

## Frenar el calentamiento global

Bajar nuestro consumo energético tiene dos ventajas: gastar y contaminar mucho menos. Greenpeace recuerda que el calentamiento global es un proble-

ma de todos y asegura que existen muchos trucos para, desde casa, evitar que la atmósfera se llene de más dióxido de carbono del que puede asimilar. Entre los

consejos que da esta ONG están evitar el prelavado y las secadoras, calentar el agua en el microondas y no en la cocina, no introducir comida caliente en el fri-

gorífico, utilizar coches pequeños, ventilar sólo 10 minutos, consumir alimentos locales y de temporada y elegir más verdura y menos carne

# Ecología de andar por casa

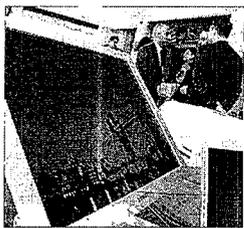
¿Es el cambio climático una cuestión sólo de los gobiernos? Greenpeace cree que no y por eso ha editado una guía de consejos con los que frenar el calentamiento desde los hogares

L. Rouco  
A CORUÑA

Informes de prestigiosos expertos, advertencias desde la ONU, documentales con músicos y ex vicepresidentes de Estados Unidos... El cambio climático también puede frenarse desde casa y, con este objetivo, Greenpeace ha editado una guía con consejos y trucos para reducir nuestro consumo energético y ayudar así al planeta.

La alimentación, que elegimos, el sitio que ocupa la nevera, la calidad de nuestra ropa, nuestro lugar de vacaciones y la manera de llegar al centro... Todo se puede hacer de manera ecológica.

► **Electrodomésticos "clase A".** Existen los *ladrones de energía* y Greenpeace invita a expulsarlos del hogar. Esta ONG recomienda adquirir electrodomésticos que incluyan etiquetas de ahorro energético "clase A" —consumen menos de 1 vatio en reposo— y comprarlos del "volumen" que realmente necesitas.

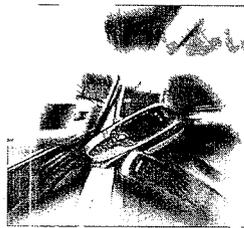


► **El descanso del PC.** Greenpeace recomienda las pantallas planas y los portátiles, muy "eficientes" energéticamente. Esta ONG aconseja, además, usar el modo de ahorro de energía y desenchufarlo al acabar de trabajar.

► **Bombillas especiales y luces apagadas.** Las bombillas de bajo consumo reducen el gasto hasta un 80% —aunque después hay que depositarlas en puntos limpios— "Apaga siempre las luces de las habitaciones", recuerda Greenpeace.

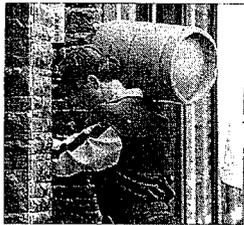
► **El fin del reposo.** Los televisores, los vídeos y las cadenas musicales consumen energía cuando están en reposo —con el piloto rojo encendido—. De hecho, el *stand by* es responsable de entre el 5 y el 13% de consumo de electricidad. Para evitarlo, Greenpeace recomienda desenchufar los

aparatos o usar un enchufe múltiple con su propio interruptor.



► **Cargar sin móvil.** Los cargadores de móvil, de MP3 y de cámaras digitales consumen energía siempre que están enchufados aunque no estén funcionando como batería. Lo mismo pasa con los transformadores.

► **Siempre cocina casera.** Greenpeace invita a cocinar con calma. "La cocina casera es la más eficiente en cuanto a emisiones de CO<sub>2</sub> que los platos de comida rápida y los congelados listos para su consumo", asegura desde esta ONG.



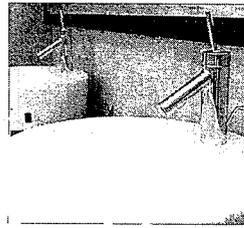
► **Las cacerolas ahorran.** Tapar la cacerola, optar por la olla a presión, no precalentar el horno... Greenpeace recomienda, además de estos trucos, comprar una cocina de gas en vez de eléctrica aunque dentro de estas últimas, aconseja las vitrocerámicas de inducción. Además, en estas cocinas, esta ONG invita a ahorrar energía apagando los fuegos antes de acabar de cocinar.

► **La nevera y sus trucos.** Greenpeace avisa: una correcta utilización del frigorífico puede influir, y mucho, en la cantidad de energía que consumimos en casa. La nevera debe de estar colocada en un lugar fresco y lejos de fuentes de calor como el horno o la cocina, hay que abrir las puertas el menor tiempo posible y asegurarse de que cierran bien, mantener limpias las rejillas de atrás, des-

congelarla con regularidad, no introducir alimentos calientes y ajustar el termostato a una temperatura no excesivamente baja y a que, por cada grado que se reduce, el consumo aumenta un 5%.



► **El agua necesaria.** Greenpeace pide que no calentemos más agua de la que necesitamos. "No calientes el agua en una cocina eléctrica. Es mejor utilizar el microondas", avisan.



► **Ducha, y rápida.** Un ducha rápida es mejor opción que un baño. Además, Greenpeace pide que apague el agua mientras que nos enjabonamos. "Elige una melódica corta y cántala o silbala. Cuando se termine, también lo hará la ducha", proponen como truco. Esta ONG da, además, otra idea: instalar un economizador de agua en la ducha que reducirá a la mitad el consumo de agua y de energía.

► **Recurrir al sol.** En España —incluso en Galicia— los colectores solares pueden llegar a suministrar entre el 60 y el 70% del agua caliente necesaria en un hogar. En Greenpeace, es existe una guía sobre la instalación de estos sistemas.

► **Ahorra en la colada.** La lavadora debe ponerse cuando esté llena de ropa y prescindir del prelavado puede reducir el consumo hasta un 80%. Greenpeace recomienda lavar en frío.

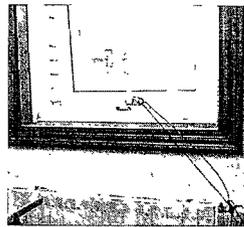
► **Añadió a las secadoras.** "Devoradoras de energía", así define

Greenpeace a las secadoras. La ONG pone números a esta recomendación: "Un hogar de cuatro personas que no utilice la secadora ahorrará 480 kilovatios-hora y 300 kilos de CO<sub>2</sub> anualmente".

► **Nada de pilas.** Greenpeace recomienda no utilizar electrodomésticos a pilas (máquinas de afeitar, cepillos de dientes...) porque consumen más energía que los conectados a la red. La ONG da como alternativa —cuando sólo se tiene acceso a un electrodoméstico a pilas— cargarlo correctamente y desenchufarlo tan pronto como la pila este cargada.

► **El calor justo.** Nada de calentar o enfriar la casa más de lo necesario. Desde Greenpeace nos dan la temperatura ideal para tener en el hogar una temperatura saludable: 20 grados. "Con la ropa adecuada en cada época se puede reducir las necesidades de climatización", aseguran desde esta ONG que recomienda, también, mantener cerradas las puertas, apagar la calefacción cuando no hay nadie en casa e instalar termostatos programables para regular automáticamente la temperatura de la habitación —por ejemplo, más alta por el día y más baja por la noche—.

► **Las ventanas, al día.** Greenpeace recomienda instalar un doble acristalamiento y recuerda que tener ventanas viejas puede ser una importante fuente de pérdida térmica, no sólo por el cristal sino también por los marcos y cierres ineficaces.

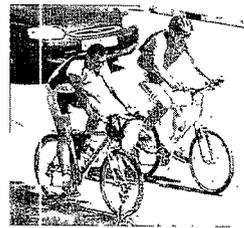


► **Ventilar 10 minutos.** La mejor forma de ventilar una habitación es, según Greenpeace, apagar la calefacción y abrir las ventanas no más de 10 minutos. "Es una operación rápida que evita que se enfríen las paredes", recuerdan desde esta ONG. "No dejes nunca la calefacción encendida con la ventana abierta, aunque sólo sea una rendija", añaden.

► **Aire acondicionado?** Esta ONG recomienda evitar el aire acondicionado. "Antes de instalar el aire acondicionado en tu casa, piensa si realmente lo necesitas. Se puede mantener la casa fresca con un buen aislamiento, ventiladores de techo y el control de las ventanas durante el día —cerrándolas para que no entre el calor e impidiendo con toldos y persianas que entre el sol—, se explica en la guía".

► **Elegir y revisar.** Greenpeace no recomienda los sistemas de calefacción eléctricos ni siquiera los nocturnos —y recuerda que cualquier sistema de calefacción necesita revisiones y ser "mantenido correctamente y a intervalos regulares".

► **Optar por el transporte público.** Elegir el transporte público en vez del privado es una forma muy efectiva de reducir la contaminación en las ciudades. Entre el autobús y el tren, Greenpeace elige el transporte ferroviario: "Es más eficiente y cada vez será más limpio".



► **¡Mueve las piernas!** "Caminar es un excelente ejercicio para mantenerse en forma y no afecta al clima. Reconquista las ciudades a pie", animan desde Greenpeace.

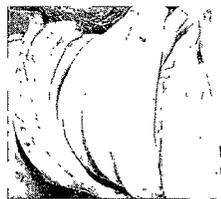


► **Menos vuelos.** El tráfico aéreo es el más contaminante de todos por lo que Greenpeace pide que volemos sólo cuando sea realmente necesario. "Un vuelo de ida y vuelta a un destino de vacaciones a 2.500 kilómetros de distancia provoca la emisión de gases de efecto invernadero equivalente a 1,3 millones

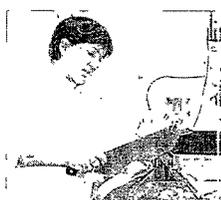
## Frenar el calentamiento global

de toneladas de CO<sub>2</sub> por cada pasajero a bordo, así que un viaje de este tipo utiliza el combustible a todas tus reservas personales de carbono por año", explican desde Greenpeace.

**Un coche más bien mini.** Esta ONG quiere que nos planteemos una pregunta antes de comprar un coche: ¿cuánto combustible consume? Greenpeace recuerda que ya hay en el mercado vehículos que consumen 4 litros a los 100 kilómetros y que, en un futuro, será posible reducir esa cantidad a 2 litros. "Un vehículo todo terreno emite 1,3 toneladas de CO<sub>2</sub> para un trayecto de 3.000 kilómetros. Un vehículo de menor consumo podría realizar más de 18.000 con el mismo combustible".



**La calidad es ecológica.** Greenpeace pide que exijamos calidad a la hora de ir de compras. Los productos de buena calidad duran más y con su compra se protegen los recursos naturales y se reduce el tráfico de mercancías, reciclan.



**Menos filetes.** Esta ONG explica que, además de ser bueno para la salud, comer menos carne supone reducir la contaminación que se envía a la atmósfera. "La ganadería es responsable de alrededor del 18% del total de emisiones de gases de efecto invernadero debido a las enormes cantidades de energía consumida durante la producción de fertilizantes, la tala de bosques tropicales para los pastos y las cosechas de soja y, por último, los enormes volúmenes de metano producido por el ganado y vacuno", se puede leer en la guía.

**Alimentarse en verde.** Los alimentos ecológicos se cultivan sin pesticidas ni fertilizantes artificiales, no necesitan el transporte de bienes de unos países a otros y los métodos ecológicos de producción agrícola y ganadería provocan menos emisiones de gases de efecto invernadero. Greenpeace lo tiene claro: optar por los alimentos *ecolés*.

**Local y de temporada.** La ONG recomienda, por último, consumir alimentos locales y de temporada. ¿El objetivo? Reducir el tráfico de mercancías y la necesidad de calentar invernaderos.

Greenpeace asegura que el cambio climático ya está en marcha pero que ciudadanos, gobiernos y empresas todavía pueden intervenir para 'controlarlo'. Esta ONG ad-

vierte de la existencia de centenares de especies en peligro y asegura que la subida de 50 centímetros a un metro en el nivel del mar provocará la inundación de zonas ba-

jas de la Península como los deltas del Ebro, del Mar Menor, del Llobregat y de Doñana, además de la desaparición de numerosas playas en la cornisa cantábrica

# Y si no hacemos nada...

Todavía estamos a tiempo: reducir ya las emisiones supondría un calentamiento de 2 grados en la temperatura de la Tierra; no hacerlo, de unos 6

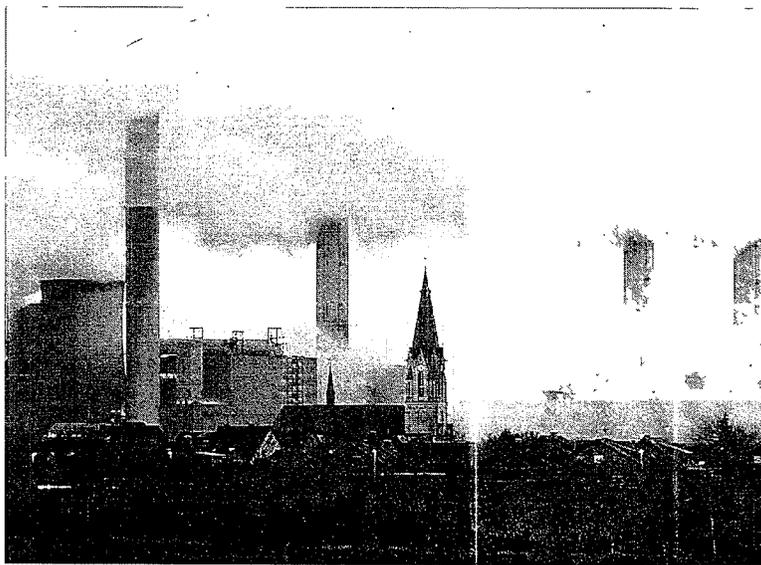
L. R.  
A CORUÑA

Todavía hay buenas noticias con respecto al cambio climático. Greenpeace asegura que aún estamos a tiempo de intervenir y que, si la reducción de las emisiones comienza ya, el calentamiento de la temperatura de la Tierra sólo será de 2 grados. "La mala noticia es que, si seguimos actuando como hasta ahora, la temperatura media global podrá subir casi 6 grados durante el curso del siglo", advierten desde esta ONG.

Greenpeace afirma que el cambio climático ya es una realidad y que, si el nivel de contaminación no cambia, "la temperatura global experimentará una subida mayor que nunca durante los últimos dos millones de años".

Este calentamiento tendrá muchas consecuencias. La ONG advierte de que las inundaciones aumentarán dramáticamente al producirse cada vez más tormentas violentas y lluvias torrenciales. Avisa, además, de que los glaciares se están derritiendo. "Desde 1984 hasta 2000, la superficie glaciar de los Pirineos ha disminuido casi un 85%. Los ríos se secarán en muchas partes del mundo poniendo en peligro los suministros acuíferos", aseguran.

La falta de medidas efectivas contra el cambio climático provocará, también, y siempre según Greenpeace, una peligrosa subida en el nivel del mar. "Es una de las principales amenazas de las zonas costeras e islas. En las costas españolas, para finales de siglo se prevé un aumento del ni-



Fábrica cerca de Coonía, en A Coruña / AFP W. G. M. H.

De 1984 a 2000,  
la superficie glaciar  
de los Pirineos  
se ha reducido  
casi un 85%

vel del mar de 50 centímetros a un metro que podrá causar pérdidas de un número importante de playas, sobre todo en el Cantábrico, e inundaciones en las zonas bajas costeras -el delta del Ebro,

del Llobregat, la Manga del Mar Menor o la costa de Doñana —, se puede leer en la guía editada por Greenpeace.

El escenario dibujado por esta ONG incluye, además de lluvias torrenciales, sequías cada vez más frecuentes, sobre todo en Asia, África y el Mediterráneo. "Millones de personas se ven amenazadas por el hambre, especialmente en los países más pobres y se espera que se recrudezca en las próximas décadas", avisan los responsables de Greenpeace.

Los animales también serán

víctimas de este calentamiento global. "La extinción de especies se acelerará debido a la dificultad de animales, plantas y ecosistemas para adaptarse a los rápidos cambios climáticos", se puede leer en la guía. Según Greenpeace, esta situación puede provocar peligros "realmente serios" para la fauna y la flora de los arrecifes de coral, los bosques, las sabanas, las regiones polares y las cordilleras montañosas. "La comunidad científica teme que para 2050 se haya extinguido hasta un tercio de todas las especies existentes", concluye.

## En cifras

### Temperatura

La temperatura del planeta ya es más alta que la de hace dos mil años. Para finales de siglo, de continuar la tendencia actual, la temperatura global experimentará la mayor subida durante los últimos dos millones de años. Greenpeace asegura que, si se imitan las emisiones de CO<sub>2</sub> a la atmósfera, el calentamiento será de 2 grados pero que, si no se corrige, puede llegar a los 6 grados de ascenso.

### Lluvias y sequía

Las inundaciones aumentarán de manera dramática ya que cada vez se producirán más tormentas violentas y lluvias torrenciales. A la vez, las sequías con cada vez más frecuentes. Los países más pobres de Asia y África serán los más afectados aunque esta tendencia también tendrá consecuencias muy graves para países industrializados como Australia.

### Deshielo

Los glaciares se están derritiendo, también los del Pirineo. La subida en el nivel del mar de 50 centímetros a un metro provocará la inundación de zonas bajas y la desaparición de muchas playas.

### Flora y fauna

Greenpeace asegura que la extinción de especies se acelerará debido a la dificultad de los animales para adaptarse a los rápidos cambios climáticos. Ecosistemas como bosques, cordilleras o arrecifes serán los más afectados. Los científicos temen que en el año 2050 se hayan extinguido hasta un tercio de las especies existentes. La destrucción de bosque tropical es responsable de alrededor de un quinto del total de emisiones de CO<sub>2</sub>. La tala forestal puede provocar el colapso de sistemas climáticos como el Amazonas.

### Los países

Las emisiones de gases de efecto invernadero se distribuyen de manera muy irregular. Estados Unidos emite anualmente el orden de 6.000 millones de toneladas de CO<sub>2</sub>, lo que supone 20 toneladas por persona y diez veces más que toda el África subsahariana, donde viven el doble de personas pero emiten sólo 0,3 toneladas por persona. China superará pronto a los Estados Unidos como el mayor emisor, aunque la media per cápita de emisiones de CO<sub>2</sub> en este país es sólo un sexto de la cifra estadounidense y un tercio de la cantidad de la UE. Una familia de Bangladesh emite la misma cantidad de CO<sub>2</sub> en todo un año y para todas sus actividades que cuatro consumidores medios en los países industrializados simplemente como resultado del consumo de carne. Cada kilo de carne equivale a tres y cuatro de CO<sub>2</sub>.

### Coste

Las últimas investigaciones insisten en la necesidad de aplicar medidas urgentes para intervenir contra el cambio climático. Los expertos aseguran que los próximos 10 años son cruciales y destacan que los países industrializados ya cuentan con la tecnología adecuada para hacer compatible la industria con el clima. El coste de esta intervención no supera el 1% de los recursos económicos mundiales pero, según Greenpeace, no hacer nada saldría 20 veces más caro.

### Cada persona

"En el caso del cambio climático las preferencias individuales juegan un papel muy importante. Los acuerdos internacionales por sí solos no van a detener el cambio climático; se necesitan cambios de comportamiento individuales y de las comunidades", se dice en el informe Stern.