

Compra responsable y consumo medurado

¿Qué significa compra responsable?

Significa que realizo las compras desde criterios de calidad y ahorro. Y valoro producir con mis compras el menor **impacto ambiental negativo** posible.

También tengo en cuenta otras circunstancias éticas y sociales. Como las relacionadas con el comercio justo y las condiciones laborales de fabricación y comercialización de los productos.

Además, el **consumo medurado**, supone ajustar mi consumo a mis necesidades reales. Me pregunto si verdaderamente necesito o no lo que voy a comprar.

¿Cómo puedo reducir el impacto ambiental?

Cuando hablo de reducir el efecto ambiental negativo de mi compra tengo muchos detalles en cuenta.

Por ejemplo:

Elijo objetos de larga vida y fáciles de reparar. Desecho los objetos de “usar y tirar”.

Prefiero los objetos que se pueden reutilizar, intercambiar o vender.

Elijo preferentemente productos locales y producidos de manera respetuosa con el medio ambiente; me fijo que sean productos certificados.

Otro aspecto importante es que, lo que compro, venga con pocos embalajes (plásticos, bandejitas, cajas...). Esos embalajes que descarto inmediatamente cuando abro el producto.

A otro nivel más complejo, y más difícil de ver a simple vista o en la etiqueta, están otras condiciones ambientales importantes, como son el gasto de agua y energía necesarios para su fabricación y transporte. Asimismo, los vertidos y emisiones a la atmósfera o las sustancias y materiales tóxicos y potencialmente contaminantes que forman parte de su composición.



Consumo y formas de vida responsables

Compra responsable y consumo medurado

Compra social y ética

La compra responsable conlleva también a considerar el factor humano de la producción.

Desde el enfoque **social**, prefiero la compra de productos locales y los realizados por cooperativas y empresas de economía social.

Con todo ello estoy favoreciendo la solidaridad y el empleo de calidad para las personas trabajadoras.

Así, a nivel **ético**, compro productos que proceden del comercio justo con los países y pueblos productores.

Con ello favorezco unas condiciones de trabajo dignas.



¿Cuáles son las consecuencias del comercio a escala planetaria?

Los productos se cultivan o fabrican con materias primas de todo el planeta, primando el precio barato sobre otras cuestiones ambientales y sociales.

Esos productos vuelven a recorrer miles de kilómetros para su consumo en el destino final.

Ejemplo de zumo de naranja en brik:

En este transporte se consumen ingentes cantidades de energía, y se debe recurrir a grandes infraestructuras (aeropuertos, puertos...) que deterioran el territorio.

Al perjuicio ambiental, por los grandes consumos de espacios y energía contaminante, se suma la dimensión social.

Desconocemos las condiciones laborales en las que han sido manufacturados los productos, y solo nos fijamos en el bajo coste del bien de consumo, sin atender a otras consideraciones socio-laborales (que no se reflejan en los envoltorios).

En suma, consumimos productos de origen desconocido y sin rostro, que se muestran como competitivos y baratos, pero que no incluyen sus costes ambientales y sociales.



Consumo y formas de vida responsables

Compra responsable y consumo medurado

Un modelo de consumo agotado...

El consumo por persona en los países desarrollados no puede extenderse al conjunto del planeta. El consumismo no es un modelo a seguir.

¡Necesitamos los recursos de cuatro planetas como la Tierra para satisfacerlo!

De los más de 7.000 millones de habitantes del mundo, el 20% aproximadamente disponemos del 80% de los recursos. Y a la pobreza de la mayoría del planeta se suma también la que existe en los países desarrollados.

Por ello, el concepto de **Consumo Responsable** no siempre significa que haya que consumir menos. Muchas personas pobres necesitan consumir más, tan solo para sobrevivir.

La Tierra es limitada, y el reparto equitativo y sostenible en el tiempo de sus recursos naturales es la única vía para un desarrollo solidario; ahora y con las generaciones venideras.



Y además... la **obsolescencia programada**

- ¿Has oído hablar de este concepto?

- Busca en internet su significado.

- ¿En qué productos cotidianos está presente?

- ¿Crees que la obsolescencia programada favorece el Consumo Responsable o el consumismo?



Consumo y formas de vida responsables

Compra responsable y consumo medido

Aprendo a pensar de modo responsable

En realidad necesito pocas cosas para ser feliz, para vivir mejor o para tener unas relaciones sociales satisfactorias.

Estamos acostumbrados a la cultura del exceso. Adquirimos cosas que no nos hacen falta por puro consumismo, para alardear o por vanidad.

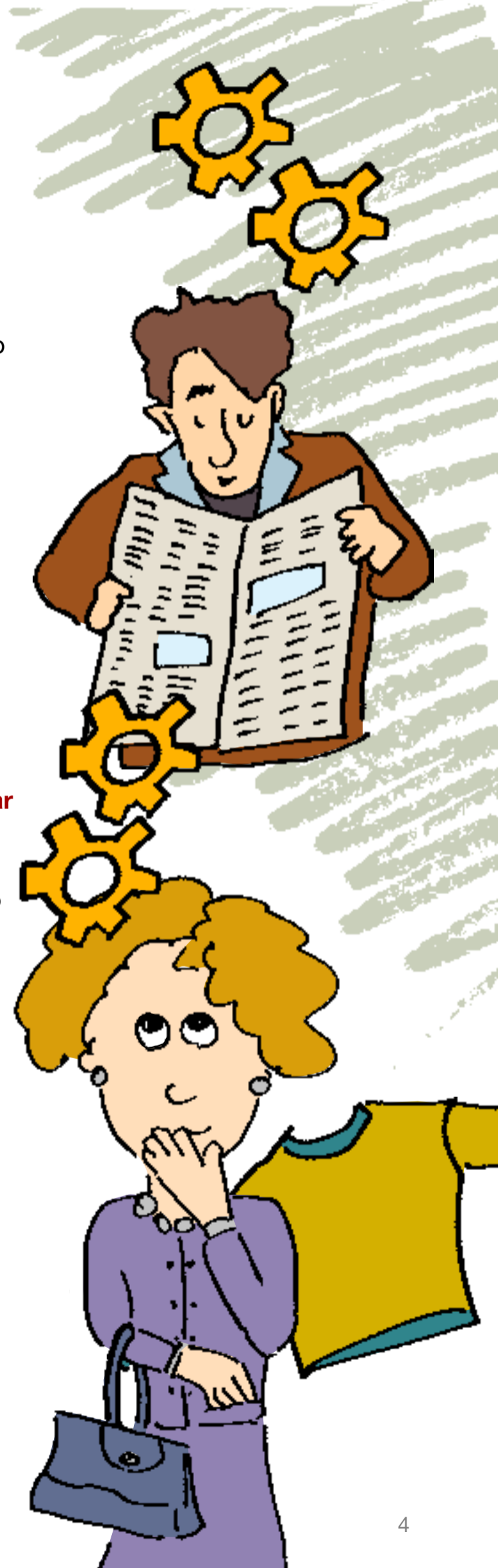
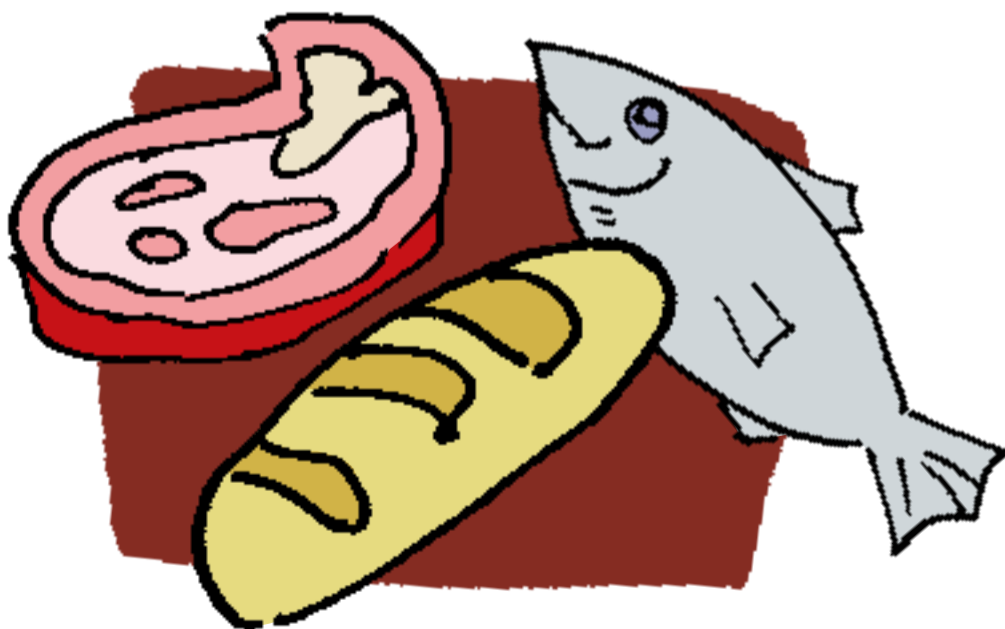
Frente a esta situación, puedo actuar y cambiar si aprendo a pensar de otro modo en varios aspectos. Empiezo por simplificar mi vida y reduzco mis necesidades materiales.

Por una parte, y respecto a la situación global de la humanidad, es importante que me informe y sensibilice sobre las necesidades de otras regiones del mundo. Tengo que traducir esta sensibilidad en solidaridad a través de las muchas formas actuales de cooperación al desarrollo.

Desde el punto de vista psicológico, puedo controlar mi tendencia consumista si hago un esfuerzo por ser consciente de mis impulsos y apetencias.

Para ello **establezco un diálogo interior, y también con las personas que me rodean, con la intención de disminuir el impulso por comprar y reducir el deseo por el objeto.**

Valoro todas las opciones: caminar, usar la bicicleta o transporte público para ir de compras, comercios cercanos, productos y servicios locales, etc.



Consumo y formas de vida responsables

Compra responsable y consumo medido

La cultura consumista y la publicidad nos ofrecen novedades continuamente. Nos incitan al consumo y a vivir por encima de nuestras posibilidades

En alimentación, nos imponen un cambio de hábitos en las comidas y una disponibilidad permanente de todo tipo de alimentos, sobre todo precocinados.

Para la infancia hay una oferta excesiva de juguetes, bollería, ropa o productos de higiene.

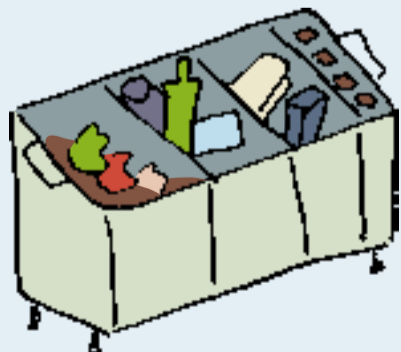
En la cosmética se nos prometen resultados estéticos y de adelgazamiento que no son realistas.

En los productos de limpieza hay una cantidad innumerable de sustancias químicas que pueden perjudicar nuestra salud y nuestro entorno.

En las promociones de los bancos y cajas de ahorro abundan los préstamos al consumo, los pagos aplazados y las tarjetas de crédito. Busca alternativas como la banca ética.

Hemos de replantear nuestro modelo de consumo. Resulta insostenible desde el punto de vista ambiental, cultural, económico y social.

Adopto la costumbre de clasificar los residuos



Orgánico / vidrio / papel / envases
residuos reutilizables
de pequeño tamaño...

En nuestro país
cada persona
produce
alrededor
de 535 kilos
de residuos
domésticos
al año



Recuerdo las erres

Rehúso o rechazo lo que no necesito, lo que genera daños ambientales o desigualdades sociales.

Reduzco la compra, prescindo de productos innecesarios o con exceso de embalajes.

Reutilizo objetos para nuevos usos. Recupero y arreglo productos viejos.

Reciclo materiales y separo sus componentes (materia orgánica, envases, papel, etc.)

Consumo y formas de vida responsables

Compra responsable y consumo medido

Conclusiones para:

ANTES DE COMPRAR ALGO NUEVO...

- Reflexiono acerca de su necesidad, su validez, su eficacia,..., si verdaderamente lo necesito o me estoy dejando llevar por un consumismo convulsivo.
- Pienso acerca de las ventajas e inconvenientes del objeto en cuestión. Intento no dejarme seducir por la presentación de las cosas.
- Me informo de lo que pretendo comprar (opiniones de gente cercana, de quien lo posea ya, etc.).
- Valoro críticamente y cotejo su precio (si vale lo que cuesta o estoy pagando una marca de prestigio) y también acerca de su coste real (económico, ambiental, social,...).
- Busco alternativas que me aporten el mismo servicio. Miro en tiendas o webs de segunda mano, de trueque, de alquiler..., por si lo puedo conseguir de otra manera.



YA ME HE DECIDIDO A COMPRARLO Y ENTONCES...

- Compro lo necesario, sin dejar seducirme por la presentación y por la publicidad engañosa.
- Me decanto por los productos saludables.
- Rechazo o rehúso los productos de “usar y tirar”, evitando aquellos con envoltorios y plásticos innecesarios.
- Apuesto por los productos a granel o en envases grandes de ahorro. Además, observo si el envase es retornable o reciclable y evito el uso de bolsas de plástico. (Me llevo mi propio cesto, carrito o bolsa reutilizable).
- Compro productos locales o con denominación de origen conocido, para reducir gastos de transporte.
- Analizo la calidad por encima de la marca.
- Considero que dure mucho tiempo.
- Leo la etiqueta y compruebo la composición y sus características. Me fijo en que posea certificaciones ambientales y sociales.
- Opto por alimentos procedentes de la agricultura ecológica.
- Procuro apostar por el comercio justo cuando se trate de productos que se produzcan fuera.
- Procuro desplazarme a pie o en bicicleta, usando el transporte público y evitando los desplazamientos en coche.



Para saber más:

Buenos hábitos de compra y reciclaje

Guía para la Compra Sostenible

BIGE Bizkaiako Gurasoen Elkarte

Koopera

Konsumoresponsable

Biotrueke

Enkarterrimarket

ENEK

Economía Solidaria

Mide tu huella ecológica

Vida Sostenible

Intercambia.net

Revista Consumer

Organización Mundial de la Salud

Amigos de la Tierra

Greenpeace

Asociación Vida Sana

Coordinadora Estatal de Comercio Justo

Konsumoresponsable.org

Ecoturismo.org