



## ¿Cómo contribuir al cuidado del planeta en 2016?

Que uno de nuestros propósitos en 2016 sea cuidar nuestro planeta, mediante 3 acciones esenciales:

### 1. Hacer un uso más eficiente de la energía eléctrica.

El 80 por ciento de la energía eléctrica que se consume en México proviene de fuentes fósiles, las cuales son la principal causa del calentamiento global; por lo tanto, debemos cobrar conciencia de cómo podemos consumir de forma más eficiente la energía eléctrica en nuestros hogares:

-Procuremos mantener desconectados aparatos electrodomésticos tales como el horno de microondas, la plancha, la lavadora y la secadora, mientras no sean utilizados, ya que aún apagados gastan energía. En lo posible tratemos de secar la ropa al aire libre para reducir el uso de la secadora.

-Mantengamos limpios los aparatos eléctricos, en especial los de la cocina y conservémoslos en buen estado, ya que esto prolonga su duración y ayuda a reducir el consumo de energía.

-Utilicemos los aparatos de acuerdo con las recomendaciones de uso, mantenimiento y seguridad que nos aconseje el fabricante. En el caso de los aparatos que producen calor, hay que tratar de apagarlos antes de terminar de usarlos para aprovechar el calor acumulado.

-Para reducir el consumo de energía al utilizar la licuadora, conviene picar los alimentos antes de licuarlos y afilar las espas periódicamente.



### 2. Reducir el nivel de emisión de contaminantes.

Cuando salgamos a la calle:

-Reducamos el consumo de gasolina, al comenzar a utilizar la bicicleta, el transporte público o compartir el automóvil con otras personas que se trasladen cerca de los destinos a los que cotidianamente nos dirigimos, como la escuela o el trabajo.

-En el automóvil, evitemos continuos acelerones y derrapones al frenar, los cuales provocan una mayor contaminación.

-Tratemos de mantener cerradas las ventanas del auto y usar la ventilación interior siempre que sea posible, ya que con las ventanas abiertas, los vehículos aumentan su resistencia al aire y, por lo tanto, se incrementa el consumo de gasolina y contaminación.



### 3. Moderemos el consumo de carne.

El consumo de carne es un tema que cada vez preocupa más a organizaciones y activistas de todo el mundo, ya que de acuerdo con ellos, la industria ganadera es la actividad humana que ocupa mayor superficie en la Tierra y genera daños ambientales de importancia.

La actividad de la ganadería industrial requiere el 70 por ciento del agua a nivel mundial, provoca desertificación y causa alrededor del 70 por ciento de la deforestación, lo cual conlleva también a la extinción de aproximadamente el diez por ciento de las especies, ya que las deja sin hábitat.

En nuestro país, el uso doméstico de agua representa el 14 por ciento, la producción de alimentos vegetales para consumo humano, el 20 por ciento; pero la ganadería por sí sola representa el 50 por ciento del uso del agua limpia.

Si hacemos una comparación:

-Un kilo de carne de res implica en todo el proceso de producción 15 mil litros de agua, un kilo de carne de cerdo, seis mil litros y uno de carne de pollo, cinco mil. En contraste con cereales o granos, un kilo de maíz o medio kilo de soya requieren 900 litros de agua y para producir un kilo de frutas, en promedio se utilizan 400 litros de agua, con la ventaja, que estas últimas se producen en árboles que brindan servicios ambientales.

-Para producir un litro de leche de vaca se utilizan hasta mil litros de agua y un litro de leche de origen vegetal requiere cien litros del vital elemento.

-Para producir un kilo de carne se invierten hasta siete kilos de cereales o granos, con un kilo de carne comen entre siete y ocho personas y con los cereales que se invierten podrían comer hasta 150 personas. Es más eficiente producir proteína vegetal a base de granos que producir proteína animal.

La solución más importante para generar un verdadero cambio y darle un respiro al planeta es reducir el consumo de carne y productos de origen animal.

Con la disminución del consumo de carne se ahorraría más del 70 por ciento de agua limpia, se evitaría la deforestación también en un 70 por ciento que ayudarían a generar una mayor cantidad de oxígeno, se liberarían millones de toneladas de granos que podrían servir para erradicar la hambruna en todo el mundo, se recuperarían miles de millones de hectáreas de bosques y de selva tropical, se generaría un aire mucho más limpio debido a una menor emisión de gases de efecto invernadero y de otro tipo de gases.



FUENTE: sinmebargo.mx Artículos: "¿Propósitos de Año Nuevo?: ¡A cuidar el planeta en 2016!" y "El consumo de carne es la principal causa del deterioro ambiental en el mundo, alerta ONG" Por Ivette Lira