



No solamente las barbacoas desechables son objetos totalmente insostenibles. Hay muchos más por ahí, rodeándonos. Son incompatibles con una vida sana, sin excesivos gastos y buena para nuestro medio ambiente. Algunos están ante nuestras narices, otros algo más lejos. Aquí te damos unas ideas para localizarlos y hacer lo posible para resolver el problema que suponen.

¡Esto es insostenible! El top four de la insostenibilidad

- **Los electrodomésticos absurdos**, es decir, aquellos inútiles o que, siendo de utilidad, no se pueden apagar. En la primera categoría está la famosa licuadora, un artefacto que, usado una vez, no volverá a usarse jamás. En la segunda, aparatos inapagables, infinidad de aparatos de imagen y sonido.

Acción: regalar o vender los que ya poseemos. Enchufar a una regleta con botón de apagado todos aquellos que no tienen botón de off/on.

- **El dinero lejano**, es decir, fuera de nuestro control. Se trata de eso que los bancos llaman depósitos o imposiciones a plazo fijo o similares. El banco se queda con tu dinero durante mucho tiempo (varios años), lo exprime hasta sacarle todo el jugo en inversiones de las que tú no tienes la menor idea y te lo devuelve con una diminuta gratificación.

Acción: si necesitas o quieres invertir tu dinero, hazlo a través de un banco ético o en negocios y asuntos que conozcas bien y contribuyan al bienestar de la humanidad. Puedes comprar participaciones en cooperativas de energías limpias.

- **El transporte exagerado**. Exagerar es mover a una persona de 70 kg unos pocos kilómetros de distancia usando un vehículo de dos toneladas y quemando varios litros de gasoil o gasolina, que producirán la correspondiente proporción de gases de invernadero y de venenos atmosféricos.

Acción: ponte calzado cómodo y camina hasta tu destino (factible hasta 4 km de distancia). Para distancias mayores, puedes ir en bicicleta, en autobús, en metro, en taxi, en coche compartido o en coche eléctrico (consulta el apartado Vida cotidiana de este Ecotopics).

- **La comida indescriptible**, "Contiene metabisulfitos alquílicos betaconformados", frases como esta y peores se pueden leer en las etiquetas de muchos alimentos. Se trata de comida de mala calidad, que necesita de muletillas químicas para mantener un simulacro de aspecto apetitoso.

Acción: compra alimentos frescos o, si están envasados, con la etiqueta más corta posible. Rechaza los que tienen cosas que no conoces en la lista de ingredientes. ●●●



¿Conoces todas las alternativas de... ...movilidad de tu ciudad?

¿Tomo el coche o el autobús? Tal vez creas que todo se limita a elegir entre transporte público o privado. Pero hay más alternativas en las que tal vez no habías pensado. Aquí tienes cuatro:

- Puedes elegir ambas cosas, coche + transporte público. Conduce hasta la estación de tren y deja allí tu coche.
- Coche compartido. Tienes toda clase de variantes: desde la más informal, en que un grupo de personas comparten coche para ir al trabajo, hasta la más formal, en que la empresa te ofrece soluciones de movilidad exactamente a tu medida. Por ejemplo, Car2Go (con coches eléctricos, pagas por minuto de viaje), Respiro, Bluemove, etc.
- Taxi, en sus variantes: además del convencional, Uber, Cabify, etc. Todos cuentan con apps para conseguir tu trayecto en minutos.
- Redes municipales de bicicleta. Están a tu disposición en casi todas las ciudades.

Y no olvides sacarle partido al transporte público. Consulta las webs y apps que dan información sobre frecuencias y trayectos más cortos. ●●●



Fotografía: Marta Espejo Rayo

●●● **Mirubee, la plataforma para ahorrar energía en casa.** Conecta un aparato al cuadro eléctrico de tu casa... y empieza a recibir la información que necesitas para consumir exactamente la energía que necesitas, y ni un vatio más. [Más información haciendo clic aquí.](#) ●●●

Champú sólido y otras innovaciones

No es requisito imprescindible tener el cuarto de baño repleto de botellitas y envases de plástico para asearse cada día. Existen alternativas, que además de saludables son más sostenibles. Un ejemplo novedoso, aunque retomando las técnicas tradicionales, es el champú sólido. Con solo una pastilla se pueden ahorrar tres envases de plástico. Pero indirectamente se está ahorrando mucho más. Por un lado agua, ya que para su fabricación necesitan menos que los champús comunes; y debido a su tamaño se pueden transportar más en menos espacio.



La mayor parte de sus ingredientes son naturales, y el resto sintéticos pero no perjudiciales. Además, duran más de dos años en perfecto estado.

Cada pastilla puede ser útil para cien lavados, por lo que su precio (entre 7 y 10 euros) está más que justificado. Y su uso es muy sencillo: frotar suavemente en el cabello húmedo hasta formar espuma. Es necesaria poca cantidad por cada lavado.

Sus ventajas van más allá ya que se puede llevar en el equipaje de mano del avión, ocupa menos espacio y es ligero, dado que las pastillas que se comercializan rondan los 60 gramos.

Y no solo de champú vive el hombre, sino que también existen dentífricos alérgicos a los envases. Se va extendiendo, aunque muy lentamente, el hábito de utilizar pastillas dentífricas en lugar de pasta. Para lavarte los dientes simplemente hay que morder una pastilla hasta que salga espuma y comenzar a cepillarlos como normalmente. Los ingredientes también son naturales y su precio ronda los 7-9 euros. ●●●

María Perona