importa el consumo responsable?

Seleccione uno de los siguientes diamantes con cuidado, ya que hay una opción correcta, una moderada y una incorrecta.

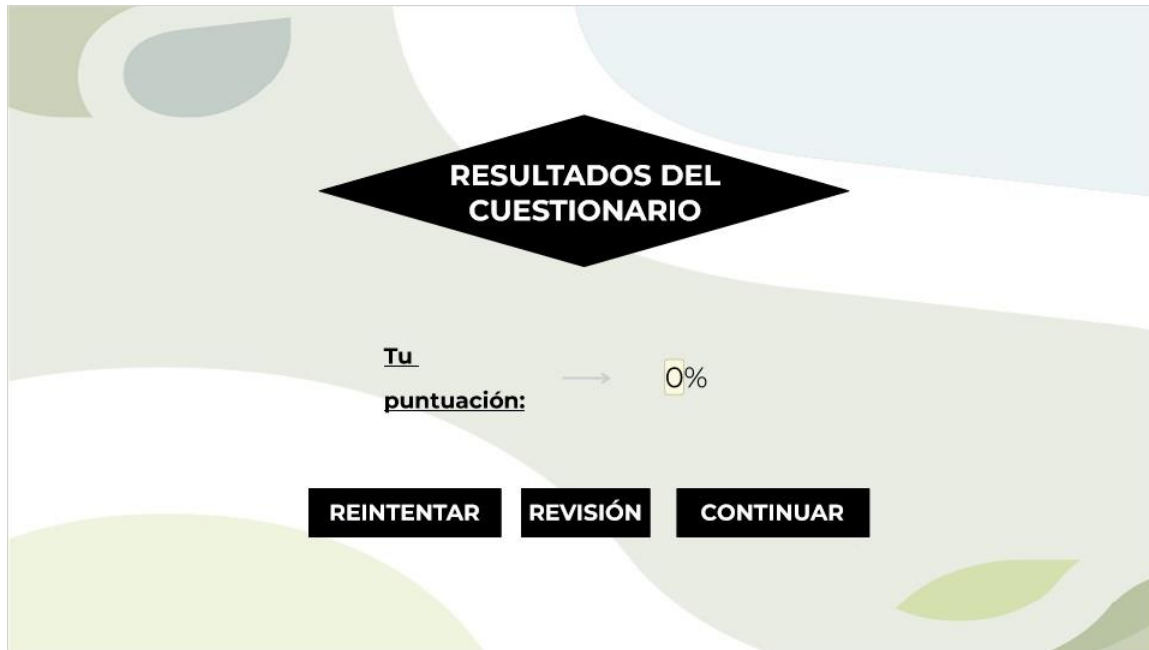


- ¡Para preservar los recursos de nuestro planeta! Al hacer todo este esfuerzo, contribuyo a reducir la cantidad de materia prima que extraemos de la Tierra y no devolvemos. Dado que los recursos de nuestro planeta son finitos, es un paso necesario.
- ¡Para proteger nuestros ecosistemas! Los residuos a veces no se gestionan bien y pueden desecharse o perderse en la naturaleza. Esto aumenta considerablemente el riesgo de que los animales se lesionen o se maten y puede alterar el equilibrio de la naturaleza.
- ¡Para reducir las emisiones de gases de efecto invernadero! Al comprar localmente, por ejemplo, estoy reduciendo la cantidad de transporte necesaria para llevar los productos desde su lugar de producción hasta mi casa.



### 3.4.12 Escenario: principiante (resultados del cuestionario)

(Resultado deslizamiento, 0 puntos, 1 intento permitido)

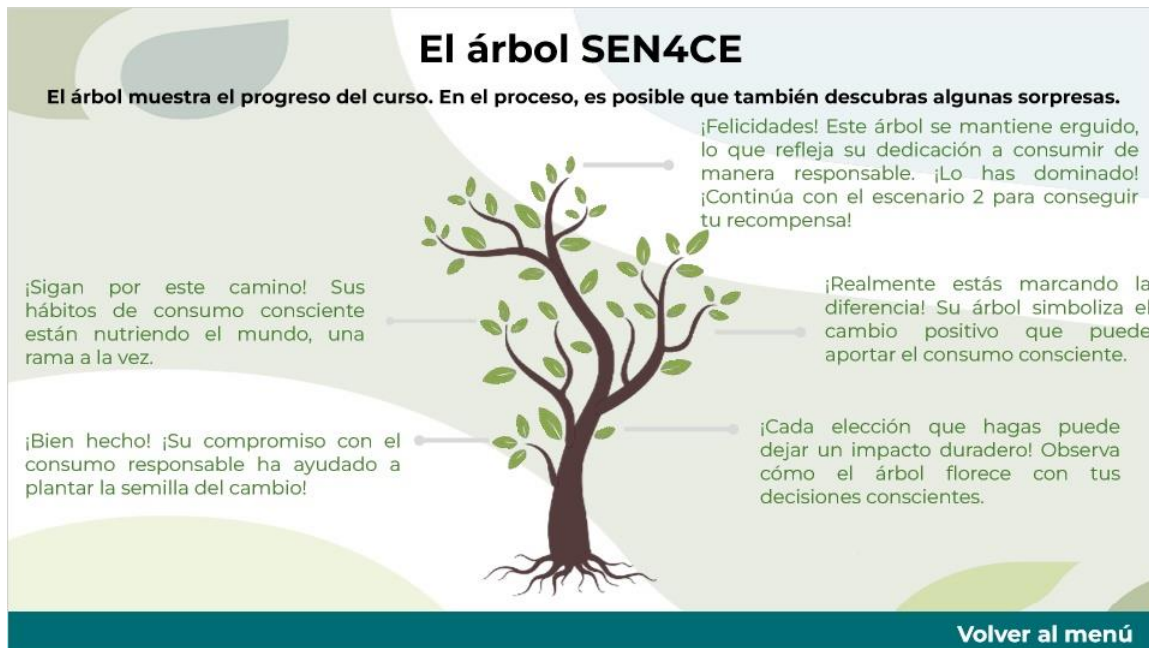


**RESULTADOS DEL CUESTIONARIO**

Tu puntuación: → 0%

**REINTENTAR** **REVISIÓN** **CONTINUAR**

### 3.4.13 Escenario: principiante (árbol SEN4CE)



**El árbol SEN4CE**

El árbol muestra el progreso del curso. En el proceso, es posible que también descubras algunas sorpresas.

¡Felicidades! Este árbol se mantiene erguido, lo que refleja su dedicación a consumir de manera responsable. ¡Lo has dominado! ¡Continúa con el escenario 2 para conseguir tu recompensa!

¡Siguen por este camino! Sus hábitos de consumo consciente están nutriendo el mundo, una rama a la vez.

¡Realmente estás marcando la diferencia! Su árbol simboliza el cambio positivo que puede aportar el consumo consciente.

¡Bien hecho! ¡Su compromiso con el consumo responsable ha ayudado a plantar la semilla del cambio!

¡Cada elección que hagas puede dejar un impacto duradero! Observa cómo el árbol florece con tus decisiones conscientes.

**Volver al menú**

## 3.5 Escenario intermedio: Consumo responsable

### 3.5.1 Escenario: Intermedio

### Escenario 2: Intermedio: Consumo responsable

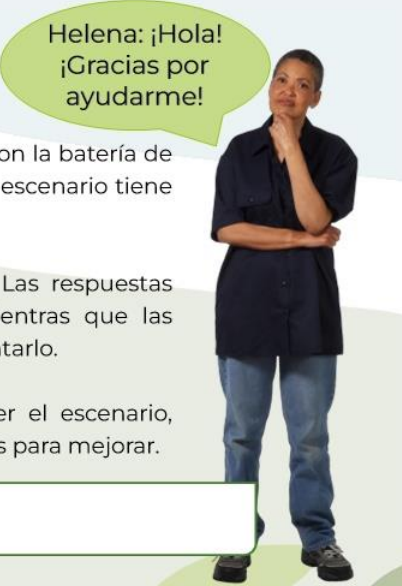
En este escenario, tu vecina acude a ti por un problema con la batería de su teléfono y tú acabas interactuando en tus prácticas. El escenario tiene lugar primero en tu casa y luego en la tienda.

Puede elegir entre respuestas correctas e incorrectas. Las respuestas correctas conducen a más diálogo o comentarios, mientras que las respuestas incorrectas hacen que el usuario vuelva a intentarlo.

Los elementos clave del escenario incluyen comprender el escenario, aplicar el conocimiento y reflexionar sobre los comentarios para mejorar.

¿Estás listo?

[Volver al menú](#)



### 3.5.2 Escenario: Intermedio




### 3.5.3 Escenario: Intermedio: Pregunta 1

(Elija uno, 10 puntos, 1 intento permitido)

## Cambiar la batería de un teléfono...

Seleccione uno de los siguientes diamantes con cuidado, ya que hay una opción correcta, una moderada y una incorrecta.



- ◇ ¡Hola Helena! Creo que tienes varias opciones: puedes ir a un taller de reparación e intentar que te cambien la batería, pero puede que sea un poco caro. De lo contrario, puedes comprar una batería externa, que podrías usar para cargar tu teléfono (y cualquier otro dispositivo) durante todo el día, ¡incluso cuando estés fuera!
- ◇ ¡Hola Helena! Parece que tu teléfono se está apagando. Lamentablemente, no hay mucho que puedas hacer. Si yo fuera tú, simplemente saldría y compraría un teléfono nuevo, es la solución más fácil.
- ◇ ¡Hola Helena! Este es un problema grave con la mayoría de los teléfonos inteligentes: a menudo es muy complicado repararlos usted mismo, pero es factible con algunos tutoriales de YouTube. Si yo fuera tú, tiraré este y compraré uno reacondicionado o de segunda mano.

### 3.5.4 Escenario: Intermedio



¡Gracias por tu consejo! Creo que voy a ir a un taller de reparación para ver si puedo cambiar la batería. ¿Sabes qué debo hacer con la batería vieja?



### 3.5.5 Escenario: Intermedio: Pregunta 2

(Elija uno, 10 puntos, 1 intento permitido)

**Qué hacer con la batería...**

Seleccione uno de los siguientes diamantes con cuidado, ya que hay una opción correcta, una moderada y una incorrecta.



- Debe llevarlo a un centro especial que recicle baterías y otros residuos peligrosos. ¡Hay uno no muy lejos de aquí!
- Puedes tirarlo a la basura, ¡nos encargaremos de ello!
- Yo recomendaría donar la batería a una organización que la reacondicionará para volver a venderla. ¡De esta forma, puedes darle una segunda vida a tu batería!

### 3.5.6 Escenario: Intermedio




¡Genial, gracias! Bueno, entonces te dejaré con eso. Tengo que hacer algunos recados. He estado postergando la compra de una máquina de coser durante los últimos meses y por fin lo estoy haciendo. ¡Tengo varios pares de vaqueros para ellos!»

### 3.5.7 Escenario: Intermedio: Pregunta 3

(Elija uno, 10 puntos, 1 intento permitido)

## Qué hacer con la reparación de la ropa...

Seleccione uno de los siguientes diamantes con cuidado, ya que hay una opción correcta, una moderada y una incorrecta.



- ◇ Bueno, ¡fue un placer verte! De hecho, quería comprarme uno para coser algunos agujeros en mi ropa. ¡Me dirás cuál eliges y si lo recomiendas!
- ◇ Ey, ¿sabes qué? De hecho, quería comprar uno para mí, pero sé que no lo usaré tan a menudo, así que estaba indeciso. ¿Te interesaría comprarlo juntos y compartirlo? Si es así, con gusto te acompañaría y ¡podríamos compartir el coche!
- ◇ Ey, ¿sabes qué? De hecho, quería comprar uno para mí, pero sé que no lo usaré tan a menudo, así que estaba indeciso. ¿Te interesaría comprarlo juntos y compartirlo? Si es así, te dejaré coger tu coche mientras yo voy a por el mío, ¡y podríamos vernos en la tienda!

### 3.5.8 Escenario: Intermedio



¡Gracias por todos tus buenos consejos!  
¿También necesitas paños de cocina? Hay una promoción en las que hemos seleccionado: ¡una comprada y la segunda con un 50% de descuento!»




### 3.5.9 Escenario: Intermedio: Pregunta 4

(Elija uno, 10 puntos, 1 intento permitido)

## Cuando hay una oferta especial...

Seleccione uno de los siguientes diamantes con cuidado, ya que hay una opción correcta, una moderada y una incorrecta.



- De hecho, estoy bien. Ya tengo suficiente en casa.
- ¡Claro! Todavía tengo algunos en casa, ¡pero no puedo negarme a semejante oferta!
- De hecho, estoy bien, pero he visto otra promoción de paquetes de cuadernos por allí que me gustaría ver. ¡Nunca se sabe cuándo se puede necesitar uno!

### 3.5.10 Escenario: Intermedio



Bueno, muchas gracias por acompañarme en todos estos recados. ¡Definitivamente aprendí mucho sobre cómo adoptar una forma de consumo más sostenible!

¡Por supuesto! Y pasaré la semana que viene a recoger la máquina de coser. ¡Adiós, Helena!

Tú

### 3.5.11 Escenario: Intermedio



### 3.5.12 Escenario: Intermedio: Pregunta 5

(Elija uno, 10 puntos, 1 intento permitido)

**Opciones**

- 1 Paños de cocina con embalaje **ecológico** y la mención «sostenible».
- 2 Paños de cocina con la siguiente etiqueta: **Etiqueta ecológica de la UE, 100% algodón orgánico, embalaje fabricado con un 80% de material reciclado.**
- 3 Paños de cocina **sin etiqueta específica.**

### 3.5.13 Escenario: Intermedio (resultados del cuestionario)

(Resultado deslizamiento, 0 puntos, 1 intento permitido)



**RESULTADOS DEL CUESTIONARIO**

Tu puntuación: → 0%

**REINTENTAR** **REVISIÓN** **CONTINUAR**

### 3.5.14 Escenario: Intermedio (árbol SEN4CE)



**El árbol SEN4CE**

El árbol muestra el progreso del curso. En el proceso, es posible que también descubras algunas sorpresas.

¡Un aplauso! El imponente árbol refleja tu comprensión integral del consumo consciente.

¡Tu maestría es inigualable! Este árbol prospera y simboliza la profundidad de sus conocimientos sobre el consumo responsable. ¡Continúa, una sorpresa te espera!

Su comprensión evolutiva está floreciendo, al igual que este árbol. ¡Sigán avanzando!

Su compromiso es evidente. A medida que refinas tus hábitos de consumo, el árbol se erige aún más alto.

¡Excelente comienzo! Profundizar en sus conocimientos sobre el consumo responsable nutre esta nueva semilla.

**¡Toca aquí!**

**Volver al menú**

## Organic (Capa de diapositivas)

[Kurzgesagt](#) ofrece hermosos videos animados sobre temas complejos, por lo que es perfecto para nuestro curso de Economía Circular para dilucidar los desafíos ambientales y de sostenibilidad.

Webobjekt-  
Adresse:  
<https://www.youtube.com/embed/8PmM6SUn7Es>

Cerrar

## 4. Vida útil del producto

### 4.1 Menú Vida útil del producto

### Vida útil del producto

A medida que avanzamos hacia un futuro más sostenible, es absolutamente crucial comprender el ciclo de vida de los productos dentro de una Economía Circular. Este módulo lo lleva a un viaje revelador para explorar precisamente eso: cómo extender la vida útil de los productos contribuye a una Economía Circular y más sostenible. ¡Esperamos aprender y crecer contigo!

Vida útil del producto: Introducción

Escenario 1: Vida útil del producto (Principiante)

Escenario 2: Vida útil del producto (Intermedio)

Volver al menú



## 4.1.1 Introducción al la vida útil del producto

### Introducción: Vida útil del producto

¡Bienvenido a esta unidad durante la vida útil del producto! En este capítulo, conocerá las diferentes prácticas que puede aplicar en su vida diaria para evitar la generación de residuos al prolongar la vida útil del producto y clasificarlo adecuadamente para transformarlos eventualmente en nuevos productos.

Uno de los mayores desafíos de la Economía Circular es la prevención de residuos. La prevención de residuos se garantiza mediante un diseño eficaz y una producción y un consumo adecuados de los bienes. Para romper con el sistema de tomar, fabricar y desechar, la mayoría de los cambios deberían realizarse en la etapa de diseño, pero una vez que los productos hayan entrado en el mercado, se puede hacer mucho para mantener, compartir, reutilizar, reparar, restaurar, refabricar y, como último recurso, reciclar los materiales usados.



Fuente: [Greenpeace.org](https://www.greenpeace.org)

## 4.1.2 Introducción a la vida útil del producto

### Introducción: vida útil del producto

Esta unidad le ayudará a aprender:

- Cómo y dónde regalar tus objetos para darles una segunda vida e incluso ganar un poco de dinero
- Cómo reutilizar o reutilizar algunos de tus artículos viejos, por ejemplo, camisetas viejas, tarros de vidrio o plástico bolsas, etc.
- Cómo prolongar la vida útil de tu ropa, alimentos y electrodomésticos
- Cómo clasificar los residuos correctamente para permitir la restauración de sus productos
- Cómo reparar o reutilizar algunos de tus artículos gracias al bricolaje
- Qué son las cadenas y sistemas de recogida de residuos



### 4.1.3 PL - Nivel general

## Niveles de duración del producto

Principiante

Intermedio

[Volver al menú Vida útil del producto](#)

## Vida útil del producto – Nivel principiante

### 4.2 ¡Compártelo para evitar el desperdicio! (1)

## ¡Compártelo para evitar el desperdicio!

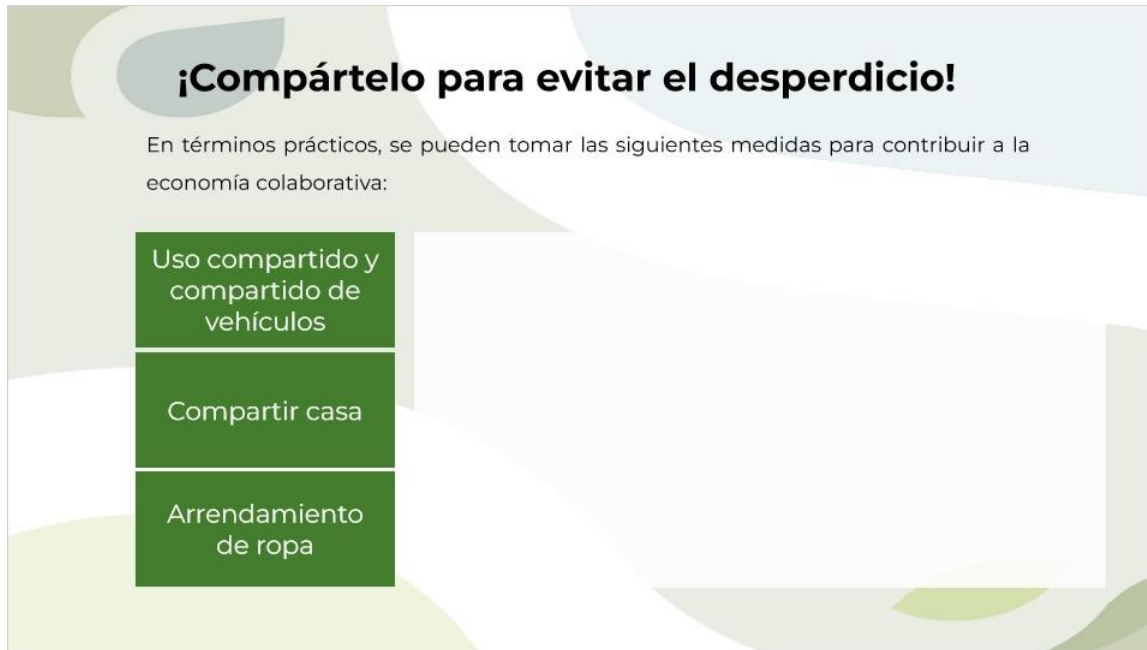
La economía **colaborativa** se basa en **compartir los recursos humanos y físicos**, como **la creación, la producción, la distribución, el comercio y el consumo de bienes y servicios**. Gracias a las plataformas de Internet y a las aplicaciones de información y comunicación, más personas pueden **alquilar, compartir, intercambiar, intercambiar o vender el acceso a productos o servicios** sin ninguna limitación a nuestro círculo de amigos o ubicación geográfica. Estos esfuerzos **evitan la generación de residuos**, ya que **menos personas poseen y compran artículos y**, por lo tanto, acercan a nuestra **sociedad a la Economía Circular**.



designed by freepik

Imagen extraída de: Freepik.com

## 4.2.1 ¡Compártelo para evitar el desperdicio! (2)

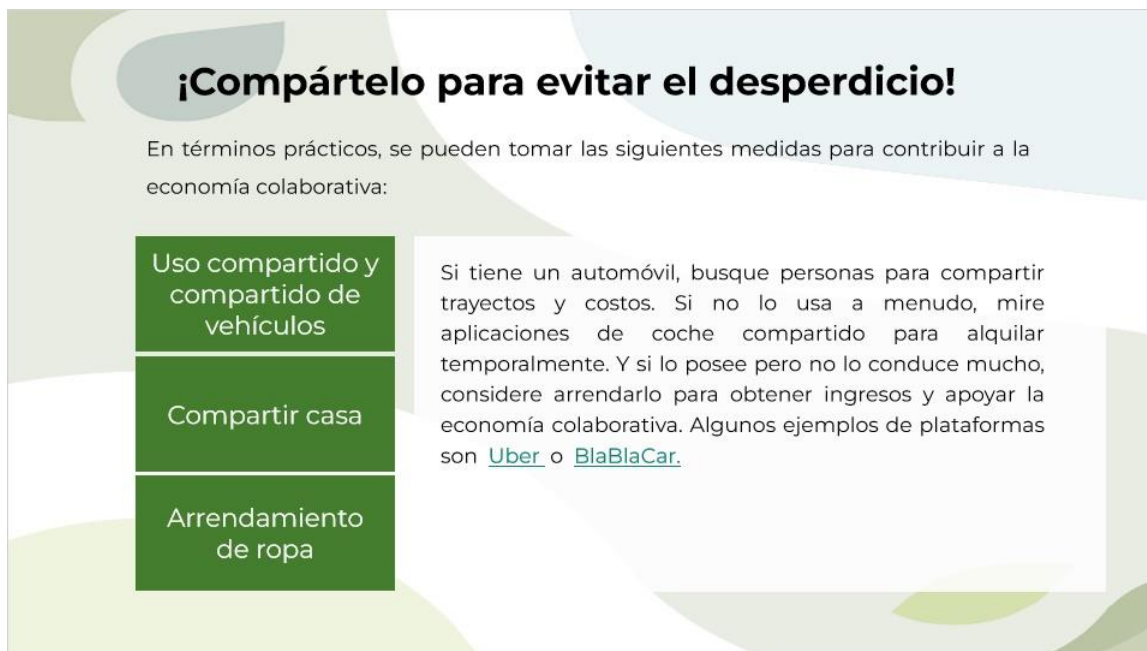


**¡Compártelo para evitar el desperdicio!**

En términos prácticos, se pueden tomar las siguientes medidas para contribuir a la economía colaborativa:

- Uso compartido y compartido de vehículos
- Compartir casa
- Arrendamiento de ropa

### Uso compartido y compartido de vehículos (Capa de diapositivas)



**¡Compártelo para evitar el desperdicio!**

En términos prácticos, se pueden tomar las siguientes medidas para contribuir a la economía colaborativa:

- Uso compartido y compartido de vehículos
- Compartir casa
- Arrendamiento de ropa

Si tiene un automóvil, busque personas para compartir trayectos y costos. Si no lo usa a menudo, mire aplicaciones de coche compartido para alquilar temporalmente. Y si lo posee pero no lo conduce mucho, considere arrendarlo para obtener ingresos y apoyar la economía colaborativa. Algunos ejemplos de plataformas son [Uber](#) o [BlaBlaCar](#).

## Compartir casa (Capa de diapositivas)

**¡Compártelo para evitar el desperdicio!**

En términos prácticos, se pueden tomar las siguientes medidas para contribuir a la economía colaborativa:

- Uso compartido y compartido de vehículos
- Compartir casa
- Arrendamiento de ropa

Su casa/apartamento también es un activo que se puede compartir, alquilar o arrendar fácilmente. Aunque puede haber un apego emocional particular, plataformas como [Couchsurfing](#) o [Homeexchange](#) minimizan los riesgos y hacen que esta experiencia sea lo más sencilla posible.

## Arrendamiento de ropa (Capa de diapositivas)

**¡Compártelo para evitar el desperdicio!**

En términos prácticos, se pueden tomar las siguientes medidas para contribuir a la economía colaborativa:

- Uso compartido y compartido de vehículos
- Compartir casa
- Arrendamiento de ropa

¿Alguna vez has comprado algo para una ocasión especial sin volver a ponértelo? Ya sea para ganar algo de dinero, ganar espacio o evitar desperdicios adicionales, echa un vistazo a las plataformas de arrendamiento de ropa que simplifican y agrupan esa ropa; por ejemplo, [Vinted](#).

## 4.2.2 Donaciones de material (1)



## 4.2.3 Donaciones de material (2)

**Donaciones de material**

Estas son algunas otras **ideas de iniciativas disponibles en la mayoría de los países europeos** que puede considerar para **regalar algunos de sus artículos** :

- **Recipientes metálicos** para dejar ropa, zapatos o ropa de cama (lea atentamente las instrucciones escritas en ellos);
- **Eventos de permuta o mercadillos que tienen lugar a nivel local y** que valoran especialmente algunos artículos que se han poseído durante mucho tiempo, como libros antiguos, postales, cuadros, vajilla de cerámica, etc.);
- **Intercambios de familiares y amigos.** Compartir algunos artículos con su familia o círculo de amigos añade un valor adicional a sus productos, crea un patrimonio personal y ayuda a evitar la compra de artículos nuevos que no tienen ese historial;
- **Plataformas en línea** donde puede donar o regalar algunos de sus artículos, por ejemplo, muebles, ropa, electrodomésticos, juguetes;
- **Las iglesias y otras instituciones (religiosas)** recolectan algunos artículos y los distribuyen dentro de su comunidad.



## 4.2.4 Estrategias de reutilización y reutilización

### Reutilice y reutilice los productos para evitar el desperdicio

Si bien el reciclaje consume bastante energía, la reutilización o la reutilización no requieren más que creatividad y buena voluntad para encontrar otra forma de dar una segunda vida a tus artículos. Por lo tanto, en lugar de alimentar continuamente el flujo de residuos, mire a su alrededor y piense en cómo podría reutilizar o reutilizar algunos de los artículos que han perdido su valor inicial.

A continuación, te inspirarás sobre cómo puedes reutilizar o reutilizar algunos de tus artículos antiguos: No olvides compartir tus resultados con otras personas, ya sea en las redes sociales o mientras hablas, para inspirarlas a realizar actividades de bricolaje (Do Your Self- Hazlo tu mismo) sostenibles, divertidas e interesantes.

1 2 3 4 5 6

## Frascos de vidrio viejos (Capa de diapositivas)

### Frascos de vidrio viejos

Los frascos de vidrio pueden utilizarse como recipientes para cereales, joyas o especias, jarrones, velas, tazas, vasijas de fermentación, coctelera para aderezos o cosméticos de bricolaje, kit de costura o soporte para botones;

1



2 3 4 5 6

# Textil antiguo (Capa de diapositivas)

**Textil antiguo**

Las **camisetas viejas** pueden convertirse en trapos, plumeros, toallitas faciales, juguetes para tus mascotas, fundas de cuencos e incluso en una bolsa de mano si les das un poco de creatividad;

1 2



3 4 5 6

# Papel (Capa de diapositivas)

**Papel**

Los **periódicos viejos se** pueden usar para empacar, limpiar ventanas o cualquier otro vidrio, forrar jaulas o contenedores para mascotas;

1 2 3



4 5 6

## Plástico (Capa de diapositivas)

1 2 3 4

### Plástico

Las bolsas de plástico se pueden usar para forrar contenedores, guardar la ropa sucia o mojada, guardar los zapatos en las maletas y comprar frutas y verduras en las tiendas.



5 6

## Orgánicos (Capa de diapositivas)

1 2 3 4 5

### Orgánicos

Los posos de café son maravillosos para reutilizarlos en el jardín, con fines cosméticos o para la limpieza diaria. Por ejemplo, mezclando los posos de café con agua muy caliente podemos hacer que el agua se escurra mejor en el fregadero, y frotándolos podemos desodorizar nuestras manos y otras superficies como la nevera.



6

## Artículos para el hogar (Capa de diapositivas)



### Artículos para el hogar

**Reutilización de cepillos de dientes:** Los cepillos de dientes son depuradores ideales para lugares de difícil acceso. Me permiten limpiar dentro y alrededor de los accesorios del lavabo y las bisagras del asiento del inodoro, dentro y alrededor de las teclas del teclado de mi ordenador, en todo tipo de esquinas y en las partes más pequeñas de mi bicicleta (incluida la cadena). Quitar el barro (y lo que es peor) de las bandas de rodadura de los zapatos y botas deportivas.



## 4.2.5 Prolongar la vida útil de los productos (1)

### Cómo prolongar la vida útil de los productos

**Ropa**

La moda contribuye en gran medida al cambio climático, ya que representa del 8 al 10% de las emisiones de CO2. Durante los últimos 15 años, el número de veces que nos ponemos una prenda de vestir antes de desecharla se ha reducido a la mitad y ahora, en promedio, es de 120 veces. Hacer que tu ropa dure más tiempo sin desgastarla puede permitirte no solo ahorrar más dinero, sino también contribuir positivamente a la Economía Circular. Estos son algunos consejos para que tu ropa dure más:

An illustration showing a woman in a blue shirt and red skirt standing next to a green recycling bin. She is holding a piece of clothing labeled '1'. A recycling symbol is on the bin, labeled '2'. Two more pieces of clothing are shown: one on a hanger labeled '4' and another labeled '5'.



## 4.2.6 Prolongar la vida útil de los productos (2)

### Cómo prolongar la vida útil de los productos

#### Comida

A nivel mundial, alrededor de un tercio de todos los alimentos producidos para el consumo humano se pierde o se desperdicia. Aprender algunos consejos sencillos para crear conciencia sobre cómo almacenar los alimentos para que duren más puede marcar una diferencia real en términos de gastos de compra y hábitos de estilo de vida.

1 2 3 4 5 6

## Fechas (Capa de diapositivas)

### Fechas

**Comprenda la diferencia entre las fechas de caducidad y las fechas de consumo preferente:** algunos de los productos se pueden consumir fácilmente después de una fecha de caducidad de forma segura. Por lo general, la fecha de caducidad indica cuánto tiempo se puede vender el producto, la fecha de consumo preferente se refiere a la mejor calidad, mientras que la fecha de caducidad indica cuando el producto ya no tiene la máxima calidad, según el fabricante. La mejor manera de comprobar si un alimento se ha estropeado es olerlo o inspeccionarlo cuidadosamente.

1

2 3 4 5 6

## Aplicaciones (Capa de diapositivas)

**1 2**

### Aplicaciones

Infórmese sobre las diferentes aplicaciones que ponen en contacto a profesionales y usuarios habituales sobre los excedentes de alimentos, flores y otros artículos no vendidos. Entre las aplicaciones más famosas se encuentran [TooGoodToGo](#) y [Phenix](#), disponibles en numerosos países, pero seguro que hay otras por descubrir para ahorrar dinero y prolongar la vida útil del producto (disponibles en el Resultado del Proyecto n °3: Herramientas de Economía Circular digital para personas mayores).

**3 4 5 6**



The image shows two logos. On the left is the 'Too Good To Go' logo, which consists of three overlapping circles in shades of green and blue, with the text 'TOO GOOD TO GO' written in a circular path below them. On the right is the 'Phenix' logo, featuring the word 'Phenix' in a bold, red, sans-serif font with a stylized red sunburst or flame-like graphic above the 'i' and 'x'.

## Almacenamiento (Capa de diapositivas)

**1 2 3**

### Almacenamiento

Comprenda qué alimentos deben guardarse en el refrigerador o en un armario seco para mantenerlos frescos por más tiempo. Además, podría valer la pena comprobar cómo colocar mejor los alimentos en el frigorífico, es decir, colocar los alimentos más resistentes a que se estropeen en las puertas, colocar las sobras, las bebidas y los alimentos listos para comer en los estantes superiores, mientras que la carne cruda, los huevos, los mariscos y otros productos lácteos se colocan en los estantes inferiores, con las temperaturas más frías.

**4 5 6**



The image contains two photographs of refrigerator interiors. The left photograph shows a refrigerator shelf filled with various glass jars, likely containing pickles, jams, or other preserved foods. The right photograph shows a refrigerator shelf with fresh produce, including leafy greens, carrots, and oranges, illustrating proper storage of fresh items.


## Verduras (Capa de diapositivas)

1 2 3 4

### Verduras

Consulte algunos consejos sobre cómo almacenar diferentes tipos de verduras para mantenerlas frescas por más tiempo. Según algunos datos, se tiran más frutas y verduras de las que se consumen. Colocar las manzanas alejadas de otras frutas y verduras (o protegerlas con bolsas de plástico), colocar toallas de papel en el cajón de las ensaladas o congelar algunas verduras, como las cebolletas secas picadas o algunas bayas, también puede ser una buena solución para que tus productos duren más.

5 6



## Comida de temporada (Capa de diapositivas)

1 2 3 4 5

### Comida de temporada

**Comida de temporada.** Consumir verduras y frutas de temporada, cultivadas cuando el clima es favorable para ellas, tiene muchas ventajas, no solo para nuestra salud sino también para nuestro planeta, ya que la huella de carbono de la producción de alimentos es menor en el caso de los productos de temporada. Un buen ejemplo de la diferencia en la forma en que los productos tienen su huella de carbono son los tomates. Cuando los cultivamos localmente, pero fuera de temporada, es decir, en invernaderos con calefacción, su huella de carbono es mayor y luego se transportan.

6



## Restos de comida (Capa de diapositivas)



### Restos de comida

**¿Qué hacer con los restos de comida?** Las cáscaras de las verduras se pueden usar para cocinar sopa de verduras, algunas plantas incluso se pueden volver a cultivar a partir de los restos. Los restos que no sean de carne se pueden compostar, ya sea en el municipio o incluso creando su propio abono. Consulta más consejos e ideas sobre cómo hacerlo en la sección de Lectura adicional.



## 4.2.7 Prolongar la vida útil de los productos (3)

### Cómo prolongar la vida útil de los productos: electrodomésticos

Todos los electrodomésticos tienen su vida útil, pero ¿qué pasaría si algunas acciones simples pudieran hacer que duraran más? Ser más amable con su billetera también lo hace a menudo más amable con el medio ambiente. Estos son algunos consejos que pueden ayudarle a hacer que sus electrodomésticos duren más:

Manténgalo limpio

Haz un poco de espacio

Sé cuidadoso



## Manténgalo limpio (Capa de diapositivas)

### Cómo prolongar la vida útil de los productos: electrodomésticos

Todos los electrodomésticos tienen su vida útil, pero ¿qué pasaría si algunas acciones simples pudieran hacer que duraran más? Ser más amable con su billetera también lo hace a menudo más amable con el medio ambiente. Estos son algunos consejos que pueden ayudarle a hacer que sus electrodomésticos duren más:

- Manténgalo limpio
- Haz un poco de espacio
- Sé cuidadoso

Mantenga sus electrodomésticos limpios. Aunque probablemente ya se encargue de su mantenimiento regular, hay acciones específicas recomendadas en los manuales. Es fundamental limpiar el filtro del lavavajillas para quitar restos de comida y residuos de jabón. Además, mensualmente, corra la lavadora a 60°C sin ropa utilizando un limpiador especial o, alternativamente, con vinagre blanco para combatir la acumulación de cal.

## Haz un poco de espacio (Capa de diapositivas)

### Cómo prolongar la vida útil de los productos: electrodomésticos

Todos los electrodomésticos tienen su vida útil, pero ¿qué pasaría si algunas acciones simples pudieran hacer que duraran más? Ser más amable con su billetera también lo hace a menudo más amable con el medio ambiente. Estos son algunos consejos que pueden ayudarle a hacer que sus electrodomésticos duren más:

- Manténgalo limpio
- Haz un poco de espacio
- Sé cuidadoso

Haz un poco de espacio. Asegúrese siempre de que sus electrodomésticos no estén demasiado empaquetados para que los filtros funcionen normalmente, en el caso de un refrigerador, y de que su lavadora no esté sobrecargada con montones de ropa. Evite aspirar objetos grandes mientras usa una aspiradora.

## Sé cuidadoso (Capa de diapositivas)

### Cómo prolongar la vida útil de los productos: electrodomésticos

Todos los electrodomésticos tienen su vida útil, pero ¿qué pasaría si algunas acciones simples pudieran hacer que duraran más? Ser más amable con su billetera también lo hace a menudo más amable con el medio ambiente. Estos son algunos consejos que pueden ayudarle a hacer que sus electrodomésticos duren más:

Manténgalo limpio

Haz un poco de espacio

Sé cuidadoso

Sea cuidadoso con sus electrodomésticos y lea los manuales de instrucciones. Los interruptores rotos u otras piezas, como cristales, manijas, etc., a menudo se convierten en el motivo de la sustitución de sus electrodomésticos. Aunque parezca aburrido leer los manuales de instrucciones, la mayoría de ellos tienen consejos concretos sobre cómo hacer que tus artículos duren más para prolongar su ciclo de vida y ahorrar algo de dinero.

## 4.2.8 Clasificación de residuos

### Cómo clasificar los residuos de forma adecuada

Cuanto mejor se clasifiquen los **residuos**, mejor se **podrán reciclar**. Las tasas de **reciclaje varían de un país** a otro de la UE. Cuando los residuos municipales no se **pueden reciclar**, se depositan en **vertederos**, **se incineran**, es decir, **se queman**, a menudo con recuperación de energía, **o se convierten en abono**. Como es bien sabido que los vertederos y la incineración son las opciones menos preferibles, **cada persona puede contribuir a aumentar las tasas generales de reciclaje y compostaje** en todos los países, contribuyendo así a construir una Economía Circular. Aunque las normas de clasificación de residuos difieren de un país a otro, he aquí algunos consejos **sencillos que se pueden aplicar a cualquier hogar**.



## 4.2.9 Separación de residuos



## 4.2.10 Fuentes para principiantes de vida útil del producto (1)

### Fuentes de vida útil del producto (1)

- Cristina Miguel, Gabriela Avram, Andrzej Klimczuk, Bori Simonovits, Bálint Balázs y Vida Česnuitytė (2022), La economía colaborativa en Europa: De la idea a la realidad. Disponible en: [https://link.springer.com/chapter/10.1007/978-3-030-86897-0\\_1](https://link.springer.com/chapter/10.1007/978-3-030-86897-0_1)
- ¿Qué es la economía colaborativa? Blablacar. Disponible en: <https://blog.blablacar.com/blog/reinventing-travel/sharing-economy>
- Nipun Mehta (2014), De la economía colaborativa a la ecología del regalo. Disponible en: <https://www.servicespace.org/blog/view.php?id=14918>
- 29 ideas para reutilizar y reciclar su hogar. Disponible en: <https://postcardsfromtheridge.com/2021/08/creative-ideas-upcycle-repurpose.html>
- Vegano sostenible. TIENES QUE PROBAR 100 COSAS PARA REUTILIZAR O REUTILIZAR. Disponible en: <https://youtu.be/SvtOyBa0TsE>
- Consejos para reciclar, reutilizar y reutilizar artículos antiguos. Disponible en: <https://www.almanac.com/upcycling-ideas-reuse-and-repurpose>
- La guía definitiva para hacer que tu ropa dure más. Disponible en: <https://goodonyou.eco/the-ultimate-guide-to-making-your-clothes-last-longer/>
- 26 consejos súper fáciles | ¿Cómo haces que tu ropa dure más? Disponible en: <https://cariki.co.uk/blogs/the-green-road/how-do-you-make-your-clothes-last-longer>



## 4.2.11 Fuentes para principiantes de vida útil del producto (2)

### Otras fuentes para la vida útil del producto (2)

- Jenny Tan (2021). 8 maneras de hacer que tu ropa dure más para practicar un estilo de vida sostenible. Disponible en: <https://thegoodtee.com/blogs/news/howtobuyqualityclothing>
- ELEANOR JONES (2015), 14 trucos geniales para mantener frescos tus alimentos saludables durante más tiempo. Disponible en: <https://www.cosmopolitan.com/uk/body/diet-nutrition/a38816/keep-your-healthy-food-fresh-for-longer/>
- Cómo organizar su refrigerador para que los alimentos se conserven más tiempo y su factura de energía se esfuerce más. Disponible en: <https://greatist.com/eat/ultimate-way-organize-your-fridge>
- Elizabeth Waddington (2022). 20 verduras que puedes volver a cultivar a partir de sobras. Disponible en: <https://www.ruralsprout.com/regrow-vegetables/>
- Compostaje: Cómo hacer que su jardín sea «oro» rico en nutrientes en el compostador que ayudará a que su jardín prospere. Fácil de hacer la tierra. Disponible en: <https://learn.eartheasy.com/guides/composting/>
- EMILIE MARTIN (2019). 4 formas de hacer que tus electrodomésticos duren más. Disponible en: <https://www.goodhousekeeping.com/uk/house-and-home/household-advice/a29302031/appliances-last-longer/>
- Mary H.J. Farrell (2017). Cómo hacer que 6 electrodomésticos principales duren más. Disponible en: <https://www.consumerreports.org/appliances/how-to-make-appliances-last-longer/>
- Servicio de Investigación del Parlamento Europeo. Economía Circular. Disponible en: <https://www.europarl.europa.eu/thinktank/infographics/circulareconomy/public/index.html>

Continuar con el curso intermedio

Volver al menú Vida útil del producto

## Vida útil del producto – Nivel intermedio

### 4.3 Reparación y reutilización (1)

#### Reparación y reutilización (hágalo usted mismo)

Si está dispuesto a esforzarse un poco más en las actividades de reparación y reutilización para adoptar una Economía Circular y ahorrar en sus gastos, he aquí algunos consejos que pueden serle útiles:

La ropa viejase puede usar como guantes de cocina, ropa paramañecas, empaques para regalos o como material para crear ropa nueva si sabe coser. Para aquellos que quieran ir más allá, se pueden hacer algunos bordados o parches para ocultar una mancha o hacer que sus prendas viejas sean especiales, dándoles una segunda vida. Simplemente escribe ideas de bricolaje en tu motor de búsqueda y encontrarás muchas ideas sobre cómo convertir tus pantalones en un vestido y viceversa.



### 4.3.1 Reparación y reutilización (2)

#### Reparación y reutilización (hágalo usted mismo)

- **Muebles:** cambia el asiento de una **silla por un poco de tela, pinta tu estantería o una mesa, crea un espacio para colgar o coloca las cestas en la pared** para crear espacio adicional para las toallas. Las ideas son infinitas, basta con mirar a tu alrededor y pensar en cómo podrías darle a tus muebles un aspecto desgastado o usarlos de manera diferente con las herramientas que ya tienes.
- Millones de **ideas para la decoración del hogar hechas por usted mismo** están disponibles en [Pinterest](#) y no requieren más que su interés y tiempo. Poner flores **secas en frascos de vidrio o en una botella** puede ser un bonito objeto de decoración que dé vida y alegría a tu apartamento. Lo mismo ocurre con los periódicos y cartones [viejos](#) que se pueden utilizar fácilmente para **hacer algunos elementos** de decoración.

**Observación:** No olvides compartir tus resultados con los demás, ya sea en las redes sociales o mientras hablas, para inspirarlos a realizar actividades divertidas e interesantes de bricolaje sostenibles.

### 4.3.2 Gestión de residuos

#### Recogida de residuos

Recogida de residuos

Incineración de  
residuos

Vertederos

Separación europea  
de residuos

## Recogida de residuos (Capa de diapositivas)

### Recogida de residuos

El reciclaje es el último recurso para la Economía Circular, ya que la mayoría de los productos deben diseñarse de manera que puedan repararse, refabricarse o reutilizarse fácilmente. El valor de un ordenador está en sus características y capacidades, no en los materiales utilizados, aunque tienen cierto valor si se reciclan adecuadamente. La Economía Circular promueve el diseño y el mantenimiento de los productos para evitar que se conviertan en residuos. Sin embargo, dado el funcionamiento actual de la Economía Lineal, comprender las cadenas de recogida de residuos puede ser una excelente manera de comprender los principios de la Economía Circular y dar algunas ideas sobre cómo mejorar el sistema actual.

Las tasas de reciclaje varían de un país a otro de la UE. Cuando los residuos municipales no se pueden reciclar, se depositan en vertederos, se incineran para la recuperación de energía o se convierten en abono. Estos sistemas de gestión de residuos tienen ciertas ventajas e inconvenientes.

**¡Pase el ratón sobre la siguiente opción para descubrir las posibilidades de ahorrar energía en casa!**

**Recogida de residuos**      **Incineración de residuos**      **Vertederos**      **Separación europea de residuos**

## Incineración de residuos (Capa de diapositivas)

### Incineración de residuos

**La incineración de residuos** implica que los residuos se pueden utilizar como combustible cuando se queman y el calor se recupera adecuadamente. Esta energía se puede utilizar para la producción de electricidad, mientras que las cenizas se pueden emplear en carreteras y en la producción de metales. La incineración reduce la cantidad de residuos hasta en un 95%, lo que es particularmente relevante para los países densamente poblados. Sin embargo, según algunos estudios, durante la incineración, la energía no suele recuperarse adecuadamente, mientras que algunos elementos emitidos durante este proceso tienen efectos negativos en la salud humana, como problemas respiratorios, cáncer, etc. Además, la incineración de residuos no es una solución barata y los costes de entrada y mantenimiento tampoco la hacen ideal.



**¡Pase el ratón sobre la siguiente opción para descubrir las posibilidades de ahorrar energía en casa!**

**Recogida de residuos**      **Incineración de residuos**      **Vertederos**      **Separación europea de residuos**

## Vertederos (Capa de diapositivas)

### Vertederos

Mientras tanto, los vertederos son una solución más asequible, ya que no requieren equipos o procedimientos complejos y son más fáciles de usar. Sin embargo, los residuos depositados en vertederos producen gas metano, que es nocivo para el medio ambiente y peligroso por sus características inflamables. Los vertederos contaminan el suelo y el agua, amenazan la vida silvestre y afectan a la salud humana de quienes están expuestos a ellos durante un período prolongado, así como de los trabajadores o las personas que viven cerca, lo que aumenta el riesgo de cáncer, problemas respiratorios, etc.

Tirar basura a los vertederos definitivamente no es una solución si queremos que nuestro planeta siga siendo un lugar habitable y decente para las generaciones presentes y futuras. Una mejor clasificación puede ayudar a reciclar las cosas de manera más adecuada.

**¡Pase el ratón sobre la siguiente opción para descubrir las posibilidades de ahorrar energía en casa!**

Recogida de residuos	Incineración de residuos	Vertederos	Separación europea de residuos
----------------------	--------------------------	------------	--------------------------------

## Separación europea de residuos (Capa de diapositivas)

### El sistema europeo de residuos

En todos los países de SEN4CE, hay dos sistemas principales de recogida de residuos: puerta a puerta y punto de recogida para residuos reciclables y orgánicos. Esto nos lleva a las siguientes cifras por país en lo que respecta al tratamiento de residuos:

- **Austria:** Vertedero (3%), incineración (38%), reciclaje y compostaje (59%)
- **Francia:** Vertederos (23%), incineración (36%) y reciclaje y compostaje (42%)
- **Alemania:** Vertedero (1%), Incineración (31%), reciclaje y compostaje (66%)
- **España:** Vertedero (57%), Incineración (14%), reciclaje y compostaje (30%)
- **Portugal:** Vertedero (49%), incineración (21%), reciclaje y compostaje (30%)

Cuanto más estricta sea la separación de residuos por parte de un mayor porcentaje de la población, mayores serán las tasas de reciclaje.

**¡Pase el ratón sobre la siguiente opción para descubrir las posibilidades de ahorrar energía en casa!**

Recogida de residuos	Incineración de residuos	Vertederos	Separación europea de residuos
----------------------	--------------------------	------------	--------------------------------



### 4.3.3 Mejoras en la tasa de reciclaje



### 4.3.4 Fuentes intermedias vida útil del producto

**Otras fuentes para la vida útil del producto**

- El diagrama de la mariposa: visualización de la Economía Circular. Disponible en: <https://ellenmacarthurfoundation.org/circular-economy-diagram>
- Abbasi S. A. (2018). El mito y la realidad de la recuperación de energía a partir de residuos sólidos municipales. Disponible en: <https://energysustainsoc.biomedcentral.com/articles/10.1186/s13705-018-0175-y>
- Marta Rossi, Alessandra Papetti, Michele Germani (2022). Una comparación de los diferentes métodos de recogida de residuos: Impactos ambientales y riesgos laborales. Disponible en: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0959652622027342>

Volver al menú Vida útil del producto



## 4.4 Vida útil del producto para escenarios principiantes

### 4.4.1 Escenario: Principiante

### Escenario 1: Principiante: Vida útil del producto


En este escenario, estás clasificando la ropa vieja de tu armario y los periódicos de un cajón. El escenario se desarrolla primero en casa frente a un armario y luego en la cocina.

Puede elegir entre respuestas correctas e incorrectas. Las respuestas correctas conducen a más diálogo o comentarios, mientras que las respuestas incorrectas hacen que el usuario vuelva a intentarlo.

Los elementos clave del escenario incluyen comprender el escenario, aplicar el conocimiento y reflexionar sobre los comentarios para mejorar.

¿Estás listo?

Volver al menú



### 4.4.2 Escenario: Principiante: Pregunta 1

(Elija uno, 10 puntos, 1 intento permitido)

### Ordenar en casa

Estás frente a un armario con algunos libros y ropa viejos, clasificando tus artículos y pensando en cómo tratarlos. Esas son tus ideas: «¡Tengo prendas tan viejas! ¿Qué debo hacer con él? ¿Qué edad tienen estas camisetas? ¿Los tiro a la basura?»

Los tengo desde que tenía 20 años. ¡Es hora de tirarlos!

¿Los uso para quitar el polvo?

Bueno, tal vez le sirva a alguien más... ¿Debo buscar una asociación local a la que regalarlo?



### 4.4.3 Escenario: Principiante: Pregunta 2

(Elija uno, 10 puntos, 1 intento permitido)

**Ordenar en casa**

Estás parado frente a un armario con algunos libros y ropa viejos, clasificando tus periódicos viejos con algunas ofertas de trabajo y otros anuncios. Estás pensando: «¿Qué debo hacer con ellos?»

¡Tíralos a la basura!

Busca un punto de partida para el reciclaje de papel.

¡Me las quedaré! Podría usarlos para empaquetar o limpiar ventanas o cualquier otro recipiente de vidrio o revestimiento. Ya no compro periódicos, así que seguramente me serán útiles en algunas tareas del hogar!

**Tú**

### 4.4.4 Escenario: Principiante: Pregunta 3

(Elija uno, 10 puntos, 1 intento permitido)

**Ordenar en casa**

Todavía estás frente a un armario con algunos libros y ropa viejos, clasificando tus artículos y hablando, encontrando algunos trozos de papel viejos. Estás pensando: «Está bien, pero estos pequeños trozos de papel seguramente ya no se utilizarán. Probablemente podría ponerlos en una bolsa de plástico y tirarlos a una papelera normal en la cocina».

¡Gran idea! De esta forma no tendré que ir a la cocina cada vez que voy a tirar cosas.

Guardaré esta bolsa para la recogida de residuos de papel para llevarla a uno de los puntos de recogida de papel cercanos para reciclarla una vez que haya recogido suficiente papel.

Vale, pero mejor tíralo a la papelera de reciclaje.

**Tú**



#### 4.4.5 Escenario: Principiante: Pregunta 4

(Elija uno, 10 puntos, 1 intento permitido)



**Ordenar en casa**

Estás clasificando tus objetos y hablando. Encuentras una camiseta que parece bastante nueva. Estás pensando qué hacer con ella: «Esta camiseta parece bastante nueva. Tal vez podría simplemente lavarla con agua caliente para asegurarme de que esté limpio para usarlo más adelante».

Comprobémos primero si la camiseta necesita limpieza o no. Si no huele mal y se ve limpio, no necesitamos lavarlo para no deteriorar el tejido y no desperdiciar energía.

Lo lavaré para asegurarme de que esté limpio, pero más bien a bajas temperaturas para mantenerla en buen estado.

¡Sí, eso es lo que haré! La camiseta estará limpia y lista para usar después de lavarla con agua caliente.

Tú

#### 4.4.6 Escenario: Principiante: Pregunta 5

(Elija más de uno, 10 puntos, 1 intento permitido)



**Ordenar en casa**

Por cierto, hace tiempo que no le hice ningún mantenimiento a mi lavadora para que durara más. ¿Qué puedo hacer primero?»

Haga funcionar la lavadora en un ciclo de 60 °C (o más) sin ropa ni detergente utilizando un limpiador de lavadora.

Vacíala en un ciclo de lavado normal con una taza grande de vinagre blanco destilado o jugo de limón en lugar de detergente para eliminar las incrustaciones de cal.

Lea el manual de instrucciones para obtener algunos consejos sobre cómo mantenerlo.

Tú

#### 4.4.7 Escenario: principiante (resultados del cuestionario)

(Resultado deslizamiento, 0 puntos, 1 intento permitido)



**RESULTADOS DEL CUESTIONARIO**

Tu puntuación: → 0%

**REINTENTAR** **REVISIÓN** **CONTINUAR**

#### 4.4.8 PL: Escenario: principiante (árbol SEN4CE)



**El árbol SEN4CE**

El árbol muestra el progreso del curso. En el proceso, es posible que también descubras algunas sorpresas.

¡Lo has conseguido! Este árbol, fuerte y duradero, simboliza su maestría en la comprensión de la vida útil del producto. Continúa con el escenario intermedio: ¡te espera una sorpresa!

¡Un trabajo notable! Este próspero árbol es un testimonio de su compromiso con los productos duraderos.

Con cada elección acertada, vea cómo crece el árbol, lo que refleja la longevidad y la sostenibilidad de los productos.

¡Sigan así! Su esfuerzo por prolongar la vida útil de los productos ayuda al árbol a alcanzar nuevas alturas.

¡Bravo! Al comprender la vida útil de los productos, ¡ha sembrado la semilla de opciones sostenibles!

**Volver al menú**



## 4.5 Escenario intermedio: Vida útil del producto

### 4.5.1 Escenario: Intermedio

#### Escenario 2: Intermedio: Vida útil del producto

En este escenario, imagínate en tu sala de estar, contemplando tu viejo sofá que ha estado contigo durante 15 años.

Puede elegir entre respuestas correctas e incorrectas. Las respuestas correctas conducen a más diálogo o comentarios, mientras que las respuestas incorrectas hacen que el usuario vuelva a intentarlo.

Los elementos clave del escenario incluyen comprender el escenario, aplicar el conocimiento y reflexionar sobre los comentarios para mejorar.



¿Estás listo?

Volver al menú

### 4.5.2 Escenario: Intermedio: Pregunta 1

*(Elija uno, 10 puntos, 1 intento permitido)*

¿Quizás debería comprar un sofá nuevo? Parece que lo he usado durante 20 años, ¡es hora de comprar uno nuevo!

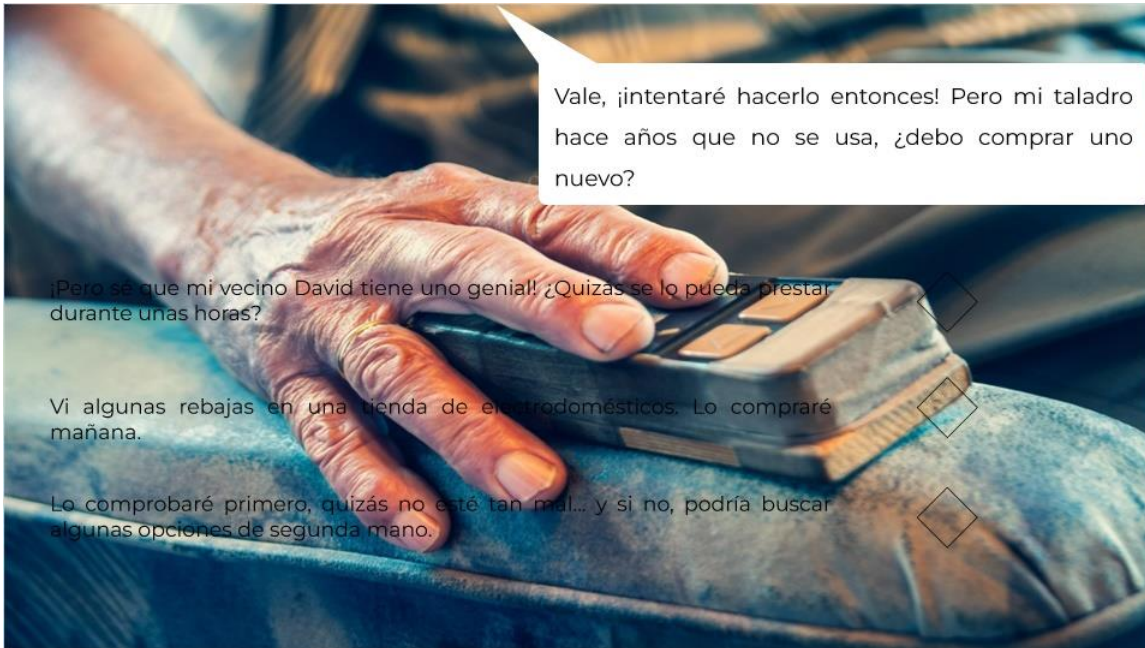
¡Así es! Quizá pueda ir a ese gran centro comercial de las afueras de la ciudad a comprar un sofá nuevo el fin de semana. Lo pondré en la calle en los próximos días.

¿Quizás podría cambiar el asiento por un poco de tela y reemplazar la madera de la parte inferior para que sea más sólido? Tengo algunos materiales en el garaje para hacerlo, y seguro que debería tener alguna tela para reemplazarla. ¡Debe ser divertido hacerlo con nuestras manos! Y este sofá tiene tanta historia que no me apetece simplemente tirarlo a la basura.

Si, probablemente... es hora de cambiarlo. Buscaré algunas opciones en la tienda online de segunda mano para comprobar si hay un buen chollo. Lo pondré en la calle en los próximos días.

### 4.5.3 Escenario: Intermedio: Pregunta 2

(Elija uno, 10 puntos, 1 intento permitido)



Vale, ¡intentaré hacerlo entonces! Pero mi taladro hace años que no se usa, ¿debo comprar uno nuevo?

¡Pero sé que mi vecino David tiene uno genial! ¿Quizás se lo pueda prestar durante unas horas?

Vi algunas rebajas en una tienda de electrodomésticos. Lo compraré mañana.

Lo comprobaré primero, quizás no esté tan mal... y si no, podría buscar algunas opciones de segunda mano.

### 4.5.4 Escenario: Intermedio: Pregunta 3

(Elija uno, 10 puntos, 1 intento permitido)



#### En el garaje hablando con tu amigo por teléfono

Hace poco hablé por teléfono con mi amiga Anna y me contó que hay algunas empresas que recuperan energía de los procesos de incineración de residuos. Queman nuestros artículos y obtienen algo de energía de este proceso. ¿No es increíble?

¡De ningún modo! Nuestra economía crece constantemente y necesitamos encontrar nuevas maneras de hacer cosas nuevas a partir de las antiguas. ¿Por qué no lo quemas entonces?

Sí, pero también he leído en un artículo que dice que, en realidad, es más dañino de lo que hacen. A menudo no se hace de forma adecuada, es perjudicial para el medio ambiente y la salud humana.

Suena interesante. Sin embargo, los vertederos son mejores que la incineración, al menos no crean smog.

Tú



### 4.5.5 Escenario: Intermedio: Pregunta 4

(Elija uno, 10 puntos, 1 intento permitido)



**En el garaje hablando con tu amigo por teléfono**

Vale, si no existe una solución ideal para gestionar los residuos que generamos, ¿qué podemos hacer como individuos para ayudar a resolver este problema?

Podríamos intentar apilarlos en un lugar seguro y pedir a las autoridades que los recojan, pero también podríamos intentar reciclarlos.

Supongo que nada espere a que venga una autoridad a arreglarlo primero y luego veremos qué podemos hacer con esto.

Consumir menos no es una solución, porque así es como funciona la economía, pero al menos podríamos reciclar mejor para crear más oportunidades de empleo en este sector y apoyar la economía.

Tú

### 4.5.6 Escenario: Intermedio: Pregunta 5

(Elija uno, 10 puntos, 1 intento permitido)



¡Es increíble lo que he hecho! ¿Debo enviar una foto a mi amigo para compartir este resultado?

¡Sí, gran idea! También podría compartirlo en las redes sociales para inspirar a otros.

Sí, voy a hacer esto.

La verdad es que no quiero compartirlo, ¡pero seguro que recomendaré hacerlo a los demás en lugar de una charla!

Tú

## 4.5.7 Escenario: Intermedio (resultados del cuestionario)

(Resultado deslizamiento, 0 puntos, 1 intento permitido)



## 4.5.8 Escenario: Intermedio (árbol SEN4CE)





## Repair (Capa de diapositivas)

El video enfatiza la importancia de reparar en lugar de reemplazar, mostrando ejemplos del mundo real y destacando el impacto ambiental.

?

Webobjekt-

Adresse:

<https://www.youtube.com/embed/3EJE7W4o6lo>

Cerrar

## 5. Uso responsable de los recursos

### 5.1 Descripción general del uso responsable de los recursos

### Uso responsable de los recursos

En el mundo actual, entender cómo gestionar nuestros recursos de forma sostenible no solo es beneficioso, sino que es esencial. Y eso es exactamente para lo que está diseñado este módulo. Deseamos sinceramente que este módulo específico sirva como piedra angular en su comprensión del uso responsable de los recursos y lo inspire a profundizar aún más en este tema imperativo.

Uso responsable de los recursos - Introducción

Escenario 1: Uso responsable de los recursos (EQF 2-3)


Escenario 2: Uso responsable de los recursos (EQF 3-4)

[Volver al menú](#)

#### 5.1.1 Introducción al uso responsable de los recursos (RUR)

### Introducción: Uso responsable de los recursos

¡Bienvenido a esta unidad sobre el uso responsable de los recursos! Aquí, conocerá las diferentes prácticas que puede aplicar en su vida diaria para utilizar recursos como la electricidad, el gas o el agua de manera más responsable, y sus beneficios, tanto para usted como para nuestro medio ambiente.



La producción de energía es en gran parte responsable del calentamiento global, que ya está afectando a los ecosistemas, el clima y los cultivos, principalmente debido a la emisión de gases de efecto invernadero. Además, los recursos de nuestro planeta, que nos permiten crear energía, es decir, combustibles fósiles, son finitos y las reservas de recursos utilizables se están agotando gradualmente.

## 5.1.2 Introducción al uso responsable de los recursos (RUR)

### Introducción: Uso responsable de los recursos

Para preservar el ecosistema y limitar el calentamiento global, ¡es esencial reducir nuestro consumo de energía!

**En esta unidad, aprenderá acerca de:**

- Beneficios del ahorro de energía
- Medidas que puede tomar para reducir su consumo de energía
- Etiquetas energéticas y cómo leerlas
- Su huella ambiental
- Algunas reformas sencillas para consumir menos energía en casa



## 5.1.3 Uso responsable de los recursos (RUR) - Niveles generales

### Niveles de uso responsable de los recursos

Principiante

Intermedio

[Volver al menú Uso responsable de los recursos](#)

# Uso responsable de los recursos – Nivel principiante

## 5.2 Beneficios del ahorro de energía (1)

### Beneficios del ahorro de energía para nuestro medio ambiente

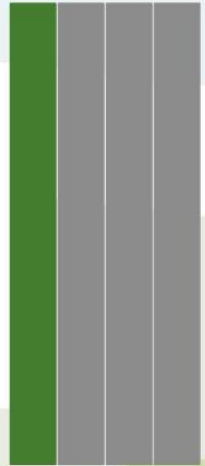

- Casi el **70% de la energía disponible en la UE se basa en combustibles fósiles**, lo que incluye petróleo (30%), gas (22%) y carbón (11%).
- **La energía renovable**, si bien se utiliza cada vez más, solo **representa alrededor** del 22% del consumo final de energía en la UE en 2020.
- **La energía nuclear** representa aproximadamente el **13%** de la energía disponible en la UE.

Por lo tanto, reducir nuestro consumo de energía puede ser beneficioso para nuestro medio ambiente de muchas maneras. Comencemos este viaje esclarecedor y descubramos las medidas que podemos tomar ahora mismo para lograr un cambio positivo. ¡Sumérgete y descubramos los secretos para ahorrar energía en casa en las páginas siguientes!

### 5.2.1 Beneficios del ahorro de energía (2)

### Beneficios del ahorro de energía para nuestro medio ambiente

**Proteger el aire y prevenir el cambio climático:** La mayoría de las centrales eléctricas generan electricidad quemando combustibles fósiles como el carbón y el petróleo. Estos procesos son contaminantes y emiten subproductos como dióxido de carbono, dióxido de azufre y óxidos de nitrógeno. El dióxido de carbono es un gas de efecto invernadero que contribuye al efecto invernadero.





## Gases de efecto invernadero (Capa de diapositivas)

### Beneficios del ahorro de energía para nuestro medio ambiente


Los gases de efecto invernadero son vitales para la temperatura media de la superficie terrestre al absorberlos e irradiarlos. Sin embargo, al generar más energía, las centrales eléctricas emiten residuos de carbono adicionales, que atrapan demasiado calor en nuestra atmósfera y provocan un aumento de la temperatura global. Algunos de los efectos de este fenómeno son:

- Aumento de las temperaturas, olas de calor y sequías
- Aumento del nivel del mar
- Fenómenos meteorológicos extremos
- Los desastres naturales se vuelven más intensos
- Aparición de niebla tóxica y lluvia ácida

Al reducir su consumo de energía, ayuda a reducir la cantidad de electricidad que debe generarse, reduciendo las emisiones de dióxido de carbono.

## Preservar (Capa de diapositivas)

### Beneficios del ahorro de energía para nuestro medio ambiente



Reducir el consumo de energía también es una excelente manera de ayudar a **preservar los recursos naturales limitados**. De hecho, hemos visto que para generar electricidad, la mayoría de las centrales eléctricas consumen una gran cantidad de recursos naturales. Los combustibles fósiles, especialmente, como el gas o el petróleo, son cada vez más escasos, por lo que es vital reducir nuestro consumo de energía. Al apagar las luces por la noche o lavar la ropa con agua más fría, puede ayudar a salvar árboles, carbón, gas natural y muchos más recursos.

## Salvar los ecosistemas y los animales (Capa de diapositivas)

### Beneficios del ahorro de energía para nuestro medio ambiente



**Salvar los ecosistemas y los animales:** Los procesos necesarios para alimentar las centrales eléctricas y generar electricidad, como la minería, la tala o la extracción de materiales, destruyen los hábitats terrestres y oceánicos donde se llevan a cabo. Esto tiene graves efectos negativos en la biodiversidad.

El transporte de combustibles fósiles también puede provocar derrames de petróleo, lo que es extremadamente peligroso, incluso mortal, para las especies submarinas.

## Referencias (Capa de diapositivas)

### Beneficios del ahorro de energía para nuestro medio ambiente

**Fuentes:**

- Cómo el ahorro de energía ayuda al medio ambiente (2023). Disponible en: <https://www.saveonenergy.com/green-energy/save-energy-go-green/>
- Olivier, A. (2022) L'énergie dans l'Union européenne. Disponible en: <https://www.touteleurope.eu/environnement/l-energie-dans-l-union-europeenne/>

### 5.2.2 Beneficios del ahorro de energía (3)

## Cómo ahorrar energía en casa

¡Pase el ratón sobre la siguiente opción para descubrir las posibilidades de ahorrar energía en casa!

Cocina      Cuarto de baño      Sala de Estar      Fuentes

### Cocina (Capa de diapositivas)

¡Pase el ratón sobre la siguiente opción para descubrir las posibilidades de ahorrar energía en casa!



Cocina      Cuarto de baño      Sala de Estar      Fuentes

## Cuarto de baño (Capa de diapositivas)



## Sala de Estar (Capa de diapositivas)





## Fuentes (Capa de diapositivas)

### Cómo ahorrar energía en casa

**Fuentes:**

- Ahorro de energía: temas (sin fecha). Disponible en: <https://www.iea.org/topics/saving-energy>
- Consejos rápidos para ahorrar energía en casa (2022). Disponible en: <https://energysavingtrust.org.uk/hub/quick-tips-to-save-energy/>
- Vishnubhotla, V. (2023) 12 consejos para ahorrar energía en su hogar. Disponible en: <https://www.greenmatch.co.uk/blog/2020/03/how-to-save-energy-at-home>
- MacMillan, A. (2016) Maneras fáciles de ahorrar energía en el hogar. Disponible en: <https://www.nrdc.org/stories/easy-ways-save-energy-home>
- Elija la iluminación LED adecuada (2022). Disponible en: <https://www.sustainability.vic.gov.au/>


**¡Pase el ratón sobre la siguiente opción para descubrir las posibilidades de ahorrar energía en casa!**

Cocina      Cuarto de baño      Sala de Estar      Fuentes

### 5.2.3 Cómo ahorrar agua (1)

### Cómo ahorrar agua

Hay muchas maneras de evitar el consumo excesivo de agua. Además de cerrar el grifo al cepillarse los dientes, estos son algunos consejos que puede seguir:



- De vez en cuando, debe revisar su inodoro, pero también los grifos y las tuberías para detectar fugas
- Mantenga una botella de agua potable en el refrigerador (para evitar usar agua del grifo para enfriarla para beber)
- No utilices tu inodoro como papelera

## 5.2.4 Cómo ahorrar agua (2)

### Cómo ahorrar agua

- Plante árboles y plantas resistentes a la sequía, o use el agua sobrante de la cocción o el agua del enjuague de las verduras, para regar sus plantas
- Use una escoba para limpiar los caminos de entrada, las aceras y los escalones, en lugar de usar una manguera
- Utilice una calculadora de huella hídrica que se agregó en la lectura adicional para evaluar su consumo de agua y descubrir otras formas de reducirlo.

¡Puedes compartir tus conocimientos sobre el ahorro de agua con las personas que te rodean! Obviamente, hay muchas más formas de ahorrar agua y, sin siquiera darte cuenta, probablemente estés haciendo algo para ahorrar agua todos los días. ¡Sigamos ahorrando agua!

## 5.2.5 Ahorra dinero

### Ahorra dinero

Por último, pero no menos importante, la mayoría de los consejos que se dieron aquí son buenos para el planeta, ¡pero también para tu cuenta bancaria! De hecho, reducir el consumo de agua y energía garantizará que su factura disminuya. Además, comprar productos de segunda mano es una muy buena solución: como ya se han usado, probablemente sean más baratos que los nuevos. Por lo tanto, comprar nuevos productos puede resultar bastante interesante si son respetuosos con el medio ambiente y duraderos.

**De cualquier manera, ¡le hará bien a tu billetera!**



## 5.2.6 Etiquetas energéticas (1)

### Todo sobre las etiquetas energéticas

Una manera excelente y fácil de ahorrar energía es revisar las etiquetas antes de comprar electrodomésticos o comprar/alquilar una casa. De hecho, la UE ha establecido varios estándares para el etiquetado energético, que le proporcionan información valiosa sobre la eficiencia energética y otras características clave del producto que está dispuesto a comprar. Además de ser mejores para el medio ambiente, los electrodomésticos y hogares que ahorran energía a menudo significan menores costos de energía y una vida más cómoda.

#### Electrodomésticos:

En cuanto a los electrodomésticos, la legislación de la UE exige que los siguientes productos tengan etiquetas energéticas:

- Bombillas y lámparas
- Aires acondicionados y ventiladores
- Calentadores
- Pantallas electrónicas, incluidos televisores
- Frigoríficos y congeladores
- Electrodomésticos de cocina
- Lavadoras y secadoras
- Neumáticos

## 5.2.7 Etiquetas energéticas (2)

### Todo sobre las etiquetas energéticas

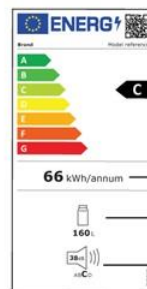
Actualmente, la etiqueta energética de la UE escala los productos de la clase A+++ (la más eficiente desde el punto de vista energético) a la D (la menos eficiente desde el punto de vista energético). Sin embargo, estas categorías se están ajustando actualmente para reintroducir una escala de A a G más simple. Estas etiquetas también proporcionan algunos datos específicos sobre otras características relevantes, como las emisiones de ruido del producto o el consumo de agua.

#### ¿Cómo reconocer un producto reescalado?

Etiqueta energética actual



Nueva etiqueta energética



El código QR da acceso a más información sobre el modelo

La clase de eficiencia energética reescalada de este frigorífico, que era A+++ en la etiqueta anterior

El consumo de energía anual de este frigorífico se ha calculado con métodos más precisos

Volumen del frigorífico expresado en litros (L)

Nivel de ruido medido en decibelios (dB) y con una escala de cuatro clases

Etiquetas energéticas de un frigorífico sin congelador

Fuente: ¿Cómo reconocer un producto reescalado? Comisión Europea. Disponible en todos los idiomas de la UE en: [https://ec.europa.eu/commission/presscorner/detail/en/ip\\_21\\_818](https://ec.europa.eu/commission/presscorner/detail/en/ip_21_818)

## 5.2.8 Viviendas y edificios

### Viviendas y edificios

¡La escala es la misma para las etiquetas energéticas de los edificios! La etiqueta proporciona información sobre el rendimiento energético y climático de una vivienda o edificio (etiquetas A a G), evaluando su consumo de energía y su impacto en términos de emisiones de gases de efecto invernadero. El cálculo se basa en una variedad de características técnicas, como la construcción, la calefacción, el aislamiento, las ventanas, etc.

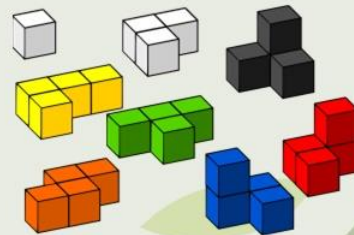
Según Eurostat, el principal uso de energía por parte de los hogares en Europa es para calentar sus hogares (el 62,8% del consumo final de energía en el sector residencial). Al vivir en una casa con un mejor aislamiento, reduce el uso de calefacción, lo cual es una excelente manera de ahorrar energía.

Por lo tanto, cuando desee comprar o alquilar una vivienda, preste mucha atención a esta etiqueta: elegir una vivienda más eficiente desde el punto de vista energético tiene todas las posibilidades de reducir su consumo de energía y, por la misma razón, ¡sus facturas!

## 5.2.9 Empaquetado de forma inteligente (1)

### Empaquetado de forma inteligente

De media, cada europeo genera casi 180 kg de residuos de envases al año. El embalaje es uno de los principales usuarios de materiales vírgenes, ya que el 40% de los plásticos y el 50% del papel que se utilizan en la UE se destinan al embalaje. La Comisión propone nuevas normas de embalaje a escala de la UE, que deberían garantizar opciones de embalaje reutilizables, eliminar los envases innecesarios, limitar el sobreembalaje y proporcionar etiquetas claras para apoyar el reciclaje correcto. La Unión Europea está trabajando en ello, pero todos podemos intentar hacer algunas pequeñas cosas para asegurarnos de que también contribuimos.





## 5.2.10 Empaquelo de forma inteligente (2)

### Empaquételo de forma inteligente

**Estos son algunos consejos:**

- Evite los plásticos de un solo uso, como pajitas y botellas de agua (en su lugar, puede comprar una botella de acero)
- Si vas de compras, recuerda llevar una bolsa de tela
- Recicla la goma de mascar... ¡también está hecha de plástico! O puede usar chicles orgánicos
- Compre más alimentos a granel y menos productos envasados
- Sustituya los tupperware de plástico por recipientes de vidrio o acero
- Presta atención y coloca tus residuos plásticos en el contenedor de reciclaje correcto
- Evita usar cosméticos que usen microplásticos, compra un cepillo biodegradable y usa telas naturales

Por último, ¡asegúrate de que las personas que te rodean sean conscientes de la importancia de reducir el consumo de plástico!

## 5.2.10 Fuentes para principiantes de RUR (1)

### Otras fuentes para el uso responsable de los recursos (1)

- Etiqueta energética (2022). Disponible en: [https://europa.eu/youreurope/business/product-requirements/labels-markings/energy-labels/index\\_en.htm](https://europa.eu/youreurope/business/product-requirements/labels-markings/energy-labels/index_en.htm)
- Acerca de la etiqueta energética y el diseño ecológico. Disponible en: [https://commission.europa.eu/energy-climate-change-environment/standards-tools-and-labels/products-labelling-rules-and-requirements/energy-label-and-ecodesign/about\\_en](https://commission.europa.eu/energy-climate-change-environment/standards-tools-and-labels/products-labelling-rules-and-requirements/energy-label-and-ecodesign/about_en)
- ¿Cómo reconocer un producto reescalado? Comisión Europea. Disponible en: [https://ec.europa.eu/commission/presscorner/detail/en/ip\\_21\\_818](https://ec.europa.eu/commission/presscorner/detail/en/ip_21_818)
- Consumo de energía en los hogares. Disponible en: [https://ec.europa.eu/eurostat/statistics-explained/index.php?title=Energy\\_consumption\\_in\\_households](https://ec.europa.eu/eurostat/statistics-explained/index.php?title=Energy_consumption_in_households)

## 5.2.11 Fuentes de RUR para principiantes (2)

### Otras fuentes para el uso responsable de los recursos (2)

- ¿Cómo reconocer un producto reescalado? Comisión Europea. Disponible en todos los idiomas de la UE en: [https://ec.europa.eu/commission/presscorner/detail/en/ip\\_21\\_818](https://ec.europa.eu/commission/presscorner/detail/en/ip_21_818)
- Pacto Verde Europeo: Acabar con el despilfarro de envases, impulsando la reutilización y el reciclaje. Disponible en: [https://ec.europa.eu/commission/presscorner/detail/en/ip\\_22\\_7155](https://ec.europa.eu/commission/presscorner/detail/en/ip_22_7155)
- Cómo reducir el consumo de plástico. Disponible en: <https://www.iberdrola.com/sustainability/how-to-reduce-plastic-use>

Continuar con el curso intermedio

Volver al menú Uso responsable de los recursos

## Uso responsable de los recursos – Nivel intermedio

### 5.3 Huella ambiental (1)

#### Calcule su huella ambiental

El cambio climático se mide con frecuencia como un aumento de temperatura en todo el mundo. Según algunos estudios, si nuestra sociedad sigue explotando una economía lineal, se espera un aumento de temperatura de 3 a 6 grados, con alrededor de 65 000 millones de toneladas de emisiones de gases de efecto invernadero (GEI) en 2030, lo que tendrá consecuencias catastróficas para algunos países y desencadenará impactos del cambio climático mucho más graves, como sequías más frecuentes y graves, olas de calor y precipitaciones.

El Acuerdo de París sobre el Cambio Climático tiene como objetivo mantener «el aumento de la temperatura media mundial muy por debajo de los 2 °C con respecto a los niveles preindustriales» y proseguir los esfuerzos «para limitar el aumento de la temperatura a 1,5 °C por encima de los niveles preindustriales» para combatir el cambio climático. Esta cifra promedia la emisión de CO<sub>2</sub> per cápita en torno a 2 toneladas por persona y año para 2030, lo que a menudo es difícil de visualizar en términos prácticos y, por lo tanto, reduce la huella de carbono.

### 5.3.1 Huella ambiental (2)

#### Calcule su huella ambiental

La huella de carbono es la cantidad total de gases de efecto invernadero, incluidos el dióxido de carbono y el metano, que se generan por nuestras acciones, por ejemplo, compras, métodos de transporte, hábitos alimenticios, etc. En pocas palabras, cualquier cosa que haga una persona tiene un rastro ambiental en el planeta. Reducir la huella de carbono a 2 toneladas no se logra de la noche a la mañana, pero hacer algunas pequeñas acciones informadas sí que marca la diferencia.

Para evaluar su huella de carbono, se desarrollaron numerosas herramientas que permiten a los usuarios tomar decisiones informadas. Por lo general, estas herramientas incluyen una serie de preguntas sobre los hábitos de viaje, la dieta, las compras, etc. Algunas herramientas recopilan la información con el consentimiento de los usuarios desde varias aplicaciones, como Linky en Francia, Uber, etc. para simplificar el seguimiento.

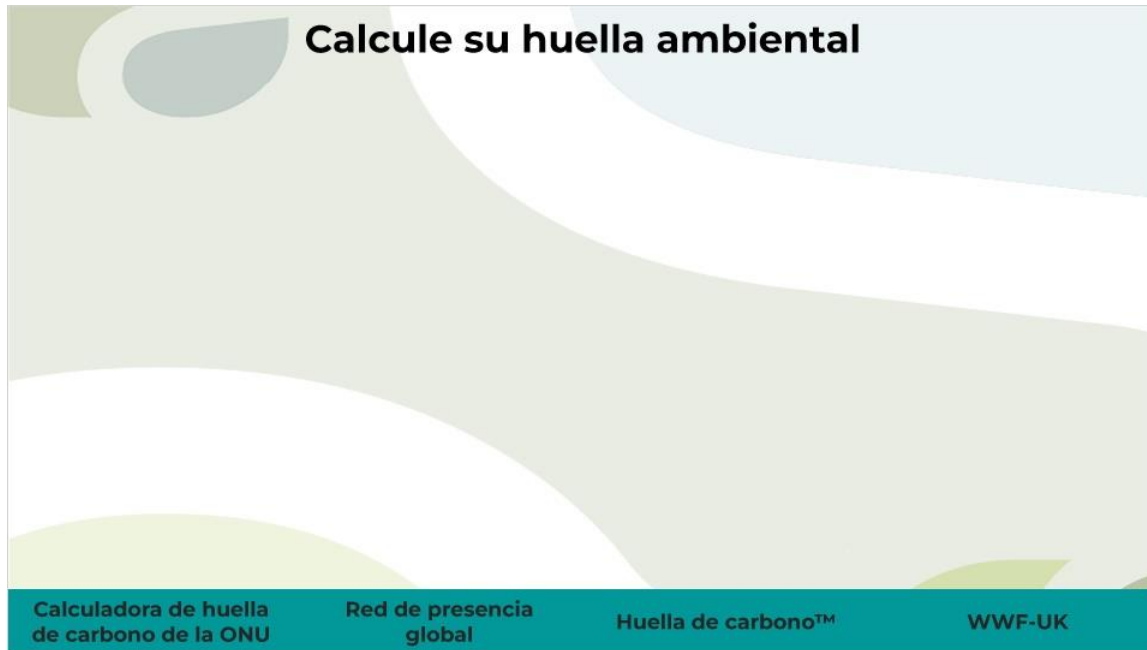
### 5.3.2 Huella ambiental (3)

#### Calcule su huella ambiental

Si no está preparado para realizar un seguimiento de sus emisiones de CO<sub>2</sub> rellenando la información con regularidad, en la página siguiente encontrará algunas herramientas que le ayudarán a estimar su huella de carbono y, a continuación, a tomar decisiones concretas e informadas:



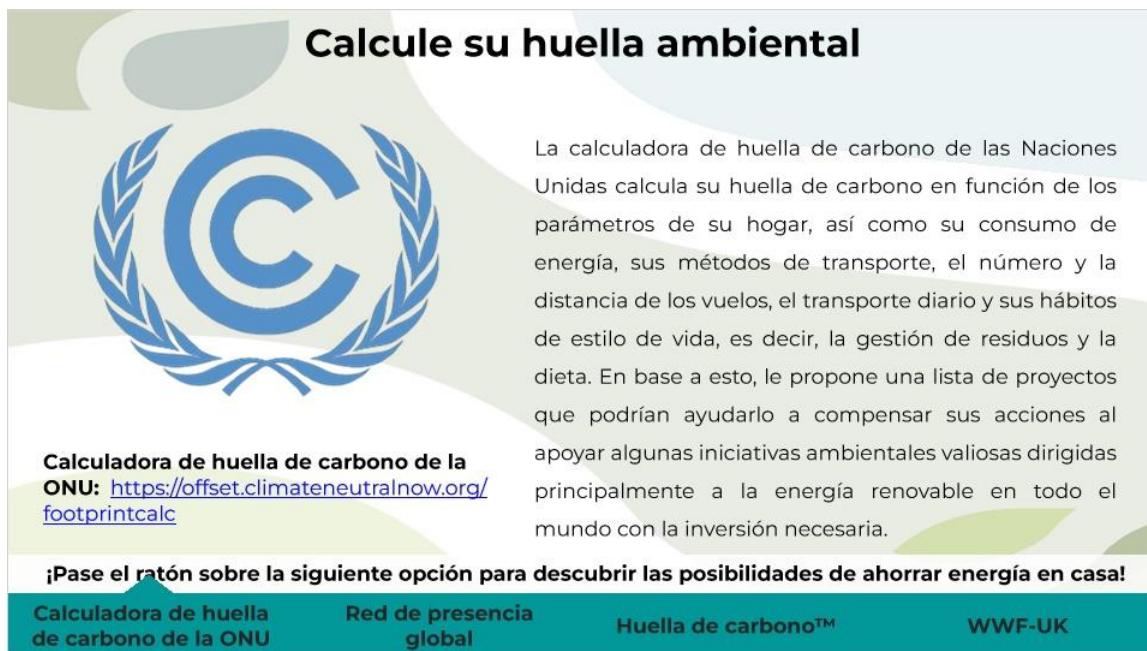
### 5.3.3 Calcule su huella ambiental (1)




**Calcule su huella ambiental**

Calculadora de huella de carbono de la ONU    Red de presencia global    Huella de carbono™    WWF-UK

### Calculadora de huella de carbono de la ONU (Capa de diapositivas)



**Calcule su huella ambiental**



La calculadora de huella de carbono de las Naciones Unidas calcula su huella de carbono en función de los parámetros de su hogar, así como su consumo de energía, sus métodos de transporte, el número y la distancia de los vuelos, el transporte diario y sus hábitos de estilo de vida, es decir, la gestión de residuos y la dieta. En base a esto, le propone una lista de proyectos que podrían ayudarlo a compensar sus acciones al apoyar algunas iniciativas ambientales valiosas dirigidas principalmente a la energía renovable en todo el mundo con la inversión necesaria.

**Calculadora de huella de carbono de la ONU:** <https://offset.climateneutralnow.org/footprintcalc>

**¡Pase el ratón sobre la siguiente opción para descubrir las posibilidades de ahorrar energía en casa!**

Calculadora de huella de carbono de la ONU    Red de presencia global    Huella de carbono™    WWF-UK



## Red de presencia global (Capa de diapositivas)

### Calcule su huella ambiental



La calculadora de la red de huella global mide sus emisiones de CO2 en términos de la demanda de recursos de las personas, los gobiernos y las empresas en comparación con la capacidad de regeneración biológica de la Tierra. Hoy en día, según la red Global Footprint, los humanos utilizamos tantos recursos ecológicos como si viviéramos en 1,75 Tierras. Por lo tanto, la idea es reducir las emisiones de CO2 para consumirlas de acuerdo con los recursos de la Tierra.


Red de presencia global: <https://www.footprintcalculator.org/home/en>

¡Pase el ratón sobre la siguiente opción para descubrir las posibilidades de ahorrar energía en casa!

Calculadora de huella de carbono de la ONU	Red de presencia global	Huella de carbono™	WWF-UK
--	-------------------------	--------------------	--------

## Huella de carbono (Capa de diapositivas)

### Calcule su huella ambiental



Además de calcular tu huella de carbono, la herramienta también propone algunas opciones de compensación para compensar tus emisiones de CO2, así como algunos consejos semanales para reducir las emisiones de CO2 en caso de que quieras recibirlas con regularidad.

Huella de carbono™: <https://www.carbonfootprint.com/calculator.aspx>

¡Pase el ratón sobre la siguiente opción para descubrir las posibilidades de ahorrar energía en casa!

Calculadora de huella de carbono de la ONU	Red de presencia global	Huella de carbono™	WWF-UK
--	-------------------------	--------------------	--------

## WWF-UK (Capa de diapositivas)

### Calcule su huella ambiental



WWF-UK calcula tus emisiones de CO2 mediante una serie de preguntas sencillas y fáciles de responder relacionadas con tus hábitos de vida. Luego, le propone aprender, actuar y apoyar algunos de sus proyectos e iniciativas respetuosos con el medio ambiente ubicados principalmente en el Reino Unido.

WWF-UK: <https://www.wwf.org.uk/>

¡Pase el ratón sobre la siguiente opción para descubrir las posibilidades de ahorrar energía en casa!

Calculadora de huella de carbono de la ONU    Red de presencia global    Huella de carbono™    WWF-UK

### 5.3.4 Calcule su huella ambiental (2)

### ¿Qué es lo siguiente?

Una vez que haya **calculado su huella de carbono**, puede empezar a reducirla **adaptando algunos de los consejos que** se dan en nuestros módulos de aprendizaje o los consejos que se dan en cada uno de los sitios web mencionados anteriormente.

Otro método para reducir su huella de carbono es financiar los proyectos que necesitan **inversión y que ayudarán a compensar sus acciones**. Elija el proyecto internacional o local de fuentes confiables que más le convenga y contribuya a combatir el cambio climático.

Otra buena idea sería **donar para plantar árboles** en lugar de comprar regalos para cumpleaños o apoyar a organizaciones locales, **nacionales e internacionales** en nombre de una persona que cumple años. Si quieres ir más allá, puedes configurar algunos equipos de medición de emisiones de CO2 disponibles en tu país que recopilen **información sobre tu consumo de electricidad, agua y gas** (a menudo, ya lo ha propuesto tu proveedor de energía), el uso de vehículos, la elección de alimentos y los patrones de compra.

### 5.3.5 Calcule su huella ambiental (3)

## ¿Qué es lo siguiente?

Puede que lleve más tiempo, pero algunas aplicaciones **gratuitas pueden calcular tu huella decarbónico a diario** en función de los datos que proporciones.

- **Consulta las aplicaciones** disponibles en tu país en Google Play para Android y AppStore en IOS, y descarga algunas de las aplicaciones mejor valoradas en tu país.
- Pruébelas durante unos días para ver qué aplicación se adapta mejor a sus necesidades y parece ser la más fácil de usar y completa en cuanto a los datos tratados. Informado significa armado. ¡Ahora es el momento de adaptar algunos pequeños cambios!

### 5.3.6 Hogar respetuoso con el medio ambiente

## Hogar respetuoso con el medio ambiente: las renovaciones simples funcionan para consumir menos energía

La mayoría de los principios de la economía circular están ocultos en los componentes del diseño. Los productos diseñados correctamente son más fáciles de reutilizar, reacondicionar, refabricar, compartir y reciclar.

Lo mismo se aplica a nuestros hogares: los hogares diseñados de forma inteligente pueden ayudarlo a reducir significativamente sus facturas de energía y, por lo tanto, consumir menos energía.

Si bien algunas ideas pueden requerir más tiempo, dinero y esfuerzo, todavía existen algunas soluciones simples que se pueden aplicar fácilmente a cualquier hogar para hacerlo más eficiente desde el punto de vista energético.

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5
- 6

## Disena tu hogar de forma inteligente (Capa de diapositivas)

### Diseña tu hogar de forma inteligente

1 Diseñe su casa de manera eficiente desde el punto de vista energético teniendo en cuenta su ubicación, el clima y las necesidades de su familia. En la mayoría de los casos, se necesita la ayuda de profesionales para calcular el rendimiento actual de eficiencia energética de su casa, así como para recibir algunas recomendaciones sobre posibles mejoras y posibilidades de ahorro.

La estructura de la casa, el sistema de agua caliente, así como la refrigeración y la calefacción son elementos esenciales a tener en cuenta.

Algunas sugerencias son colocar las habitaciones cerca de las ventanas orientadas al sur para utilizarlas como fuente de calefacción durante el invierno, teniendo en cuenta la temporada de verano y las formas de enfriar el espacio.



2 3 4 5 6

## Considere medidas para reducir la pérdida de calor (Capa de diapositivas)

### Considere medidas para reducir la pérdida de calor

1 2 Existen numerosas formas de aislar su hogar y reducir así sus facturas de servicios públicos. Incluso algunas pequeñas correcciones pueden marcar una gran diferencia en términos del rendimiento energético de su casa.

- Aproximadamente un tercio de toda la pérdida de calor se puede evitar mediante un aislamiento de **cavidades o paredes sólidas**. La mayor parte del calor se escapa a través de las paredes, así que, con la ayuda de un profesional o por su cuenta, intente investigar si su casa tiene un aislamiento en las paredes con cavidades o no y cómo podría configurarlo. Según algunas estimaciones, la mayoría de los costos de instalación se pueden reducir en cinco años o menos debido al ahorro anual en la factura de energía.
- Si vive en una planta baja o sobre un espacio sin calefacción, como un garaje, estacionamiento, etc., considere aislar el **piso** para mantener el calor en su apartamento.

3 4 5 6



## Considere medidas para reducir la pérdida de calor (Capa de diapositivas)

1 2 3	<h3>Considere medidas para reducir la pérdida de calor</h3> <ul style="list-style-type: none"><li>• Alrededor de una cuarta parte del calor se pierde a través del aislamiento <b>del techo</b>. Si tiene fácil acceso a él, se pueden realizar algunas obras de renovación para solucionar este problema, y se reembolsará muchas veces una vez instalado a través de sus facturas de energía.</li><li>• <b>Ventanas y puertas:</b> instalar un acristalamiento secundario o tercero o usar cortinas gruesas puede ayudarlo a reducir su huella de carbono y hacer que su hogar sea resistente al ruido de las calles. Cambiar las puertas para aislar mejor su casa o incluso utilizar goma de silicona o un tapón contra corrientes de aire, que no cuestan casi nada dado el ahorro que generará, hará que su casa sea más eficiente desde el punto de vista energético.</li></ul>	4 5 6
-------	--	-------

## Aumente la eficiencia del hogar (Capa de diapositivas)

1 2 3 4	<h3>Aumente la eficiencia del hogar: Elija la calefacción inteligente y opte por la energía renovable</h3> <ul style="list-style-type: none"><li>• <b>Elija sistemas de calefacción y refrigeración energéticamente eficientes:</b> según el clima, las características de la casa y el presupuesto, infórmese sobre qué tipo de sistemas de calefacción y refrigeración se adaptarían mejor a sus necesidades y oportunidades. Por lo general, esta inversión se amortiza fácilmente gracias a la disminución de las facturas de energía.</li><li>• <b>Piense en la energía renovable:</b> ¿qué tal generar electricidad usted mismo? Dependiendo de las características de su casa, considere instalar paneles solares, turbinas eólicas o energía hidroeléctrica. El gobierno suele proponer diferentes ayudas financieras en función de sus ingresos para ayudar a los hogares a establecer energías renovables. Hay más oportunidades disponibles. ¿Por qué no producir tu propia energía para cargar tu teléfono?</li></ul>	5 6
---------	---	-----

## Haga que su hogar sea inteligente (Capa de diapositivas)

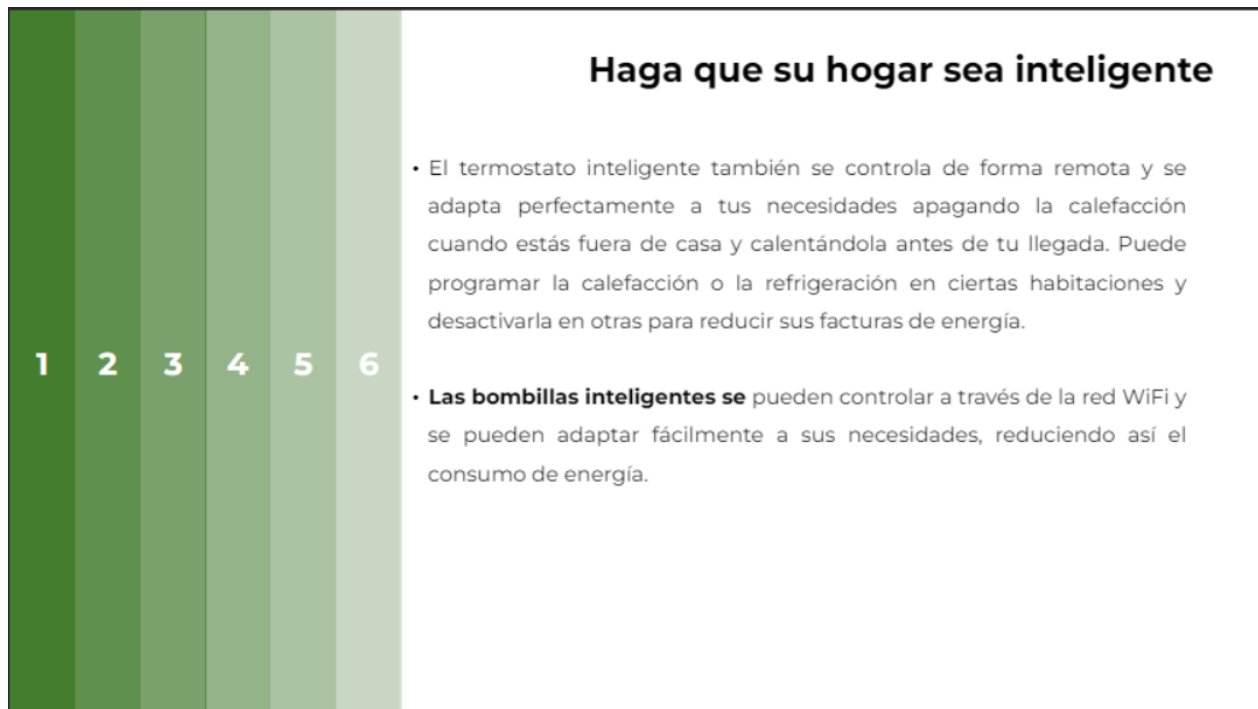


### Haga que su hogar sea inteligente

Invertir en algunos dispositivos domésticos inteligentes puede ayudarlo no solo a monitorear su consumo de energía, agua y gas, sino también a detectar posibles fugas e informarle sobre las opciones de eficiencia energética. En la sección de lectura adicional se ofrecen algunos ejemplos concretos de dispositivos inteligentes para un hogar ecológico.

- **Los electrodomésticos inteligentes** ayudan a usarlos enviando recordatorios sobre cuándo deben repararse, mantenerse, cerrarse, etc. Si sueles olvidar la puerta de un refrigerador o quieres saber cuándo debes reparar tu lavadora para evitar algunos gastos futuros, esta podría ser una buena inversión para ti.
- Los enchufes inteligentes se insertan en los enchufes normales y permiten, mediante algunas aplicaciones, controlar el consumo de energía, el nivel de energía y los tiempos de apagado y encendido de cada dispositivo conectado, y demostrar cuánta energía ya se ha utilizado. Todo se controla de forma remota y, por lo tanto, se puede monitorear fácilmente cuando está fuera de casa.

## Haga que su hogar sea inteligente (Capa de diapositivas)



### Haga que su hogar sea inteligente

- El termostato inteligente también se controla de forma remota y se adapta perfectamente a tus necesidades apagando la calefacción cuando estás fuera de casa y calentándola antes de tu llegada. Puede programar la calefacción o la refrigeración en ciertas habitaciones y desactivarla en otras para reducir sus facturas de energía.
- **Las bombillas inteligentes se** pueden controlar a través de la red WiFi y se pueden adaptar fácilmente a sus necesidades, reduciendo así el consumo de energía.

### 5.3.6 Fuentes intermedias de RUR

#### Otras fuentes para el uso responsable de los recursos

- UNFCCC. ¿Qué es el Acuerdo de París? Disponible en: <https://unfccc.int/process-and-meetings/the-paris-agreement>
- Informe sobre la brecha de circularidad de 2023. Disponible en: <https://circularity-gap.world/2023>
- Inspiración para mi próximo proyecto de mejoras para el hogar. Disponible en: <https://energysavingtrust.org.uk/hub/inspiration-home-improvement-project/>
- Diseño y construcción de viviendas asequibles sin consumo de energía en 12 pasos. Disponible en: <https://zeroenergyproject.com/build/twelve-steps-affordable-zero-energy-home-construction-design/>
- Diseño de viviendas energéticamente eficientes. Disponible en: <https://www.energy.gov/energysaver/energy-efficient-home-design>
- Ashley deHaan. 8 formas en que su hogar inteligente puede ahorrar energía. Disponible en: <https://www.enercare.ca/blog/>
- 10 INCREÍBLES PRODUCTOS PARA LA AUTOMATIZACIÓN DEL HOGAR ECOLÓGICA. Disponible en: <https://elemental.green/10-amazing-products-for-eco-friendly-home-automation/>

Volver al menú Uso responsable de los recursos

## 5.4 Escenario para principiantes: uso responsable de los recursos

### 5.4.1 Escenario: Principiante

#### Escenario 1: Principiante: Uso responsable de los recursos

En este escenario, ayudarás a la nieta **María** a instalarse en su primer apartamento. El escenario se desarrolla primero en una tienda y después en el apartamento de la nieta.

Puede elegir entre respuestas correctas e incorrectas. Las respuestas correctas conducen a más diálogo o comentarios, mientras que las respuestas incorrectas hacen que el usuario vuelva a intentarlo.

Los elementos clave del escenario incluyen comprender el escenario, aplicar el conocimiento y reflexionar sobre los comentarios para mejorar.

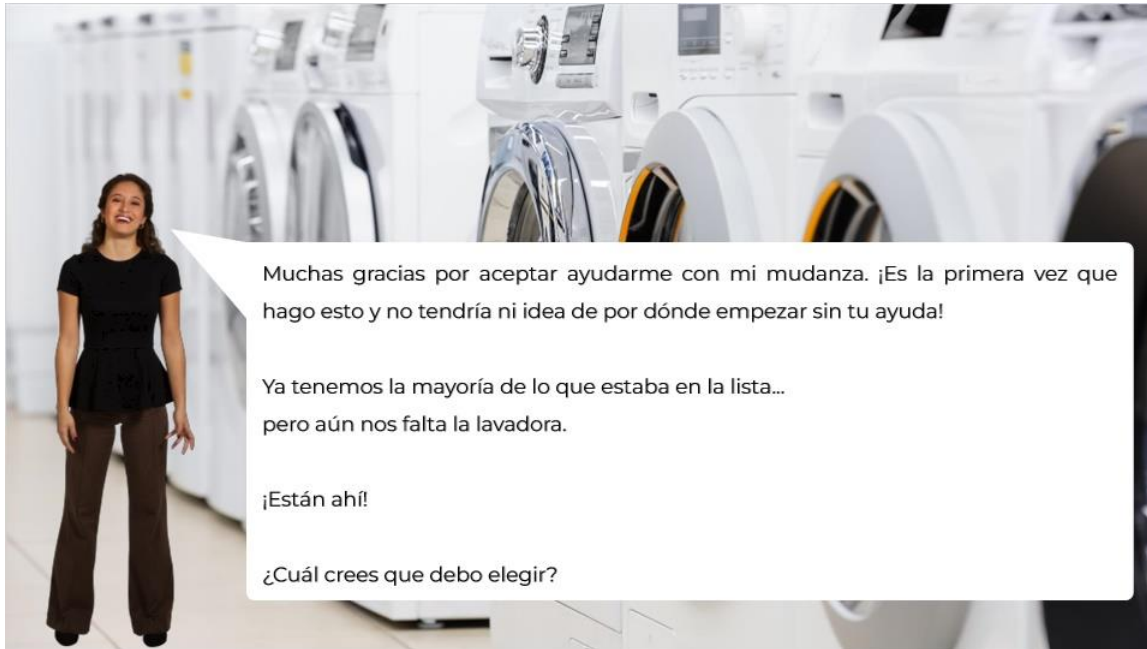
Hola, me llamo  
María. ¡Estoy  
emocionada!



¿Estás listo?

Volver al menú

## 5.4.2 Escenario: Principiante



Muchas gracias por aceptar ayudarme con mi mudanza. ¡Es la primera vez que hago esto y no tendría ni idea de por dónde empezar sin tu ayuda!

Ya tenemos la mayoría de lo que estaba en la lista... pero aún nos falta la lavadora.

¡Están ahí!


¿Cuál crees que debo elegir?

## 5.4.3 Escenario: Principiante: Pregunta 1

*(Elija uno, 10 puntos, 1 intento permitido)*

### Elegir la lavadora adecuada...

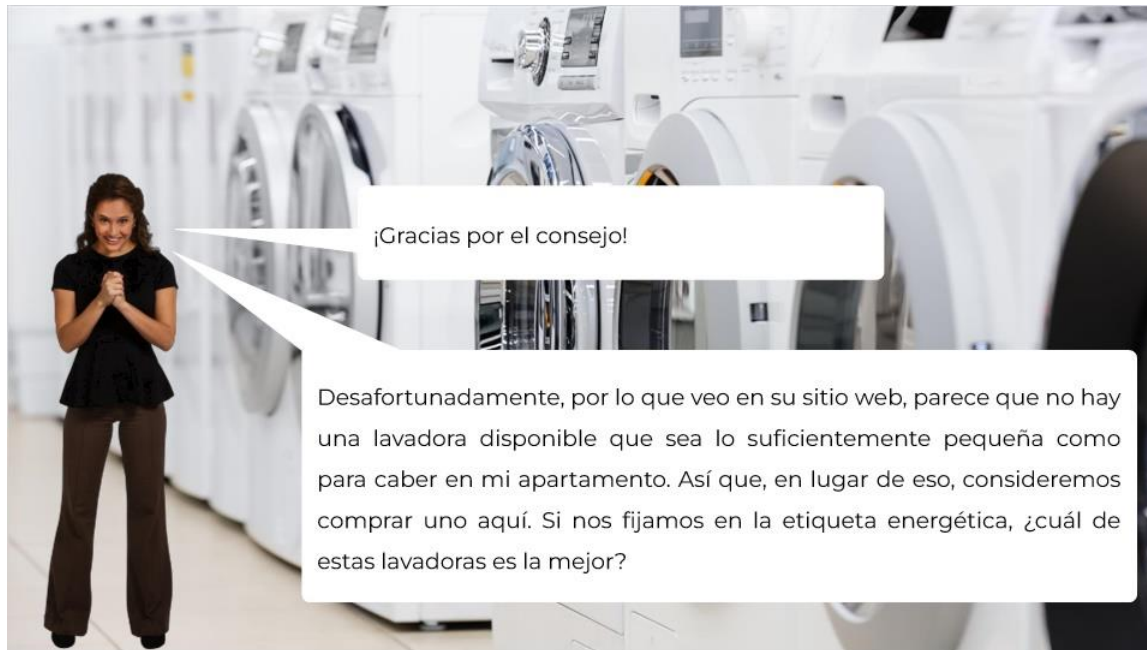
Seleccione uno de los siguientes diamantes con cuidado, ya que hay una opción correcta, una moderada y una incorrecta.



- ◆ Supongo que puedes elegir el que más te guste y se ajuste a tu presupuesto. ¿Qué hay de esa?
- ◆ He oído hablar de esta gran organización que ofrece la posibilidad de alquilar una lavadora en lugar de comprarla. ¡Entonces puede obtener la reparación, el traslado y el reciclaje gratuitos de sus electrodomésticos viejos!
- ◆ ¡Echemos un vistazo a las etiquetas energéticas para hacer nuestra elección!



## 5.4.4 Escenario: Principiante



## 5.4.5 Escenario: Principiante: Pregunta 2

(Elija uno, 10 puntos, 1 intento permitido)

### ¿Cómo reconocer un producto reescalado?

**Etiqueta energética actual**

**Nueva etiqueta energética**

- El código QR da acceso a más información sobre el modelo
- La clase de eficiencia energética reescalada de este frigorífico, que era A+++ en la etiqueta anterior
- El consumo de energía anual de este frigorífico se ha calculado con métodos más precisos
- Volumen del frigorífico expresado en litros (L)
- Nivel de ruido medido en decibelios (dB) y con una escala de cuatro clases

Fuente: ¿Cómo reconocer un producto reescalado? Comisión Europea. Disponible en todos los idiomas de la UE en: [https://ec.europa.eu/commission/presscorner/detail/en/ip\\_21\\_818](https://ec.europa.eu/commission/presscorner/detail/en/ip_21_818).

### Opción múltiple

1

- Clase A
- Bajo consumo de agua
- Bajo nivel de ruido

2

- Clase C
- Alto consumo de agua

3

- Clase A
- Alto consumo de agua
- Alto nivel de ruido

### 5.4.6 Escenario: Principiante



### 5.4.7 Escenario: Principiante: Pregunta 3

*(Elija uno, 10 puntos, 1 intento permitido)*

**Opciones**

- 1 Deberías comprar bombillas incandescentes.
- 2 Deberías comprar bombillas halógenas.
- 3 Deberías comprarte unas bombillas **LED**.

## 6.8 5.4.8 RUR: Escenario: Principiante




## 5.4.9 Escenario: Principiante: Pregunta 4

*(Elija uno, 10 puntos, 1 intento permitido)*

### Seleccione la mejor opción de secado de ropa de Maria

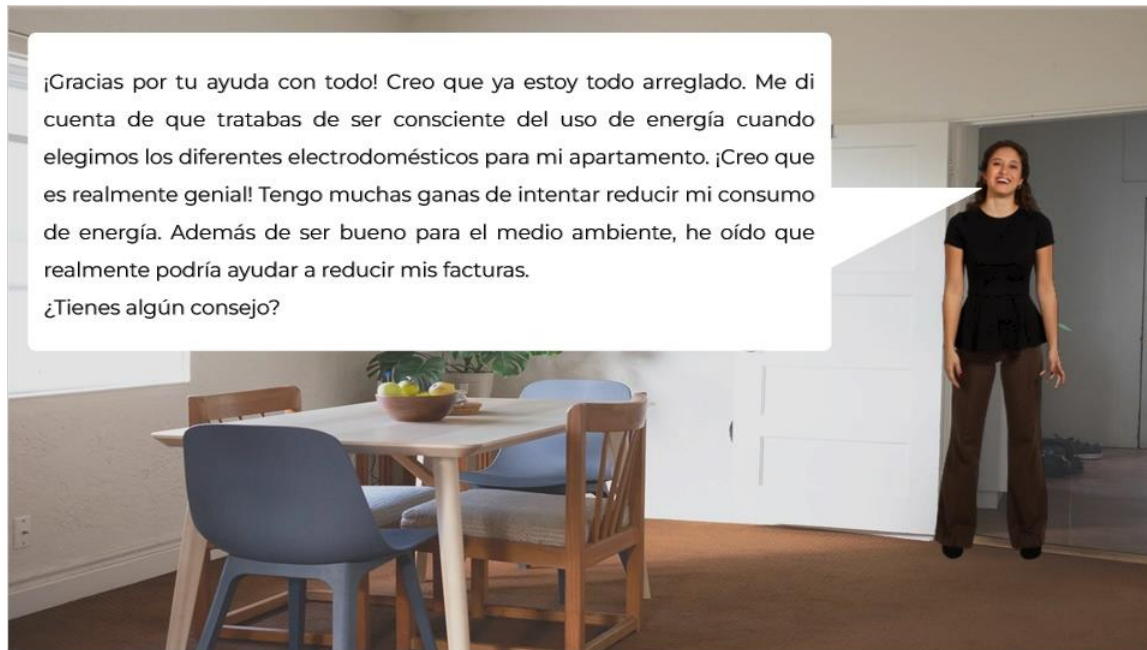
Seleccione uno de los siguientes diamantes con cuidado, ya que hay una opción correcta, una moderada y una incorrecta.



- ¡Compremos una secadora!
- ¿O debo comprar estantes para secar la ropa?
- También he oído hablar de la opción de alquilar una secadora...



## 5.4.10 Escenario: Principiante




## 5.4.11 Escenario: Principiante: Pregunta 5

*(Elija uno, 10 puntos, 1 intento permitido)*

### ¿Algún consejo para ahorrar energía?

Seleccione uno de los siguientes diamantes con cuidado, ya que hay una opción correcta, una moderada y una incorrecta.



- ◆ ¡Por supuesto! En primer lugar, asegúrate de apagar siempre las luces al salir de una habitación. ¡Intenta también priorizar las duchas sobre las bañeras y baja la calefacción cuando duermas o estés fuera de tu apartamento!
- ◆ ¡Por supuesto! Intente hacer cargas más pequeñas cuando use la lavadora, incluso si eso significa usarla con más frecuencia. También puede mantener las luces encendidas por la noche, ya que la acción de encenderlas y apagarlas consume mucha energía.
- ◆ Probablemente puedas buscar algunos consejos en línea. Hay muchos recursos que pueden ser muy útiles si estás intentando prestar atención a tu consumo de energía.



## 5.4.12 Escenario: principiante (resultados del cuestionario)

(Resultado deslizamiento, 0 puntos, 1 intento permitido)

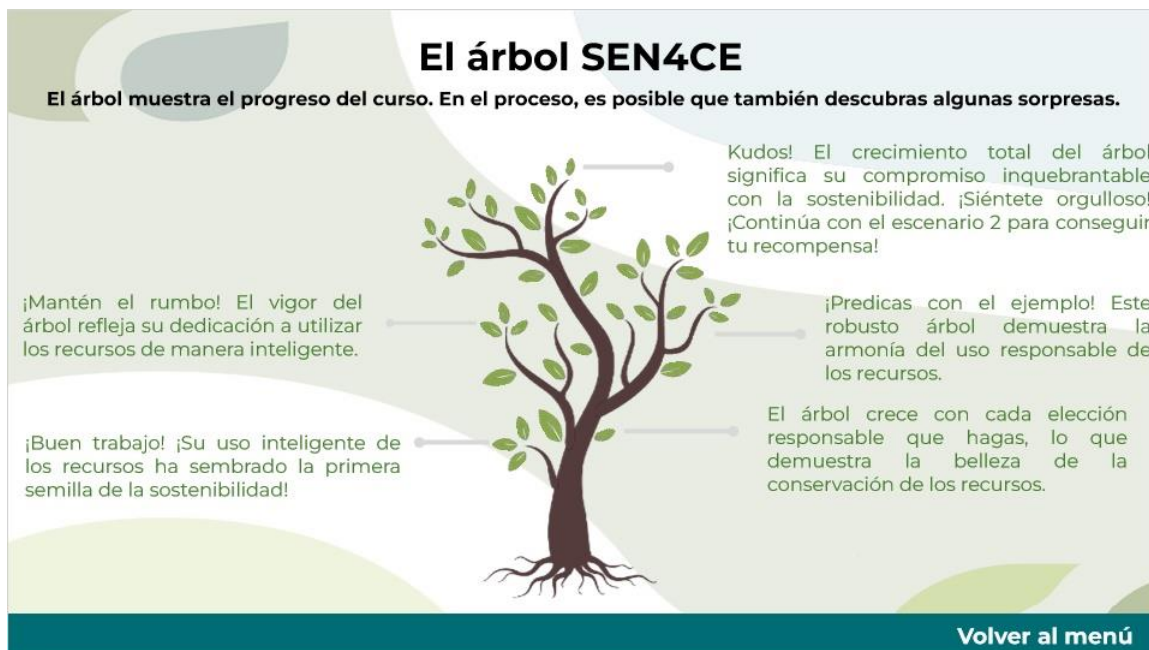


**RESULTADOS DEL CUESTIONARIO**

Tu puntuación: → 0%

**REINTENTAR** **REVISIÓN** **CONTINUAR**

## 5.4.13 Escenario: principiante (árbol SEN4CE)



**El árbol SEN4CE**

El árbol muestra el progreso del curso. En el proceso, es posible que también descubras algunas sorpresas.

¡Mantén el rumbo! El vigor del árbol refleja su dedicación a utilizar los recursos de manera inteligente.

¡Buen trabajo! ¡Su uso inteligente de los recursos ha sembrado la primera semilla de la sostenibilidad!

¡Kudos! El crecimiento total del árbol significa su compromiso inquebrantable con la sostenibilidad. ¡Siéntete orgulloso! ¡Continúa con el escenario 2 para conseguir tu recompensa!

¡Predicas con el ejemplo! Este robusto árbol demuestra la armonía del uso responsable de los recursos.

El árbol crece con cada elección responsable que hagas, lo que demuestra la belleza de la conservación de los recursos.

**Volver al menú**

## 5.5 Escenario intermedio: Uso responsable de los recursos

### 5.5.1 Escenario: Intermedio

#### Escenario 2: Intermedio: Uso responsable de los recursos

Hola, otra vez. ¡Gracias por ayudarme una vez más!

En este escenario, ayudarás a la nieta **María** a hacer algunas renovaciones en el primer apartamento. El escenario tiene lugar en su apartamento.

Este escenario le ayudará a aprender:

- Cómo calcular su huella de CO2 y cómo reducir sus emisiones de CO2;
- Cómo realizar algunas obras de renovación y energía renovable para que su casa consuma menos energía.

Puede elegir entre respuestas correctas e incorrectas.

¿Estás listo?

[Volver al menú](#)

### 5.5.2 Escenario: Intermedio




Creo que es mejor encontrar un especialista que pueda ayudarme a diseñar mi apartamento para que se vea bien y se adapte bien a mis gustos.

### 5.5.3 Escenario: Intermedio: Pregunta 1

(Elija uno, 10 puntos, 1 intento permitido)

#### Elegir al especialista adecuado...

Seleccione uno de los siguientes diamantes con cuidado, ya que hay una opción correcta, una moderada y una incorrecta.



- ◇ Sí, ¡es una buena idea encontrar un especialista que pueda ayudarlo a hacerlo!
- ◇ ¡Gran idea! Quizás también podrías buscar especialistas que puedan ayudarte a evaluar el rendimiento energético de tu apartamento para que consuma menos energía y darnos algunas recomendaciones. Puede que no parezca una prioridad ahora, pero una vez que se haga en los primeros pasos de renovación, ayudará a ahorrar mucho dinero en el futuro.
- ◇ ¡Sí, hagámoslo! Pero primero comprobemos el rendimiento energético de tu apartamento para arreglarlo ahora.

### 5.5.4 Escenario: Intermedio



¿Qué tipo de bombillas crees que debería comprar? ¿Clásicas o inteligentes? Las bombillas inteligentes parecen más caras, no sé si debería invertir algo de dinero en ellas.




## 5.5.5 Escenario: Intermedio: Pregunta 2

(Elija uno, 10 puntos, 1 intento permitido)

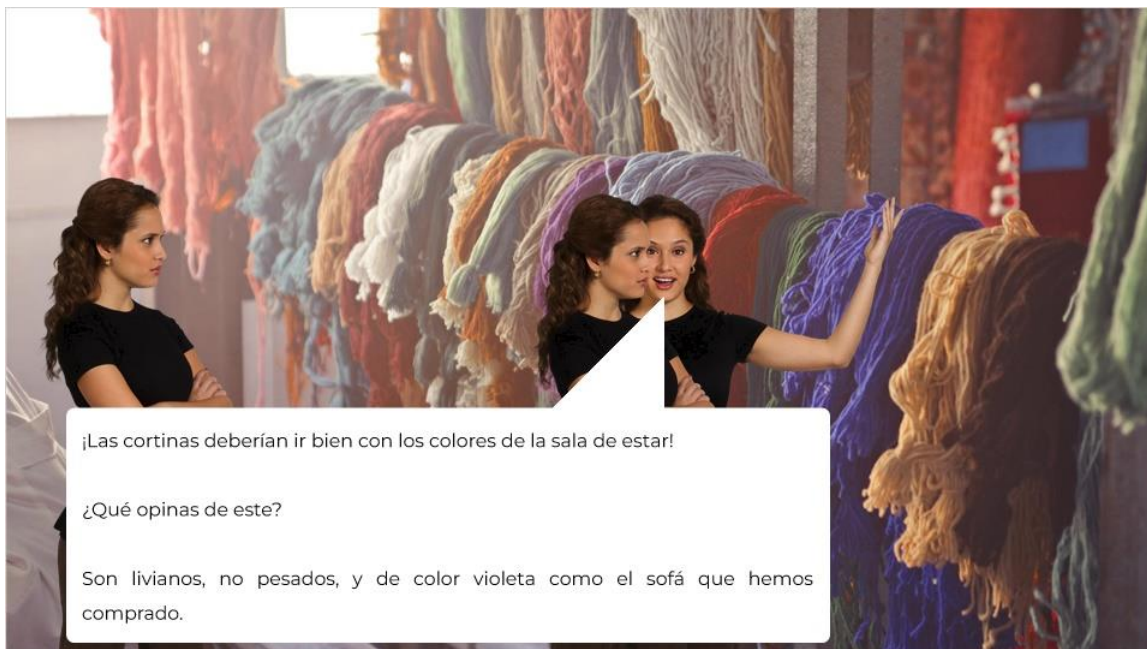
### Elegir las bombillas adecuadas...

Seleccione uno de los siguientes diamantes con cuidado, ya que hay una opción correcta, una moderada y una incorrecta.



- ◆ Sí, quizás deberías comprar unos clásicos, pero elijamos el que tiene etiqueta energética de la UE, el de clase A+++ si lo encontramos.
- ◆ Las bombillas inteligentes pueden ayudarte a ahorrar más energía gracias a sus sistemas de control y monitorización y te permitirán ajustar la iluminación al nivel que necesites para sentirte más cómodo en casa. Pero, por supuesto, piense en su presupuesto para tomar la decisión correcta. Las bombillas de bajo consumo también serán una buena solución y son un poco más baratas.
- ◆ ¡Tienes razón! Las bombillas son solo bombillas. Mientras su apartamento sea luminoso, no importa qué bombillas se utilicen.

## 5.5.6 Escenario: Intermedio



¡Las cortinas deberían ir bien con los colores de la sala de estar!

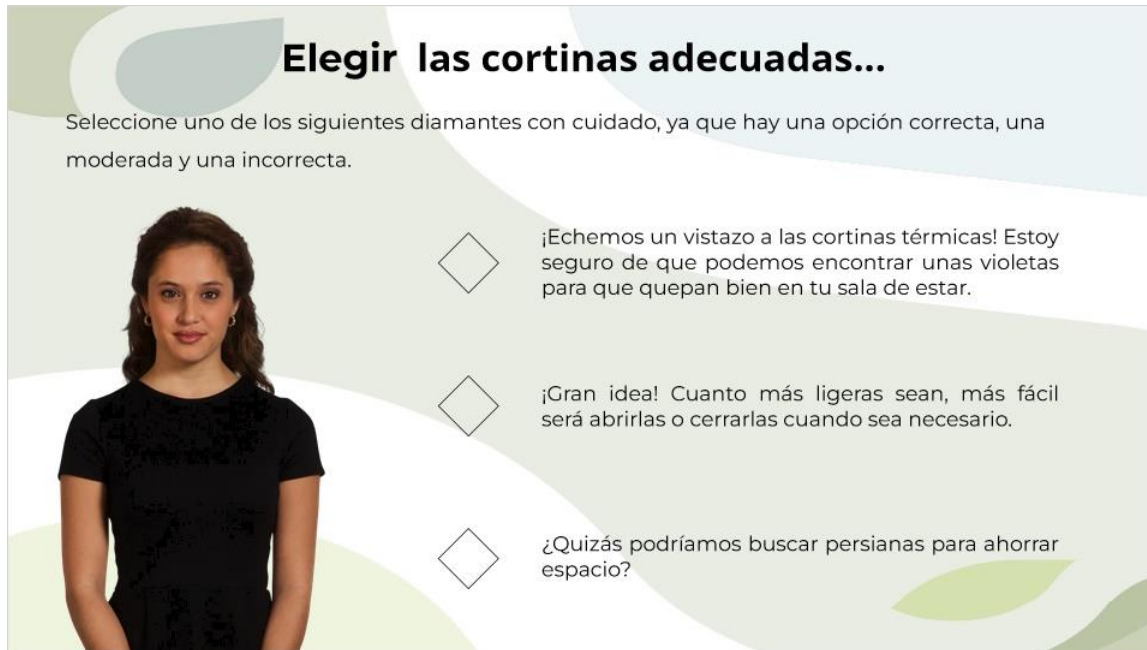
¿Qué opinas de este?

Son livianos, no pesados, y de color violeta como el sofá que hemos comprado.





### 5.5.7 Escenario: Intermedio: Pregunta 3


(Elija uno, 10 puntos, 1 intento permitido)




**Elegir las cortinas adecuadas...**

Seleccione uno de los siguientes diamantes con cuidado, ya que hay una opción correcta, una moderada y una incorrecta.

  ¡Echemos un vistazo a las cortinas térmicas! Estoy seguro de que podemos encontrar unas violetas para que quepan bien en tu sala de estar.

 ¡Gran idea! Cuanto más ligeras sean, más fácil será abrirlas o cerrarlas cuando sea necesario.

 ¿Quizás podríamos buscar persianas para ahorrar espacio?

### 5.5.8 Escenario: Intermedio

(Elija más de uno, 10 puntos, 1 intento permitido)



**Conducir a casa en el autobús**

¡Gracias por su ayuda con mis trabajos de renovación y por elegir los artículos correctos para mi nuevo hogar! He oído hablar recientemente de la calculadora de huella de carbono. ¿Has oído hablar de ella alguna vez? ¿Sabes cómo puede calcular nuestras emisiones de CO2?

Por lo general, le hace una serie de preguntas sobre sus hábitos de viaje, dieta, compras, etc. 

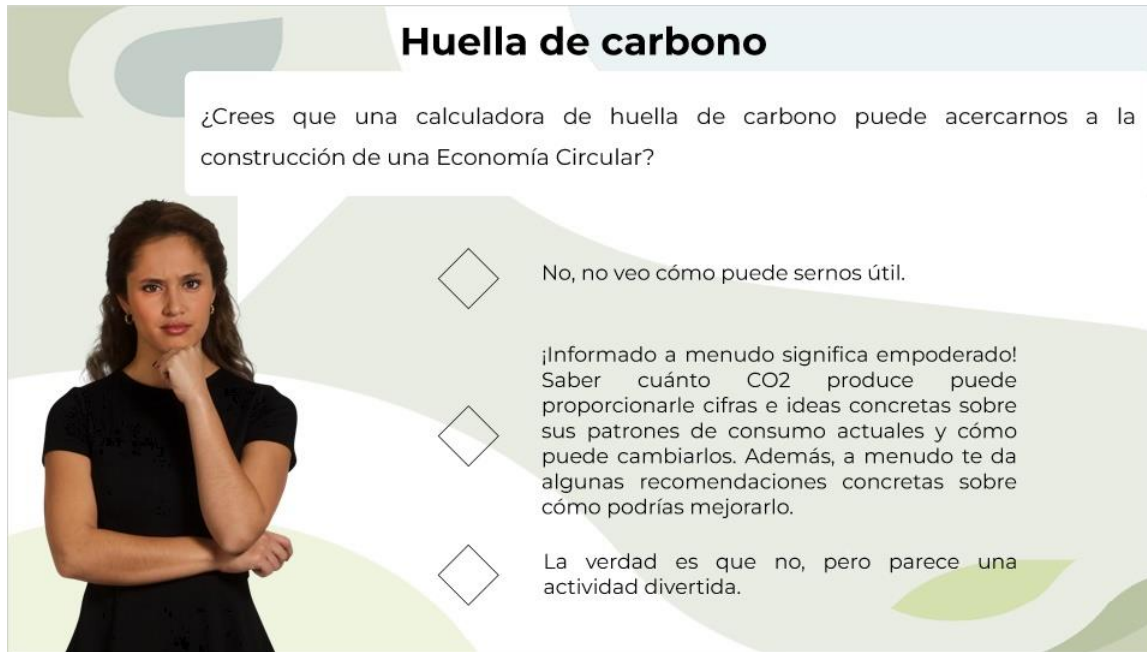
Puede recopilar cierta información con su consentimiento de varias aplicaciones, por ejemplo, de su proveedor de energía, Uber, etc., para simplificar el seguimiento. 

Puede ser una aplicación que complete regularmente para indicar sus viajes, compras, comidas, etc. para calcular la cantidad de emisiones de CO2 que produjo. 



### 5.5.9 Escenario: Intermedio: Pregunta 4

(Elija uno, 10 puntos, 1 intento permitido)



**Huella de carbono**

¿Crees que una calculadora de huella de carbono puede acercarnos a la construcción de una Economía Circular?

No, no veo cómo puede sernos útil.

¡Informado a menudo significa empoderado! Saber cuánto CO2 produce puede proporcionarle cifras e ideas concretas sobre sus patrones de consumo actuales y cómo puede cambiarlos. Además, a menudo te da algunas recomendaciones concretas sobre cómo podrías mejorarlo.

La verdad es que no, pero parece una actividad divertida.

### 5.5.10 Escenario: Intermedio (resultados del cuestionario)

(Resultado deslizamiento, 0 puntos, 1 intento permitido)



**RESULTADOS DEL CUESTIONARIO**

Tu puntuación: → 0%

**REINTENTAR** **REVISIÓN** **CONTINUAR**

## 5.5.11 Escenario: Intermedio (árbol SEN4CE)

### El árbol SEN4CE

El árbol muestra el progreso del curso. En el proceso, es posible que también descubras algunas sorpresas.

¡Tu dedicación está brillando! El árbol floreciente representa su compromiso con la conservación.

¡Felicidades! Este árbol, en su mejor momento, refleja su dominio en la gestión de recursos.

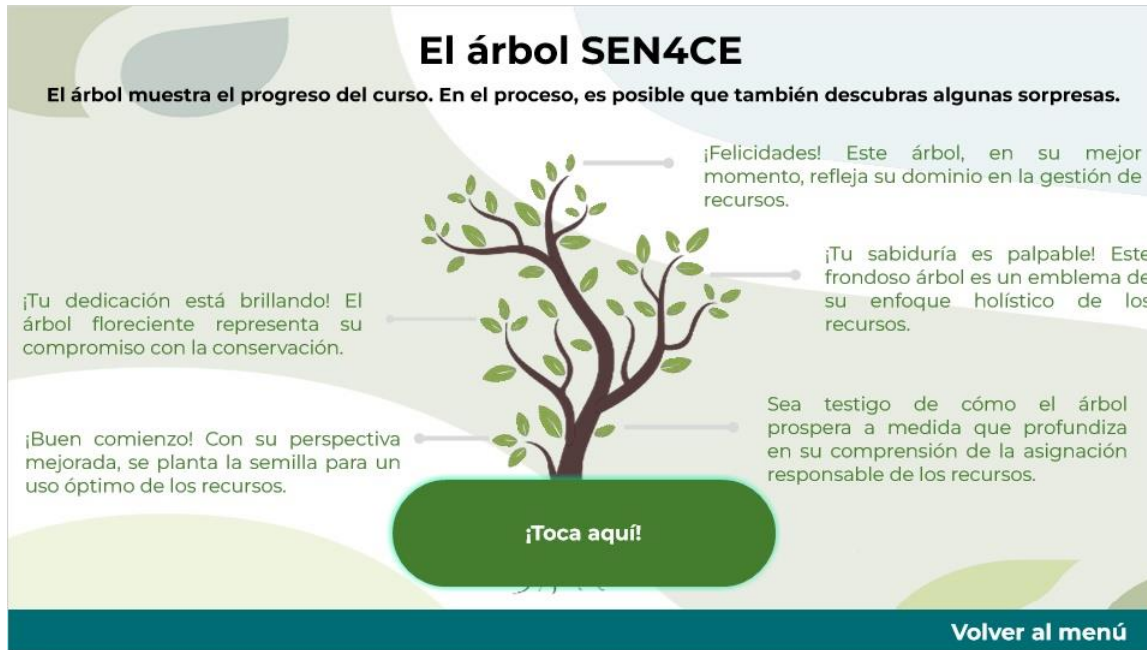
¡Tu sabiduría es palpable! Este frondoso árbol es un emblema de su enfoque holístico de los recursos.

¡Buen comienzo! Con su perspectiva mejorada, se planta la semilla para un uso óptimo de los recursos.

Sea testigo de cómo el árbol prospera a medida que profundiza en su comprensión de la asignación responsable de los recursos.

¡Toca aquí!

Volver al menú



## Stuff (Capa de diapositivas)

El sitio web [Story of Stuff](#) profundiza en las complejidades de nuestros hábitos de consumo, destaca el ciclo de vida de los productos y aboga por un mundo más sostenible y justo. ¡Echa un vistazo!

Webobjekt:-

Adresse:  
<https://www.youtube.com/embed/9GorqroigqM>

Cerrar

