

GUADARRAMA RÍO DE ARENA



ECOLOGÍA EN EL HOGAR: CÓMO CONSEGUIR UNA CASA SOSTENIBLE Y NO DESESPERAR EN EL INTENTO...

AGUA, EL ELEMENTO DE LA VIDA

Resulta curioso que el porcentaje de agua de nuestro planeta sea el mismo que el de nuestro cuerpo, cerca del 70%. Todos tenemos claro que no podemos vivir sin agua, pero la valoramos poco. En los países desarrollados tenemos un acceso tan fácil a este recurso, que hace que la malgastemos y la ensuciamos. **Te pedimos que imagines un día sin agua. Escribe un pequeño relato.**



¿SABES CALCULAR EL CONSUMO DE AGUA DE TU CASA?

Responde a las siguientes cuestiones para calcular el gasto semanal de agua en tu vivienda.

EMPECEMOS POR EL CUARTO DE BAÑO...	Nº DE VECES	LITROS AL DÍA	LITROS A LA SEMANA X7
¿Cuántas veces vaciáis la cisterna al día? (una cisterna media gasta 10 litros)			
¿Cuántas duchas tomáis al día? (una ducha de 8 minutos gasta 64 litros)			
¿Cuántos baños en bañera completa te das al día? (un baño supone unos 230 litros)			
¿Cuántas veces os laváis los dientes al día con el grifo abierto? (lavarse los dientes con el grifo abierto consume unos 30 litros)			
¿Y con el grifo cerrado? (lavarse los dientes con el grifo cerrado consume 1/2 litro)			
¿Cuántas veces os laváis las manos o la cara diariamente con el grifo abierto? (lavarse las manos con el grifo abierto consume unos 18 litros)			
¿Y con el grifo cerrado? (lavarse las manos con el grifo abierto consume unos 5 litros)			
TOTAL SEMANAL			

Es posible que muchas de las acciones que utilizan agua en la cocina, no las realices de forma diaria, por lo que haz una estimación de cuántas veces las haces a la semana y calcula el gasto de litros de agua.

SIGAMOS POR LA COCINA	Nº DE VECES	LITROS AL DÍA	LITROS A LA SEMANA X 7
¿Cuántas veces ponéis la colada al día? (una colada media gasta 52 litros en una lavadora de 7 Kg. de carga)			
¿Cuántas veces ponéis el lavavajillas completo al día? (un lavavajillas gasta 10 litros)			
¿Cuántos veces laváis la vajilla a mano? (lavar a mano la vajilla de tres personas gasta cada vez unos 54 litros)			
TOTAL SEMANAL			

Como en el caso anterior es posible que muchas de las acciones que utilizan agua en el jardín, no las realices de forma diaria, por lo que haz una estimación de cuántas veces las haces a la semana y calcula el gasto de litros de agua.

TERMINEMOS EN EL JARDÍN	Nº DE VECES	LITROS AL DÍA	LITROS A LA SEMANA X 7
¿Cuántas veces riegas tu jardín a la semana? (para una superficie de 50 m ² destinados a plantas de riego medio, con sistema de riego economizador el consumo diario es 219 litros)			
¿Cuántas veces riegas tu jardín a la semana? (para una superficie de 50 m ² destinados a plantas de riego medio, sin sistema de riego economizador el consumo diario es de 625 litros)			
¿Cuántas veces al día riegas los tiestos? (se estima que para un tiesto de tamaño medio se emplea 1/2 litro en cada riego)			
TOTAL SEMANAL			

¿Cuánto litros de agua se consumen en tu hogar a la semana? Puedes calcular el consumo anual de tu hogar multiplicando la cifra obtenida por 52. Si divides el consumo anual entre el número de personas que viven en tu hogar, puedes calcular el gasto por persona y año **¿Tu resultado se parece a la media del consumo de agua de los hogares madrileños por persona y año de 48.545 litros?**

SIEMPRE ES MOMENTO DE AHORRAR AGUA

Si quieres conocer algunos consejos prácticos para ahorrar agua, puedes consultar: https://www.miteco.gob.es/es/ceneam/programas-de-educacion-ambiental/hogares-verdes/fichas-ahorro-agua_tcm30-171552.pdf.

ENERGÍA PARA VIVIR ENCHUFADOS

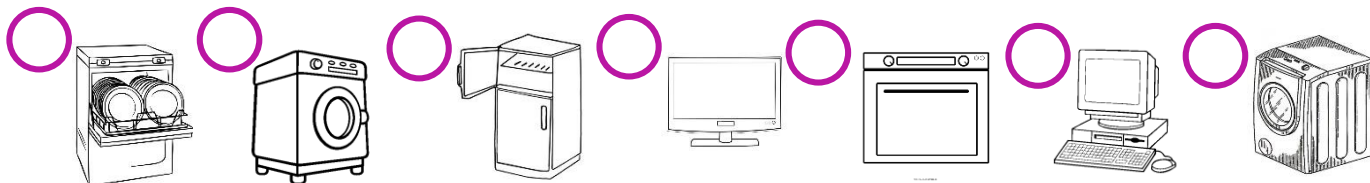
¿Dependemos de la energía? Piensa las veces que utilizas la energía desde que te levantas hasta que te acuestas y haz un listado.

Si analizamos el consumo total de energía en nuestros hogares vemos que la calefacción supone casi la mitad del total (47,0%), el agua caliente sanitaria el 18,9%, la cocina el 7,4%, la refrigeración de la casa el 0,8 %, la iluminación el 4,1% y los electrodomésticos el 19,4%.

Nos vamos a fijar en la energía que tenemos más cerca, la energía eléctrica en nuestros hogares. Los hogares españoles gastan de media 990 euros anuales en consumo eléctrico. El 55,2% del total de electricidad, corresponde al uso de los electrodomésticos. Si colocas bien las letras podrás descubrir cuáles son los electrodomésticos de tu casa que generan un mayor consumo de electricidad en nuestra factura.

1	R <u>F</u> G <u>I</u> R <u>F</u> I <u>I</u> O <u>C</u> O -----	Siempre está encendido y es el que más gasta, aproximadamente un 36,7% del total del consumo
2	T <u>L</u> V <u>I</u> S <u>O</u> N <u>E</u> I <u>E</u> -----	Pasa mucho tiempo encendido y es el segundo que más gasta, con un 12,2% del total del consumo
3	A <u>L</u> V <u>O</u> R <u>D</u> A <u>A</u> -----	Aunque no se utiliza a diario es el tercer electrodoméstico que más consume con 11,8% del total
4	<u>O</u> R <u>H</u> N <u>O</u> -----	El cuarto electrodoméstico que más consume con 8,3% del total
5	R <u>E</u> A <u>R</u> O <u>D</u> N <u>D</u> O -----	Pasa mucho tiempo encendido y es el quinto electrodoméstico que más consume con 7,4 % del total
6	V <u>A</u> V <u>J</u> A <u>L</u> A <u>L</u> L <u>A</u> I <u>S</u> -----	Ahorra agua pero es el sexto electrodoméstico que más energía consume con 6,1% del total
7	E <u>A</u> O <u>A</u> R <u>D</u> C <u>S</u> -----	El séptimo electrodoméstico que más consume con 3,3% del total

Pon con número, el lugar que ocupa cada electrodoméstico en el ranking del consumo de electricidad en el hogar.



SIEMPRE ES MOMENTO DE AHORRAR ENERGÍA

¿Conoces esta etiqueta? Nos indica cómo de eficiente es un aparato en cuanto a su consumo de energía.



Investiga el etiquetado energético de algunos electrodomésticos de tu casa. Aunque no conserven las pegatinas, en algunos casos su categoría viene junto al nombre del modelo o puedes verlo en los libros de instrucciones. Cumplimenta la siguiente tabla.

ELECTRODOMÉSTICO	ETIQUETADO ENERGÉTICO
LAVAVAJILLAS	
LAVADORA	
HORNO	
FRIGORÍFICO	
SECADORA	
TELEVISIÓN	
ORDENADOR	

A modo de ejemplo, un frigorífico de la clase A+++ consume 6 céntimos de euros al día, uno de la clase A, 13 céntimos al día y uno de la clase C, 23 céntimos al día **¡Cuando en tu casa tengáis que cambiar un electrodoméstico ten en cuenta esta información!**

¡ATENCIÓN! con el Standby, consumo fantasma o derroche silencioso. La gran mayoría de aparatos eléctricos sigue consumiendo energía cuando están apagados pero enchufados. El consumo en espera de los electrodomésticos supone el 10,7% de nuestro consumo de electricidad anual, lo que lo sitúa en el cuarto lugar. Qué aparatos de nuestras casas generan más consumo fantasma: los decodificadores de TV (pueden llegar a consumir entre 41 y 64 kWh al año, lo que supone de 7 - 10 euros en la factura), el ordenador portátil (35 kWh al año, lo que en tu factura puede llegar a convertirse en 6 euros), la minicadena (su consumo ronda los 53 kWh lo que supone alrededor de 9 euros al año) y el televisor (que puede llegar 3kWh anuales, más o menos 9 euros **¡Desenchufa estos aparatos cuando no los utilices!**

Hasta ahora hemos traducido todo a un ahorro económico en nuestros hogares, **pero piensa en las graves consecuencias ambientales del consumo de energía: agotamiento de fuentes de energía no renovables, emisión de gases efecto invernadero, cambio climático...**

Si quieres conocer algunos consejos más para ahorrar energía, puedes consultar: https://www.miteco.gob.es/es/ceneam/programas-de-educacion-ambiental/hogares-verdes/fichas-energia-2011_tcm30-171551.pdf

VALEMOS NUESTRO PESO EN... RESIDUOS DOMÉSTICOS

¡Tenemos un problema! Generamos como término medio unos 471 Kg. de residuos por persona y año ¿Te has planteado alguna vez que tenemos un problema ambiental generando tantos residuos? De forma natural los residuos orgánicos se descomponen; la naturaleza cuenta con organismos encargados de este proceso. El problema surge cuando generamos una serie de productos (plástico, vidrio y latas de aluminio) para los que no hay organismo que los descompongan; por este motivo se estima que una lata aluminio tarda en descomponerse 10 años, una botella de plástico hasta los 700 años y una botella de vidrio 4.000 años. **Haz un experimento, entierra en un tiesto una cáscara de plátano y a su lado un envase pequeño de plástico. Después de un mes, desentierra ambos residuos ¿Cuál de los dos permanece intacto?**

LA REGLA DE LA 5 ERRES

Antes de cambiar el planeta, empieza cambiando tu casa y para ello te proponemos la regla de las 5 erres son: Reducir, Reparar, Recuperar, Reutilizar y Reciclar. Estas acciones reducen el impacto de nuestra vida sobre el planeta y nos reeducan hacia una forma de vida más sostenible **¿Sabes su significado? Define cada una de ellas con tus palabras y añade ejemplos que tú hagas de cada una.**

REDUCIR:

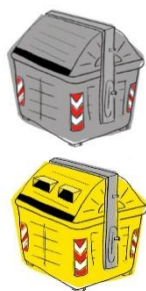
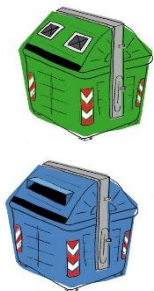
REPARAR:

RECUPERAR:

REUTILIZAR:

RECICLAR:

Como seguro que separas correctamente los residuos en tu hogar, te lo vamos a poner un poco más difícil **¿Sabes en qué contenedor tienes que depositar estos residuos?**



Cápsulas de
café



Chapas de
bebidas



Cepillo de
dientes



Cristal roto

Si quieres ver consejos, recomendaciones y datos curiosos, para que recicles de forma correcta y sencilla: <https://www.ecoembes.com/es/ciudadanos/envases-y-proceso-reciclaje/como-reciclar-bien>

Para terminar con estas fichas, nos gustaría que reflexionaras sobre nuestra forma de vida viendo este simpático video titulado La Huella de Carmela: <https://www.youtube.com/watch?v=280aTeLaT1o>