



# Perfiles de huella ecológica

Resultados de la explotación de la encuesta interactiva “Calcula el tamaño de tu huella ecológica... ¡y aprende cómo hacerla más pequeña!”



[vidasostenible.org](http://vidasostenible.org)

### Perfiles de huella ecológica

Resultados de la explotación de la encuesta interactiva "Calcula el tamaño de tu huella ecológica... ¡y aprende cómo hacerla más pequeña!"

**12** PRODUCCIÓN  
Y CONSUMO  
RESPONSABLES



Esta publicación forma parte de la investigación **“Definiciones de perfiles de huella ecológica personal por medio de encuestas interactivas”** que se ha realizado con el apoyo económico del **Ministerio para la Transición Ecológica y el Reto Demográfico** en el año 2019.

La publicación ha sido coordinada y redactada por el equipo de la **Fundación Vida Sostenible**.

Fundación Vida Sostenible  
Artistas, 26 - Local 2 • 28020 Madrid  
[www.vidasostenible.org](http://www.vidasostenible.org)

#### **Coordinación:**

Jesús Alonso Millán

#### **Diseño y maquetación:**

Paloma Jiménez

Paloma Seoane

**Iconos creados por** Becris, Sevgenjory, Adrien Coquet, Nithinan Tatah and Ibrandify para the Noun Project

Se permite la reproducción total o parcial de los contenidos de esta publicación citando su origen.

**Perfiles de huella ecológica**

Resultados de la explotación de la encuesta interactiva "Calcula el tamaño de tu huella ecológica... ¡y aprende cómo hacerla más pequeña!"

<b>PÁG.</b>	<b>Índice</b>
4	1. Introducción
5	2. ¿Qué información podemos obtener y cuál queremos obtener?
6	3. Los datos básicos de la encuesta
21	4. Correlaciones significativas
59	5. Planteamiento de perfiles tipo de huella ecológica
65	6. ¿Podemos definir una serie de actuaciones - tipo para cada perfil de huella ecológica personal?
71	7. Conclusiones



**Perfiles de huella ecológica**

Resultados de la explotación de la encuesta interactiva "Calcula el tamaño de tu huella ecológica... ¡y aprende cómo hacerla más pequeña!"

Es posible definir un tipo de estilo de vida que genere una huella ecológica sostenible.



## 1. Introducción

La huella ecológica es una estimación de la tasa de utilización de los recursos naturales en función de cada estilo de vida. Es posible definir un tipo de estilo de vida que genere una huella ecológica sostenible, es decir, que no supere la capacidad de carga del Planeta si se generaliza a toda la humanidad. La estimación y análisis de la huella ecológica individual y colectiva, por lo tanto, puede ser una poderosa herramienta para avanzar a un uso sostenible de los recursos naturales.

De esta forma, está alineada con el **Objetivo 12 de los Objetivos de Desarrollo Sostenible, Agenda 2030**: "Garantizar modalidades de consumo y producción sostenibles", busca "promover la gestión sostenible y el uso eficiente de los recursos naturales, reducir la generación de residuos y el desperdicio de alimentos, y fomentar la gestión ecológicamente racional de los productos químicos".

La definición de perfiles de huella ecológica personal por medio de encuestas interactivas pretende analizar correlaciones significativas, detectar tipologías de estilos de vida y, en conjunto, plantear estrategias eficaces para reducir la huella ecológica de la población.

Para ello se apoya principalmente en la difusión de la encuesta "**Calcula el tamaño de tu huella ecológica... ¡y aprende cómo hacerla más pequeña!**" en formato de web app. A fecha de 3 de febrero de 2020, la encuesta contaba con 43.630 respuestas procedentes de varios países, entre los que destacan México con 18.561 y España con 16.326. Estos últimos son los datos utilizados para el análisis de la huella ecológica personal en nuestro país, usando los datos de México y otros países como contraste.

La web app permite conocer la huella ecológica de una persona realizando una encuesta online que se puede cumplimentar en un par de minutos. El concepto de huella ecológica personal es una potente herramienta para propiciar un estilo de vida sostenible. Idealmente, los ciudadanos podrían ser objeto de detalladas auditorías en sus hogares capaces de señalar los puntos principales donde se podría actuar para reducir su huella y por lo tanto aumentar su sostenibilidad, entendida como una mejora de su salud, economía e impacto ambiental.

Las encuestas online funcionan muy bien para suplir las auditorías, pues pueden dar una idea muy certera de los elementos del consumo que, modificados, podrían proporcionar un sustancial aumento de la sostenibilidad. Al mismo tiempo, el hecho de realizar la encuesta es un elemento de sensibilización en sí mismo muy importante.

La encuesta (<http://www.vidasostenible.org/huella-ecologica>) contiene 24 cuestiones organizadas en cuatro apartados (energía, transporte, agua y materiales). Cada pregunta funciona como un indicador, capaz de recoger la mayor cantidad de información posible a partir de los elementos cruciales del ecosistema doméstico.

**Perfiles de huella ecológica**

Resultados de la explotación de la encuesta interactiva "Calcula el tamaño de tu huella ecológica... ¡y aprende cómo hacerla más pequeña!"

La encuesta interactiva está revelando su potencial a la hora de establecer cruces de datos y avanzar hacia tipologías de huella ecológica.



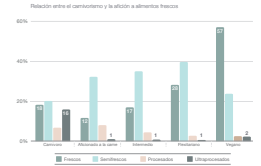
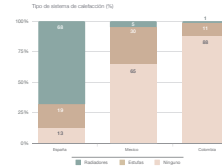
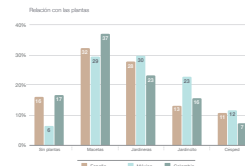
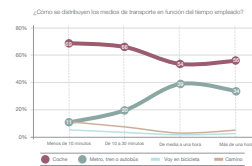
## 2. ¿Qué información podemos obtener y cuál queremos obtener?

La encuesta ha sido **cumplimentada por cerca de 44.000 personas en todo el mundo**. La base de la exploración de la misma son las respuestas procedentes de España. Las respuestas de México se utilizan en ocasiones a modo de contraste. Esto permite comprobar la **coherencia de la encuesta** mediante una comparación directa de algunas respuestas entre México y España. Así mismo, la existencia de más de 2.000 respuestas procedentes de Colombia permite un contraste más de los datos.

Los resultados de la encuesta, en bruto, no se pueden utilizar para determinar proporciones de estilos de vida entre la población en términos absolutos. Hay que tener en cuenta que **la encuesta está accesible en línea** de manera completamente abierta a un conjunto de usuarios de todo el mundo que acceden **a través de la web [vidasostenible.org](http://vidasostenible.org)**, donde llegan directamente o son redirigidos por otras webs asociadas a instituciones educativas o relacionadas con la sostenibilidad.

La utilización de la encuesta interactiva de manera reglada, con diferente base de datos y reglas de acceso establecidas, por parte de instituciones o empresas (por ejemplo en una comunidad autónoma o por parte de una empresa) permitiría solucionar este sesgo.

No obstante, hasta que podamos disponer de este tipo de información, la encuesta interactiva está revelando su potencial a la hora de establecer cruces de datos y avanzar hacia tipologías de huella ecológica. Sobre un total de aproximadamente 150 cruces posibles, se han analizado los más significativos, que han permitido obtener una serie de correlaciones que se detallan más adelante. Sobre estas, se han trazado ejes de variación que nos permiten fijar una serie de tipos generales de relación con los estilos de vida sostenibles. Por último, se proporcionan ideas para abordar acciones de comunicación relacionadas con estos perfiles.



## Perfiles de huella ecológica

Resultados de la explotación de la encuesta interactiva "Calcula el tamaño de tu huella ecológica... ¡y aprende cómo hacerla más pequeña!"

Solamente España y México son representativos, seguidos de Colombia.

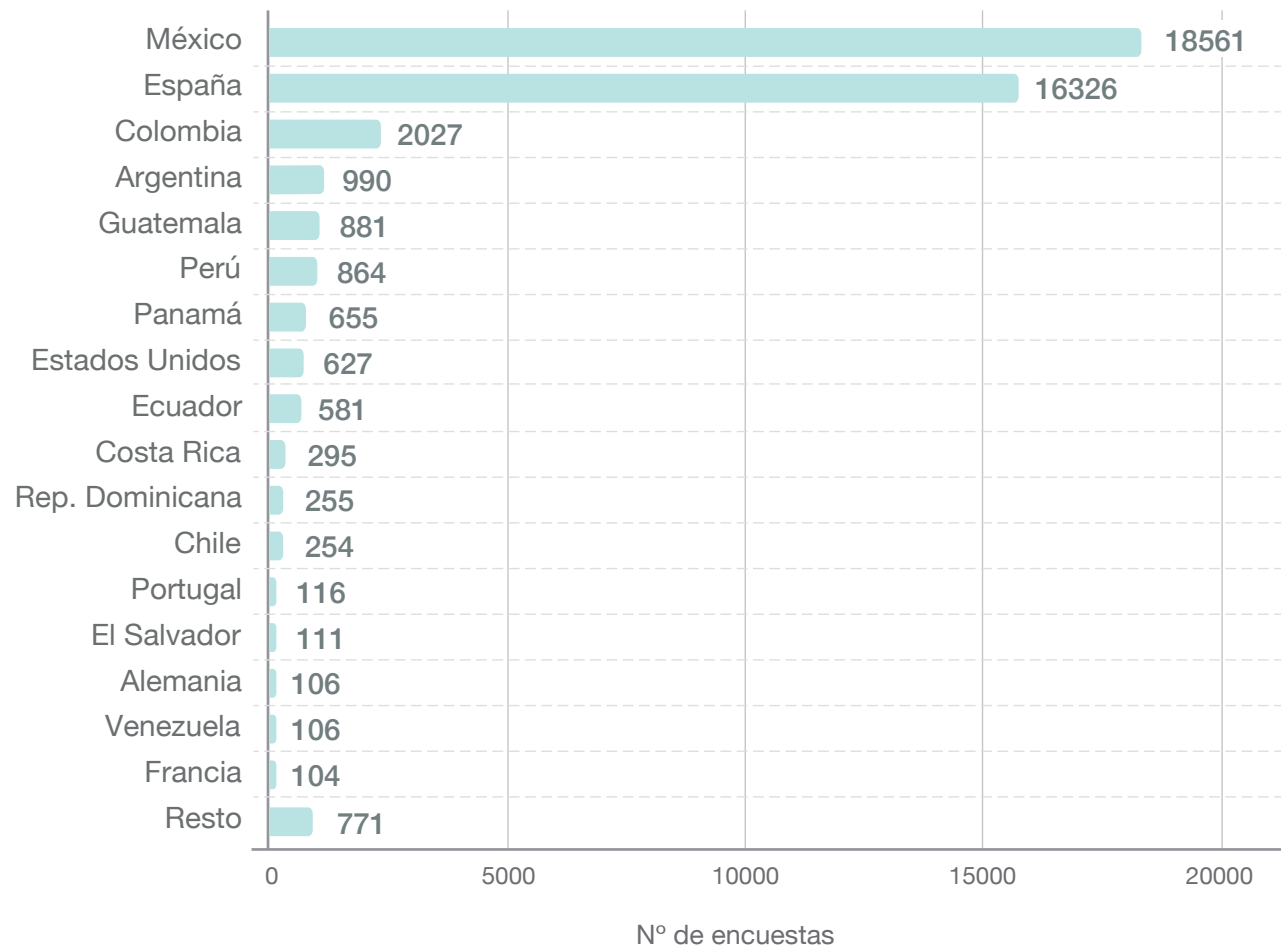


### 3. Los datos básicos de la encuesta

#### 3.0. País de procedencia de las personas que han rellenado la encuesta

Se observa como solamente España y México son representativos, seguidos de Colombia. Por detrás hay cuatro países con más de 800 respuestas cada país -Colombia, Argentina, Guatemala, y Perú-, como cabría esperar por el idioma utilizado en las publicaciones de la Fundación, seguidos por Panamá y los Estados Unidos.

Procedencia de respuestas por países (50 o más respuestas)  
(A 3 de febrero de 2019. Total de respuestas: 43.630)



## Perfiles de huella ecológica

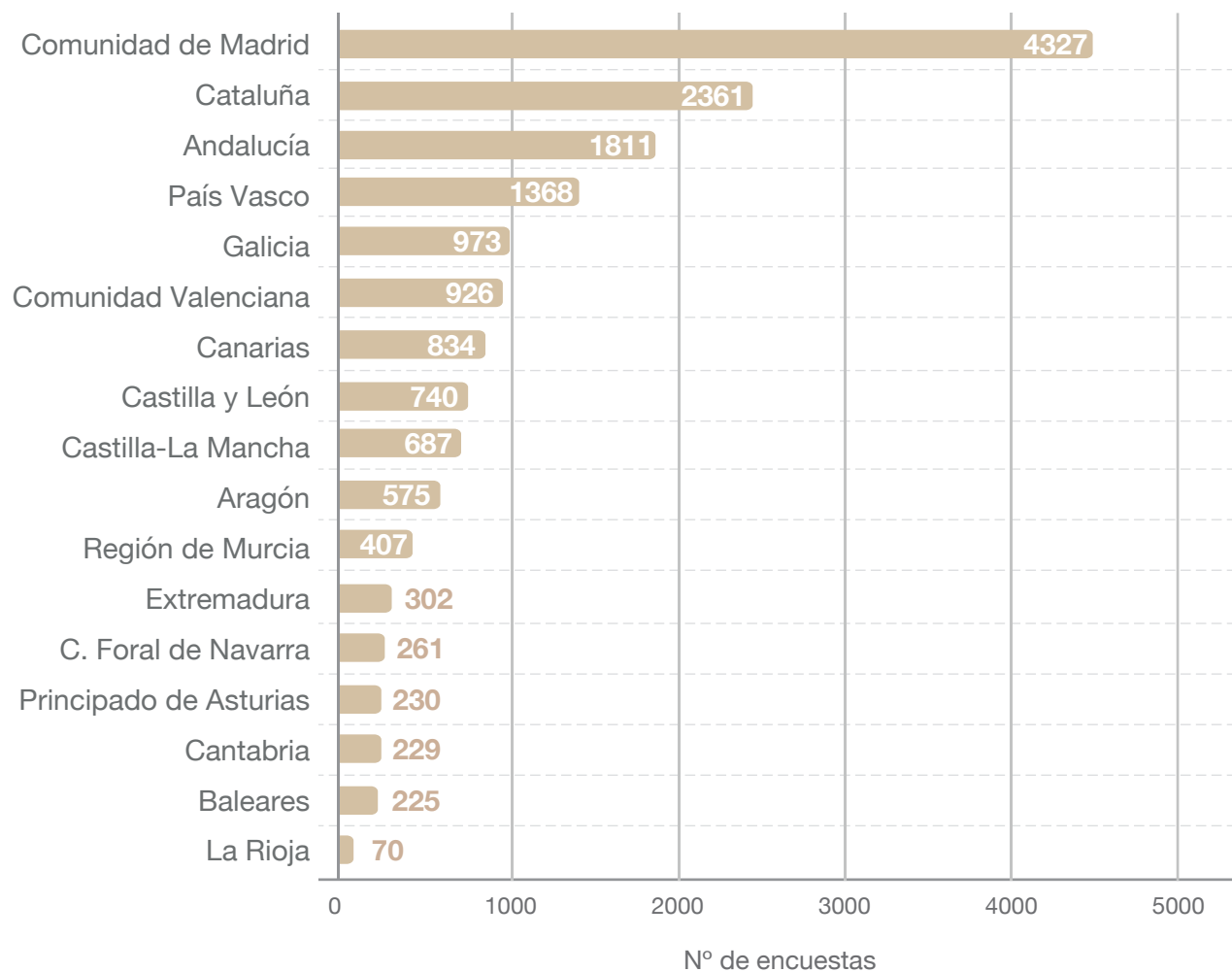
Resultados de la explotación de la encuesta interactiva "Calcula el tamaño de tu huella ecológica... ¡y aprende cómo hacerla más pequeña!"

Hay cierta correlación entre la población de cada comunidad y las respuestas a la encuesta, aunque la Comunidad de Madrid está muy sobrerrepresentada.

## 3.1. Procedencia de las respuestas por Comunidad Autónoma

Se observa que más de la mitad de las respuestas (52,06%) proceden de la Comunidad de Madrid, Andalucía y Cataluña. Las siguientes más representativas son País Vasco, Galicia, Comunidad Valenciana e Islas Canarias. En general, hay cierta correlación entre la población de cada comunidad y las respuestas a la encuesta, aunque la Comunidad de Madrid está muy sobrerrepresentada.

Encuestas cumplimentadas por Comunidades Autónomas



**Perfiles de huella ecológica**

Resultados de la explotación de la encuesta interactiva "Calcula el tamaño de tu huella ecológica... ¡y aprende cómo hacerla más pequeña!"

La distribución de los ingresos por hogar parece corresponder con la real de la población total española.

**3.2. Nivel de ingresos anuales**

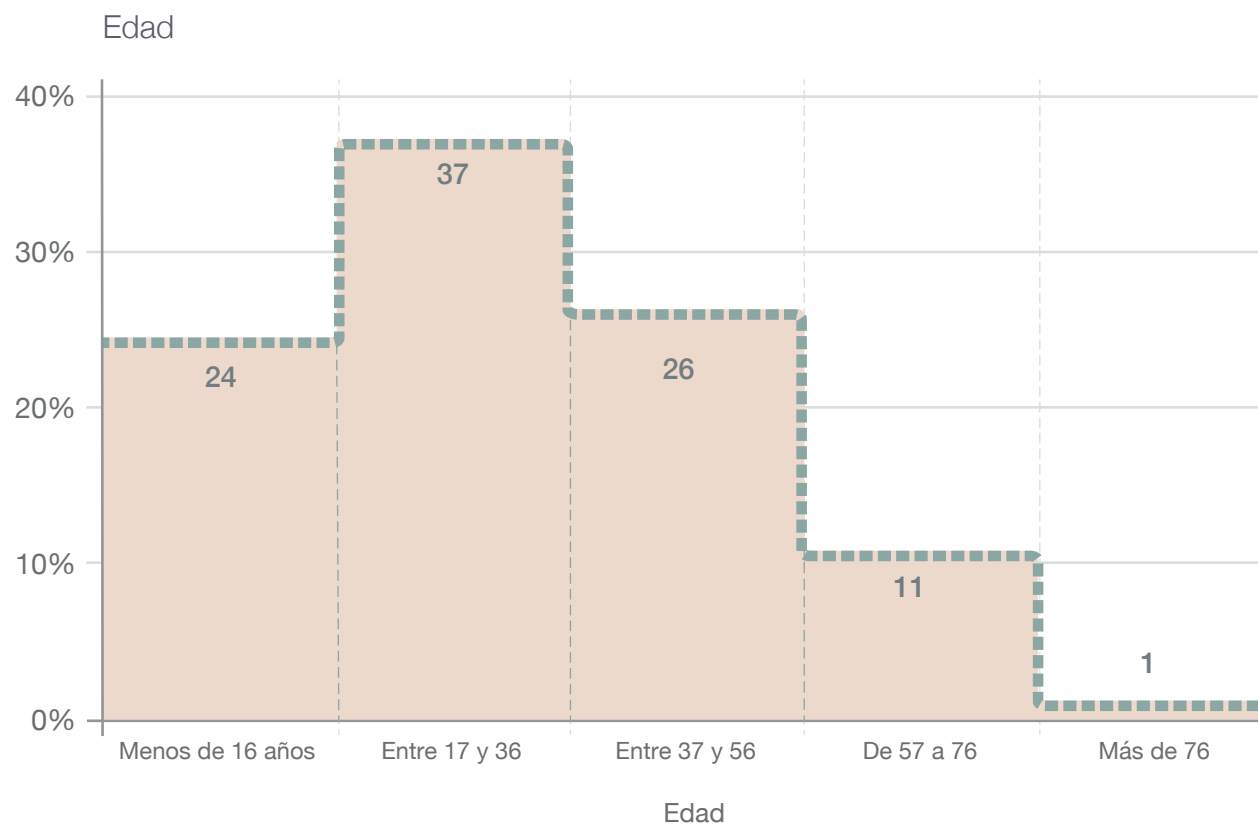
La distribución de los ingresos por hogar que refleja la encuesta parece corresponder aproximadamente con la real de la población total española.

**3.3. Nivel de estudios**

La distribución del nivel de estudios está muy sesgada hacia un alto nivel educativo, con un 45% de respuestas que declaran nivel universitario.

**3.4. Edad**

La distribución etaria está sobrerrepresentada en las edades intermedias, con muy débil representación de la edad superior a 76 años.





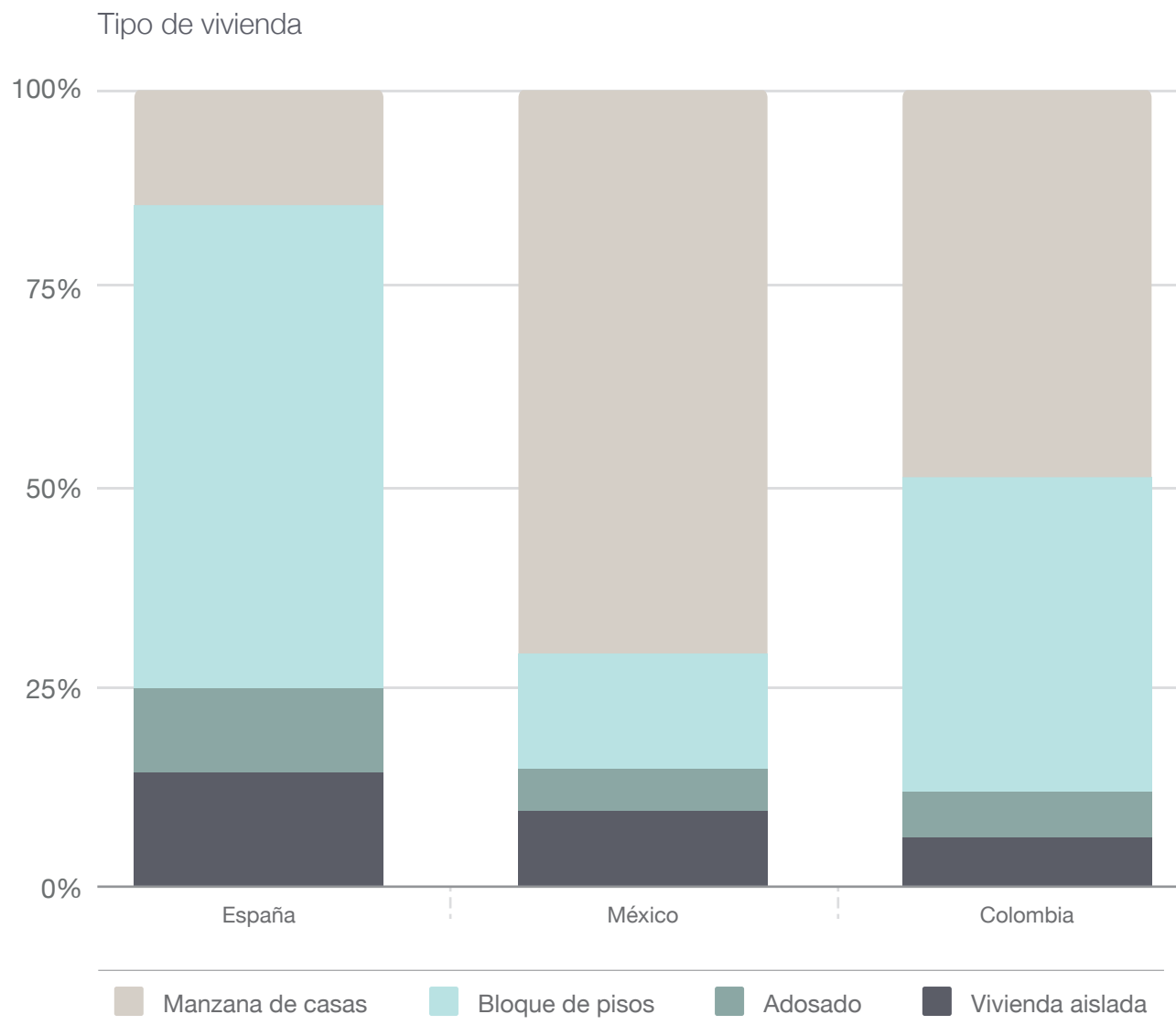
## Perfiles de huella ecológica

Resultados de la explotación de la encuesta interactiva "Calcula el tamaño de tu huella ecológica... ¡y aprende cómo hacerla más pequeña!"

Entre las respuestas procedentes de México, hay predominio de viviendas en manzana de casas.

## 3.5. Tipo de vivienda

Domina destacadamente la modalidad de vivienda en un bloque de pisos. Entre las respuestas procedentes de México, por el contrario, hay predominio de viviendas en manzana de casas. Se añade como comparación el dato de Colombia.



**Perfiles de huella ecológica**

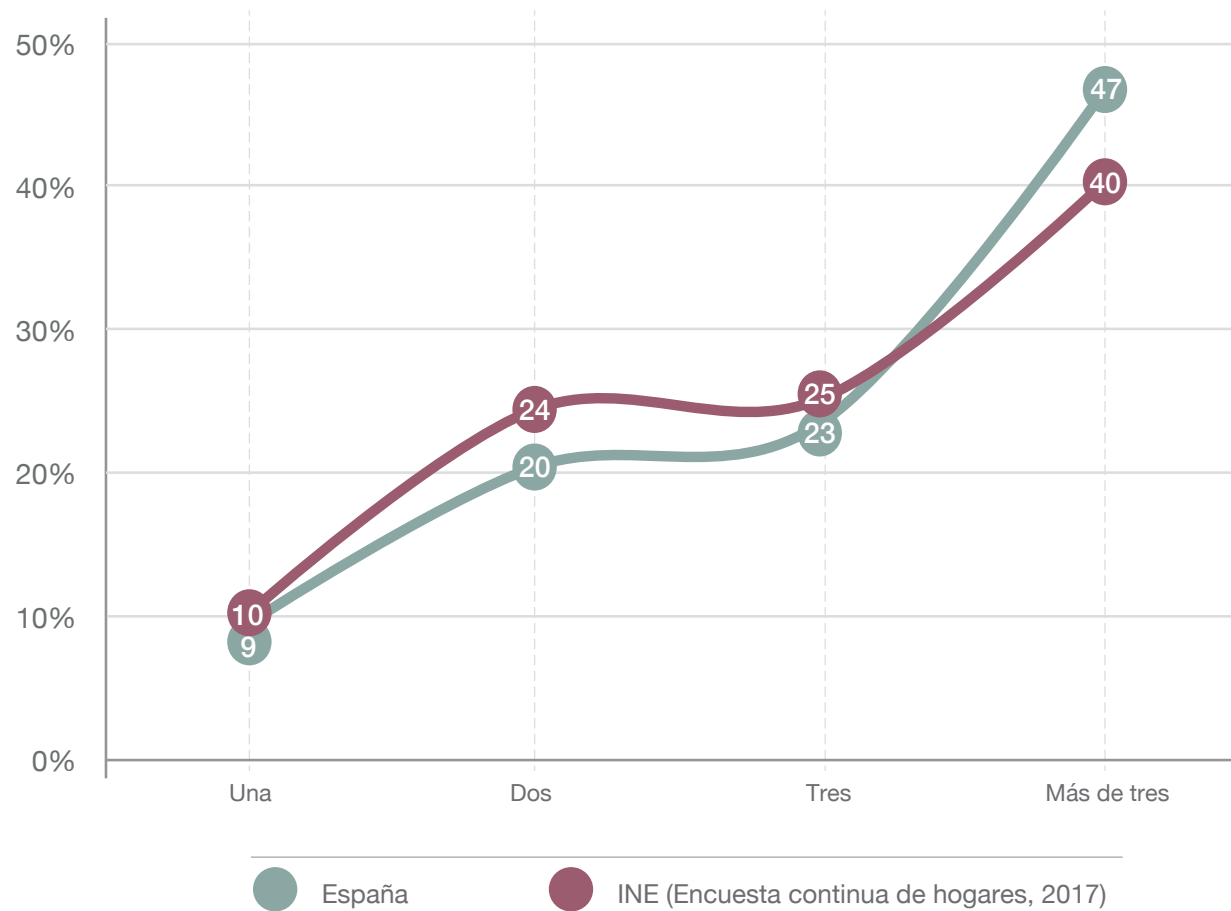
Resultados de la explotación de la encuesta interactiva "Calcula el tamaño de tu huella ecológica... ¡y aprende cómo hacerla más pequeña!"

La distribución del número de personas que habitan en la vivienda que refleja la encuesta es bastante coherente con los datos del INE.

**3.6. Número de personas que viven en la casa**

La distribución del número de personas que habitan en la vivienda que refleja la encuesta es bastante coherente con los datos del INE (Encuesta Continua de Hogares de 2017).

Nº de personas que viven en la casa (%)



## Perfiles de huella ecológica

Resultados de la explotación de la encuesta interactiva "Calcula el tamaño de tu huella ecológica... ¡y aprende cómo hacerla más pequeña!"

El contraste con las respuestas procedentes de México y Colombia es muy grande, siendo la distribución inversa.

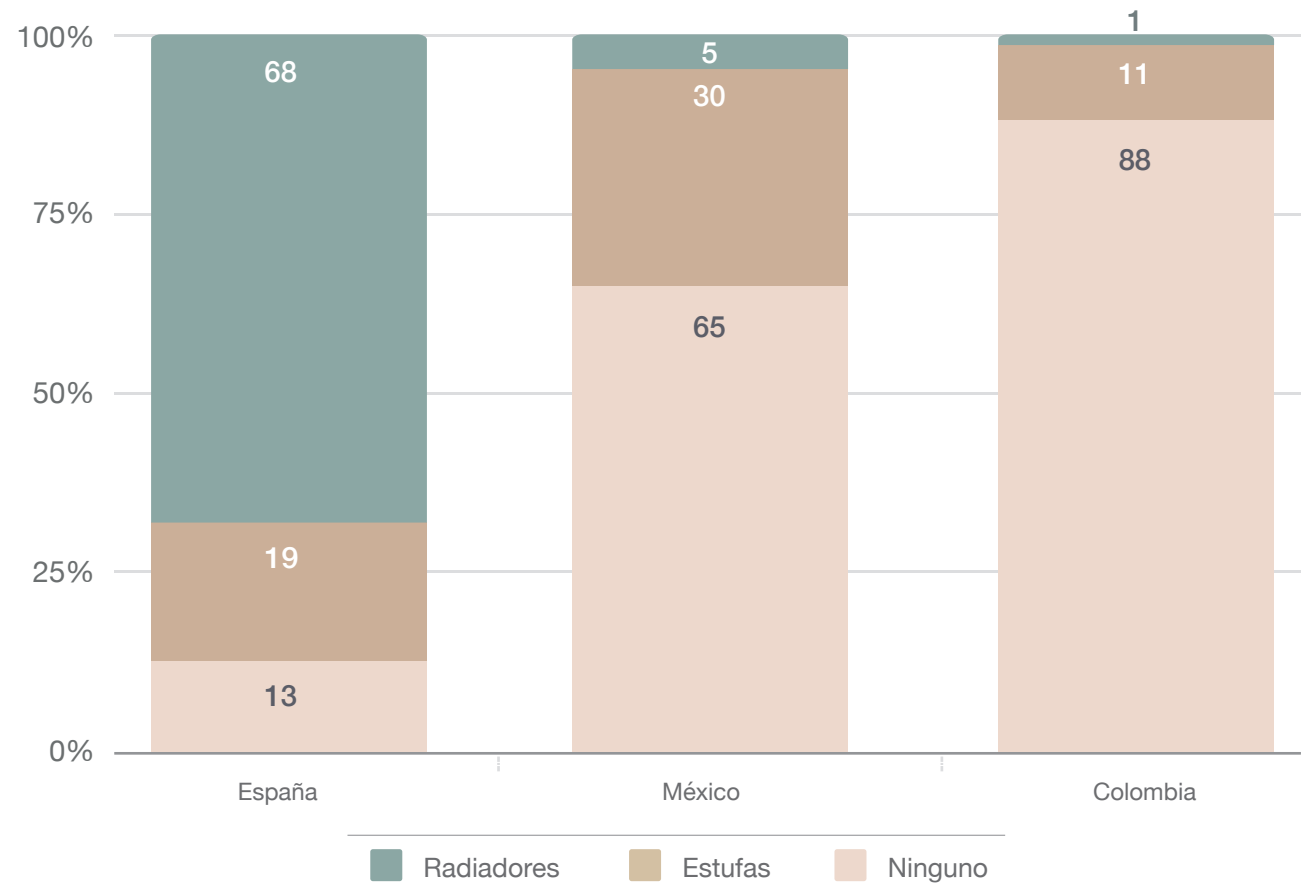
### 3.7. Tamaño de la vivienda

Predominan los tamaños intermedios, entre 60 y 120 m<sup>2</sup>.

### 3.8. Sistema de calefacción

Domina el sistema de calefacción con radiadores fijos, seguido de la opción "tengo alguna estufa o calentador móvil" con mucha menor representación. Como cabría esperar por la respectiva climatología y condiciones económicas, el contraste con las respuestas procedentes de México y Colombia es muy grande, siendo la distribución inversa.

Tipo de sistema de calefacción (%)



**Perfiles de huella ecológica**

Resultados de la explotación de la encuesta interactiva "Calcula el tamaño de tu huella ecológica... ¡y aprende cómo hacerla más pequeña!"

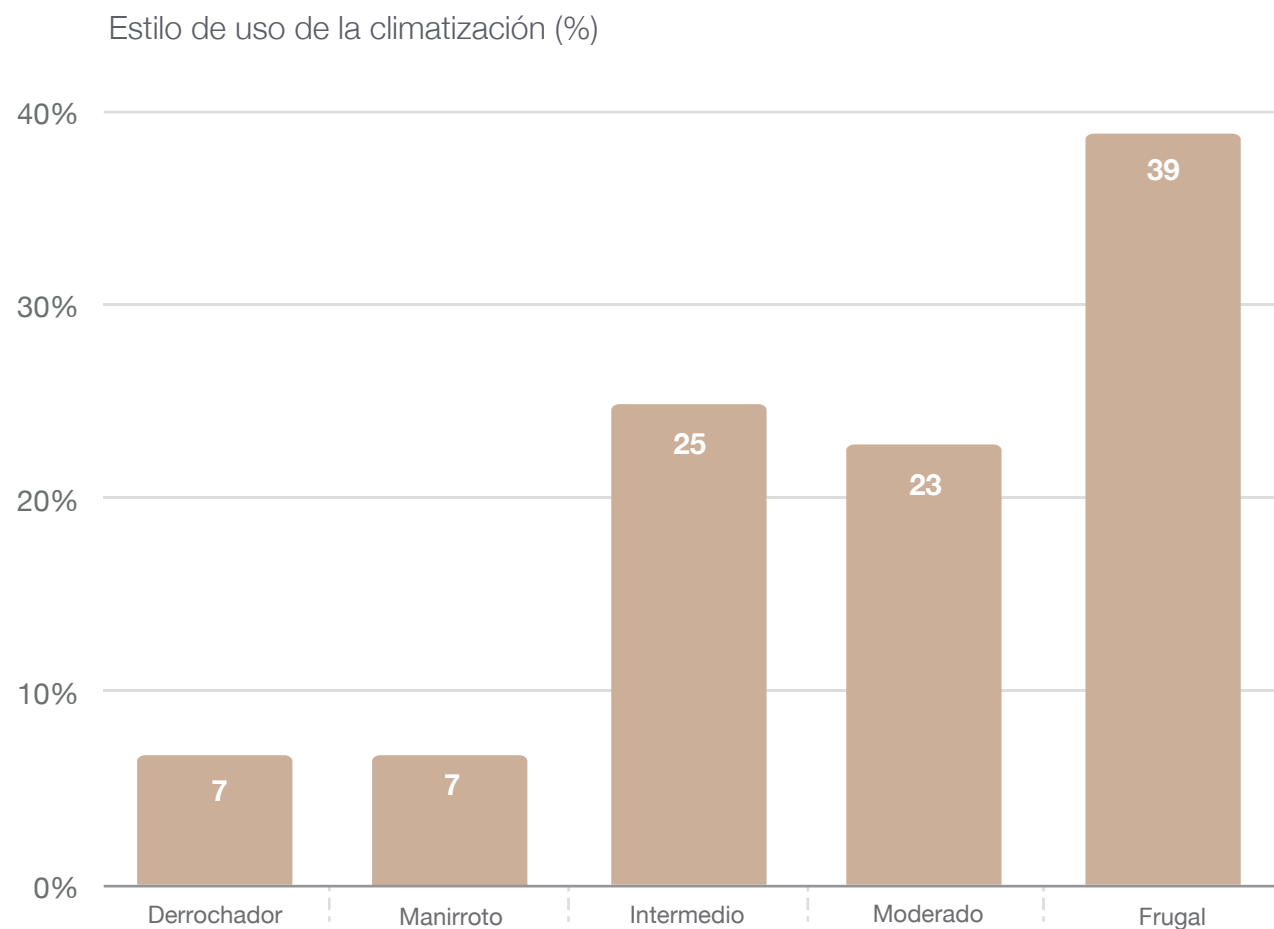
Más del 61% de los encuestados declaran hacer un uso de la calefacción "Moderado" o "Frugal".

**3.9. Instalación de aire acondicionado**

Más del 40% de los que responden la encuesta declaran disfrutar de aire acondicionado, lo que parece algo superior a las cifras reales. No obstante, el fuerte ritmo de instalación de este tipo de climatización indica que las cifras de la encuesta no pueden alejarse mucho de la realidad.

**3.10. Estilo de uso de la climatización**

Más del 61% de los encuestados declaran hacer un uso de la calefacción "Moderado" o "Frugal". Poco más de un 6% confiesan un uso "Derrochador" o "Manirroto".



## Perfiles de huella ecológica

Resultados de la explotación de la encuesta interactiva "Calcula el tamaño de tu huella ecológica... ¡y aprende cómo hacerla más pequeña!"

Caminar supone casi el 8%, mientras que la bicicleta se acerca al 4%.

### 3.11. Aislamientos: presencia de ventanas dobles o con doble cristal

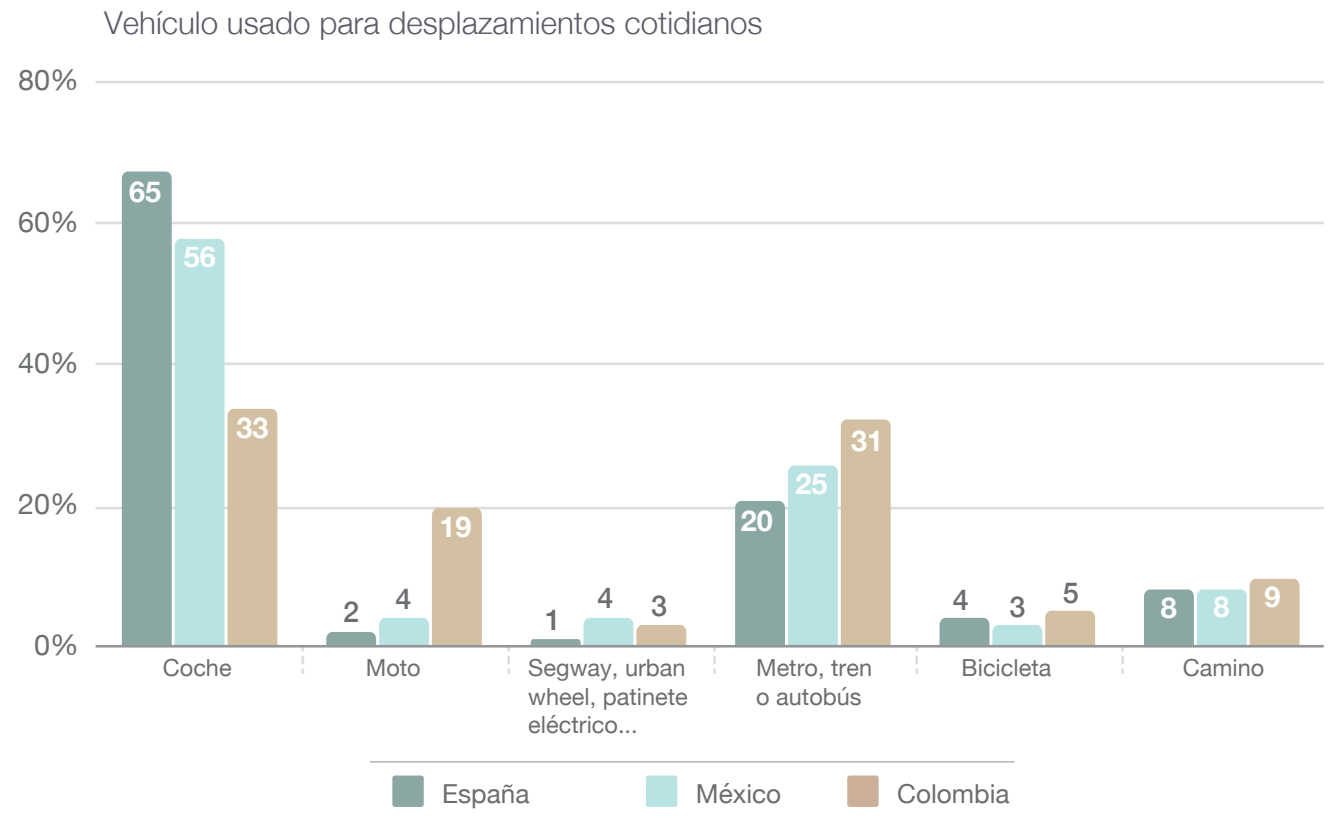
El 62% de los que responden la encuesta declaran disponer de este tipo de aislamientos.

### 3.12. Electrodomésticos eficientes

Más del 63% de las respuestas declaran tener un electrodoméstico de clase A o superior, contra menos de un 7% que carece de él, aunque casi un 30% reconoce no saber si lo tienen o no.

### 3.13. Vehículo usado para los desplazamientos cotidianos

El transporte motorizado, con predominio absoluto del coche, recoge el 65% de la encuesta. Sigue el transporte público, con un 20%. Caminar supone casi el 8%, mientras que la bicicleta se acerca al 4%. Estos datos son coherentes con los reales que reflejan las últimas encuestas de movilidad. Los datos de uso del coche en los tres países son coherentes con sus respectivos índices de motorización.



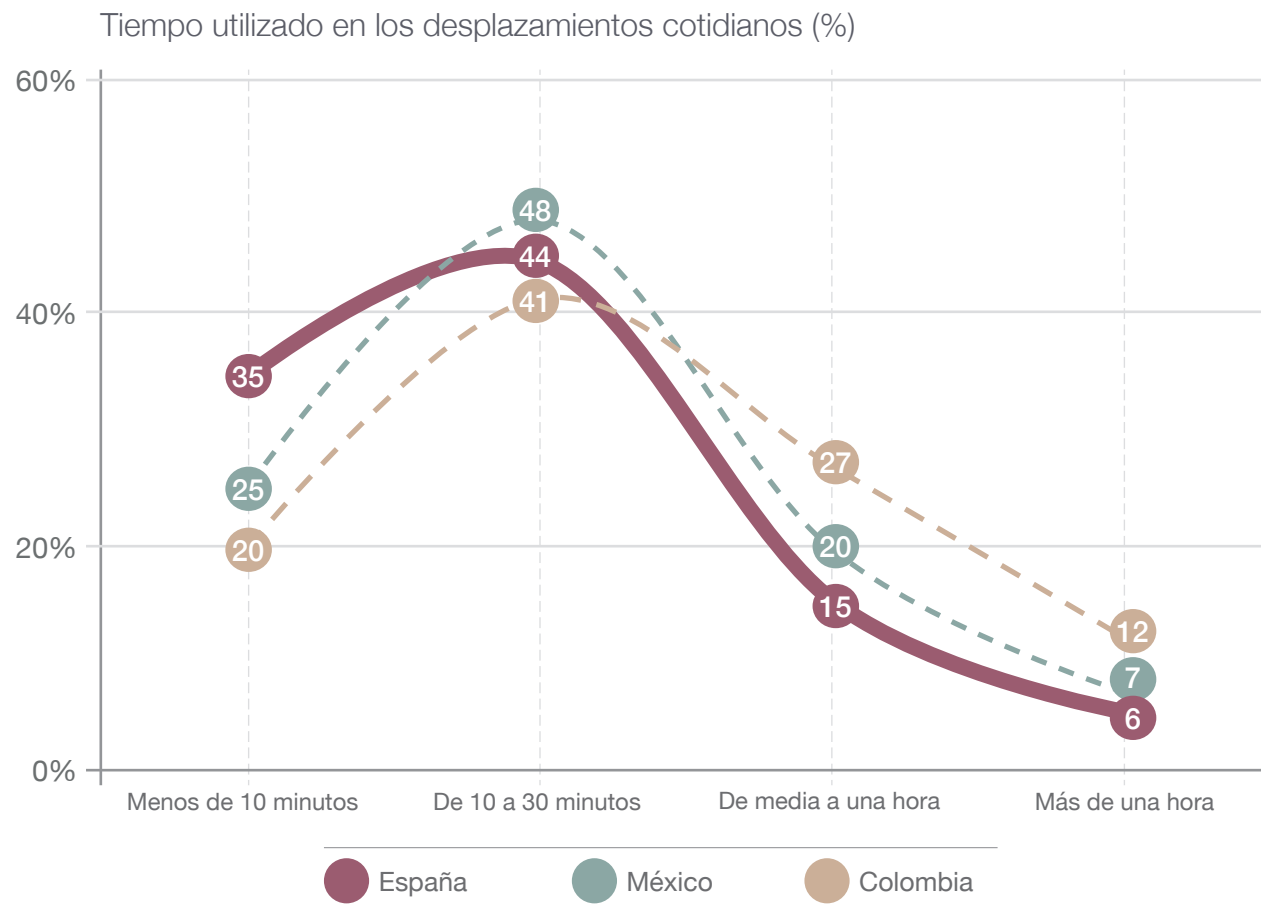
**Perfiles de huella ecológica**

Resultados de la explotación de la encuesta interactiva "Calcula el tamaño de tu huella ecológica... ¡y aprende cómo hacerla más pequeña!"

La pauta de distribución de las respuestas de México y Colombia no difiere mucho de la española.

**3.14. Tiempo utilizado para los desplazamientos cotidianos**

La distribución de respuestas por intervalos se asemeja bastante a la reflejada en las encuestas de movilidad. La pauta de distribución de las respuestas de México y Colombia no difiere mucho de la española.

**3.15. Tamaño del coche**

Aproximadamente un 25% declaran tener un coche pequeño o muy pequeño, mientras que un 31% dicen tener un modelo grande o un SUV. Estas cifras son coherentes con la pauta última de venta de coches, que se escora hacia los modelos grandes y pesados tras un repunte de las ventas de coches pequeños en los años de la crisis.

**Perfiles de huella ecológica**

Resultados de la explotación de la encuesta interactiva "Calcula el tamaño de tu huella ecológica... ¡y aprende cómo hacerla más pequeña!"

Un 30% de las respuestas declaran ir solos en su coche siempre o casi siempre.

**3.16. Vehículos eléctricos o híbridos**

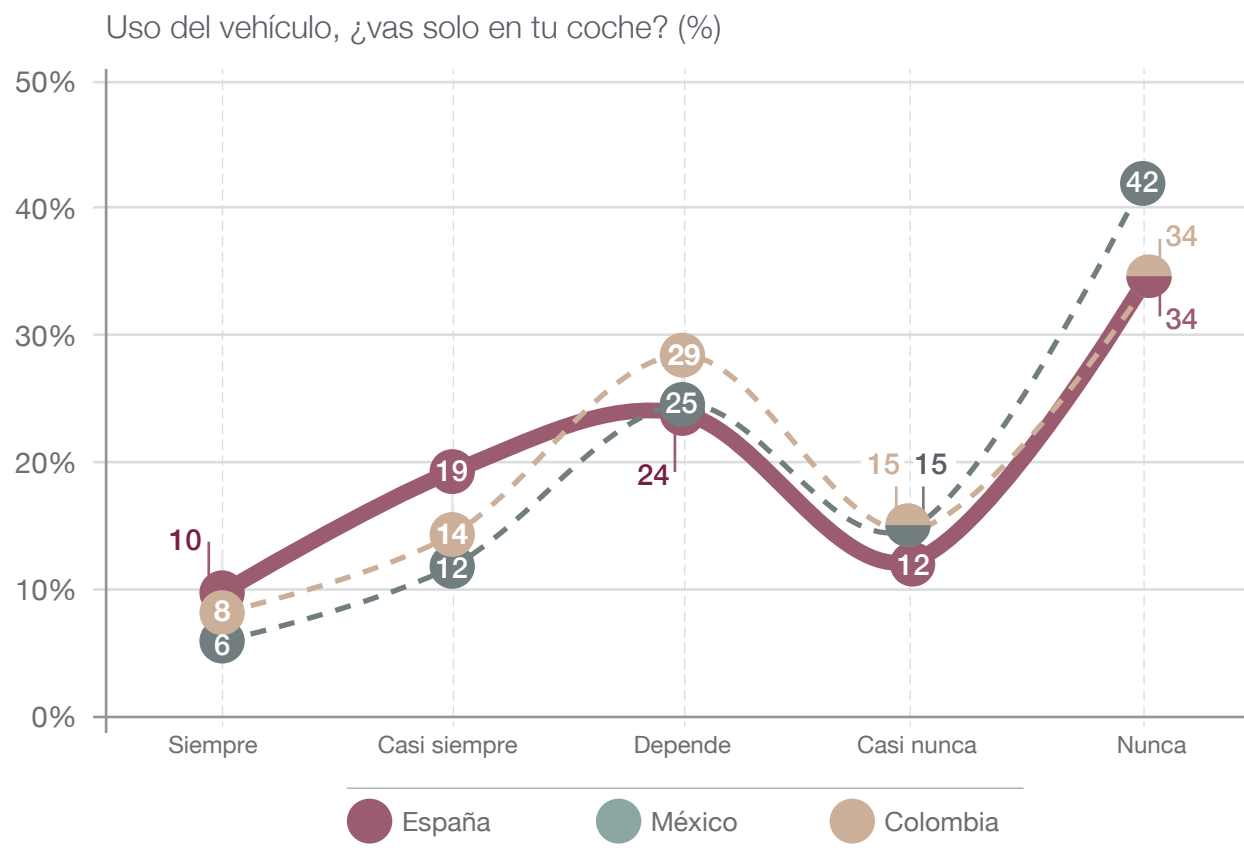
Aproximadamente un 6% declara disfrutar de este tipo de vehículos, cifra que parece algo superior al porcentaje real.

**3.17. Antigüedad del vehículo**

Cerca de un 42% declara tener un coche de 10 o más años de antigüedad, cifra inferior a la declarada por los fabricantes de automóviles pero seguramente bastante ajustada con la realidad.

**3.18. Pauta de uso del coche**

Aproximadamente un 30% de las respuestas declaran ir solos en su coche siempre o casi siempre, lo que coincide con los datos disponibles de ocupación media de los vehículos. Se incluyen las respuestas de México y Colombia como contraste.



## Perfiles de huella ecológica

Resultados de la explotación de la encuesta interactiva "Calcula el tamaño de tu huella ecológica... ¡y aprende cómo hacerla más pequeña!"

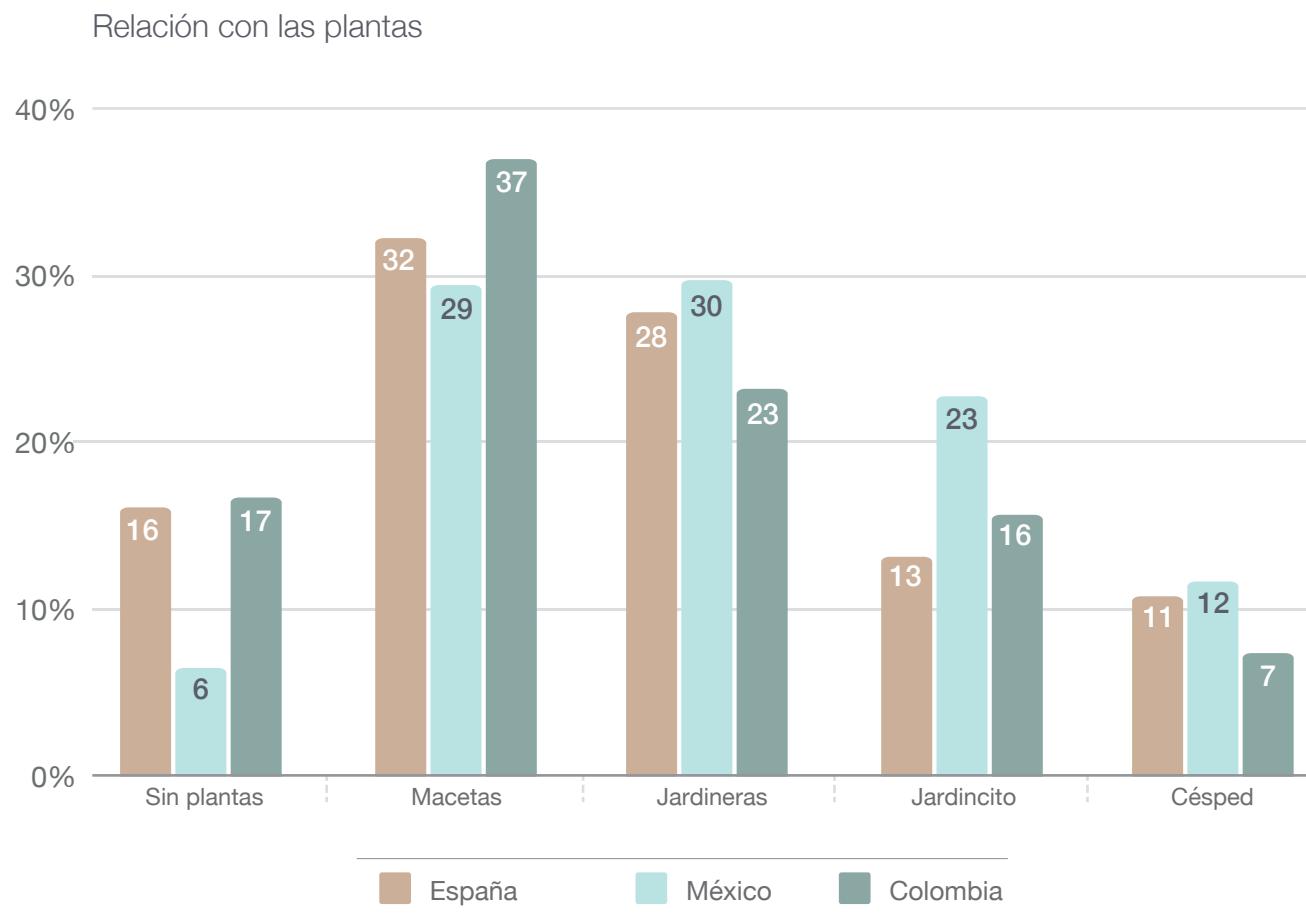
El riego de plantas y jardines es un factor fundamental en el consumo de agua residencial.

### 3.19. Frecuencia con que se hace la compra

Esta pregunta intenta distinguir el modelo esporádico y lejano, que implica ir en coche a grandes hipermercados de la periferia, del modelo frecuente y cercano de comprar en tiendas de barrio. La opción "una vez a la semana" es la elegida mayoritariamente entre los encuestados.

### 3.20. Relación con las plantas (consumo de agua para riego)

Los estudios demuestran que el riego de plantas y jardines es un factor fundamental en el consumo de agua residencial. Casi la mitad de las respuestas a la encuesta declaran tener muy poca o ninguna relación con las plantas.





## Perfiles de huella ecológica

Resultados de la explotación de la encuesta interactiva "Calcula el tamaño de tu huella ecológica... ¡y aprende cómo hacerla más pequeña!"

Menos del 37% de los encuestados declara usar algún sistema de riego economizador.

### 3.21. Sistemas de riego economizador

Menos del 37% de los encuestados declara usar algún sistema de riego economizador.

### 3.22. Grifería economizadora

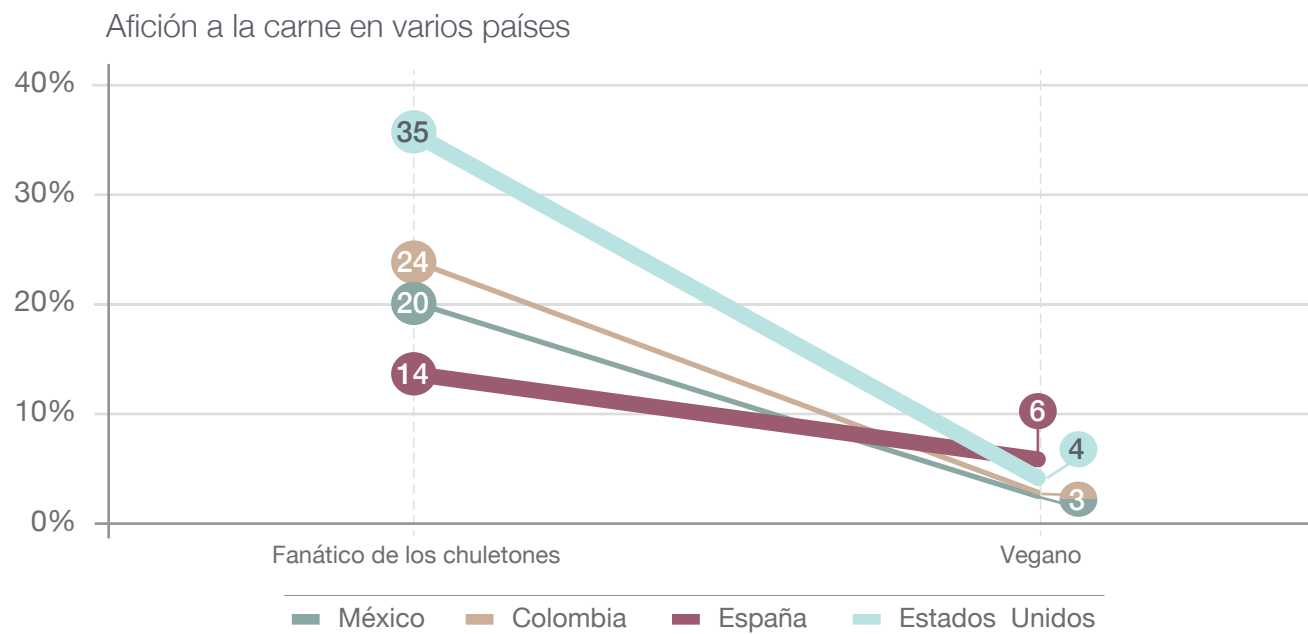
La cuarta parte que declara no disponer de este tipo de equipos contrasta con el 50% aproximado que manifiesta tener varios instalados.

### 3.23. Evitación de la compra de artículos marcados con logos de peligro

Muy pocos declaran no evitar la compra de estos artículos. Más de un 40% dicen hacerlo, pero un porcentaje superior afirma no fijarse nunca en ese tipo de información.

### 3.24. Consumo de carne: ¿cuál es tu relación con la carne?

El gráfico de respuestas refleja el balance entre veganismo y "carnivorismo". La distribución de respuestas es bastante equilibrada, con un sesgo hacia el lado vegano, ya que casi un 6% se declara vegano. No hay cifras confiables, pero sería raro que la cifra real superase el 1 o 2% (sí es más factible un 5 de "vegetarianos"). La distribución de las respuestas mexicanas y colombianas está más sesgada hacia el carnivorismo. Se incluye el perfil de Estados Unidos, a pesar del bajo número de respuestas, muy sesgado al carnivorismo.



Perfiles de huella ecológica

Resultados de la explotación de la encuesta interactiva "Calcula el tamaño de tu huella ecológica... ¡y aprende cómo hacerla más pequeña!"

El gráfico muestra el balance "Carnivorismo / Veganismo" en las comunidades autónomas de Madrid y el País Vasco.

El siguiente gráfico muestra el balance "Carnivorismo / Veganismo" en las comunidades autónomas de Madrid y el País Vasco. Se observa una gran coherencia en los datos, excepto un ligero repunte carnívoro en el País Vasco.

"Carnivorismo / Veganismo" en Madrid y el País Vasco  
(Total de respuestas: 8.059)



**Perfiles de huella ecológica**

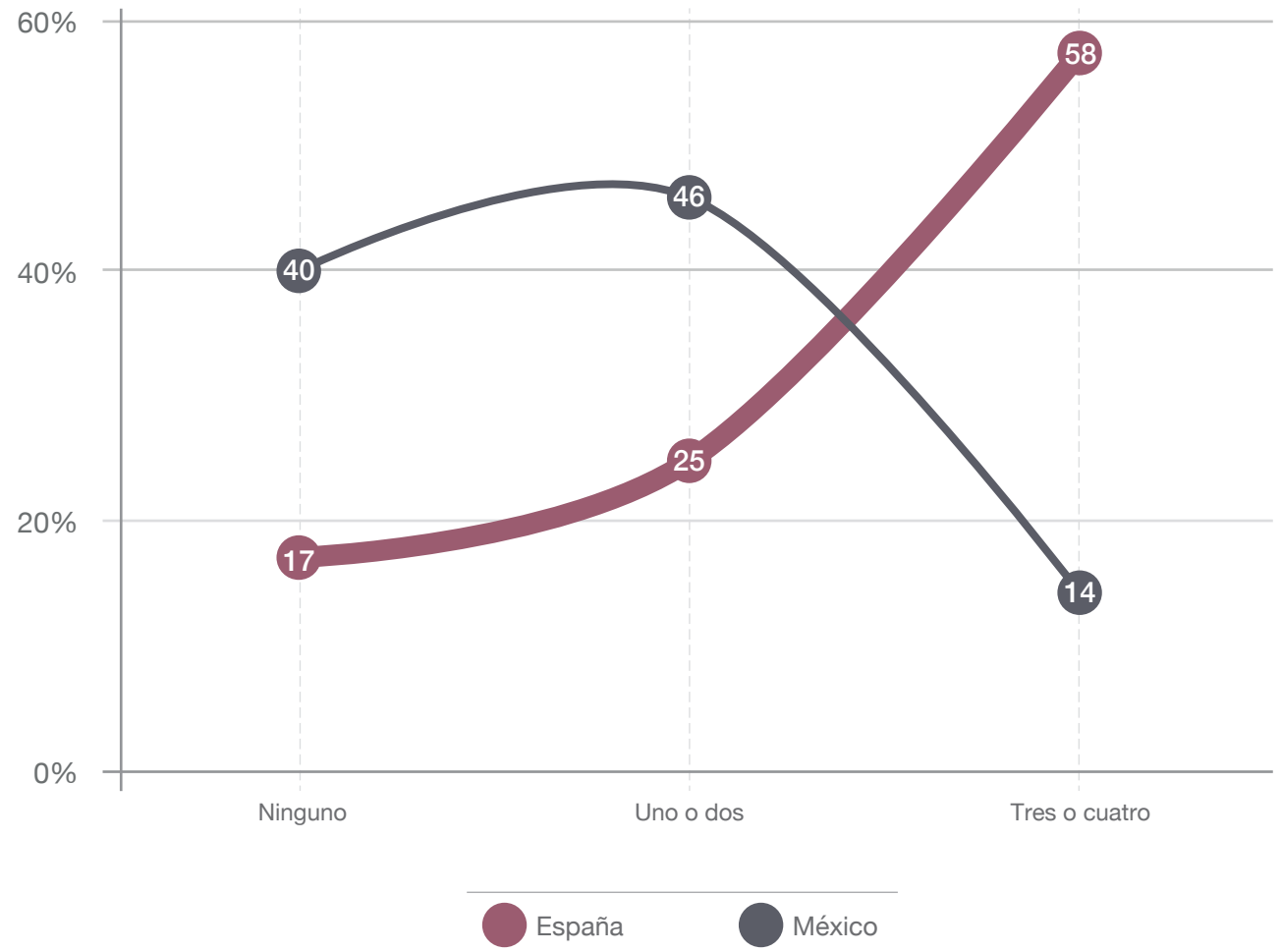
Resultados de la explotación de la encuesta interactiva "Calcula el tamaño de tu huella ecológica... ¡y aprende cómo hacerla más pequeña!"

Solamente el 17% declara no tener ningún contenedor en casa.

**3.25. Contenedores para la separación de residuos en los hogares**

Más del 58% de las respuestas reflejan la existencia de tres o más contenedores domésticos, lo que indicaría una separación completa de los residuos en sus fracciones más habituales. Solamente el 17% declara no tener ningún contenedor en casa.

Contenedores para separación de residuos en los hogares (%)



## Perfiles de huella ecológica

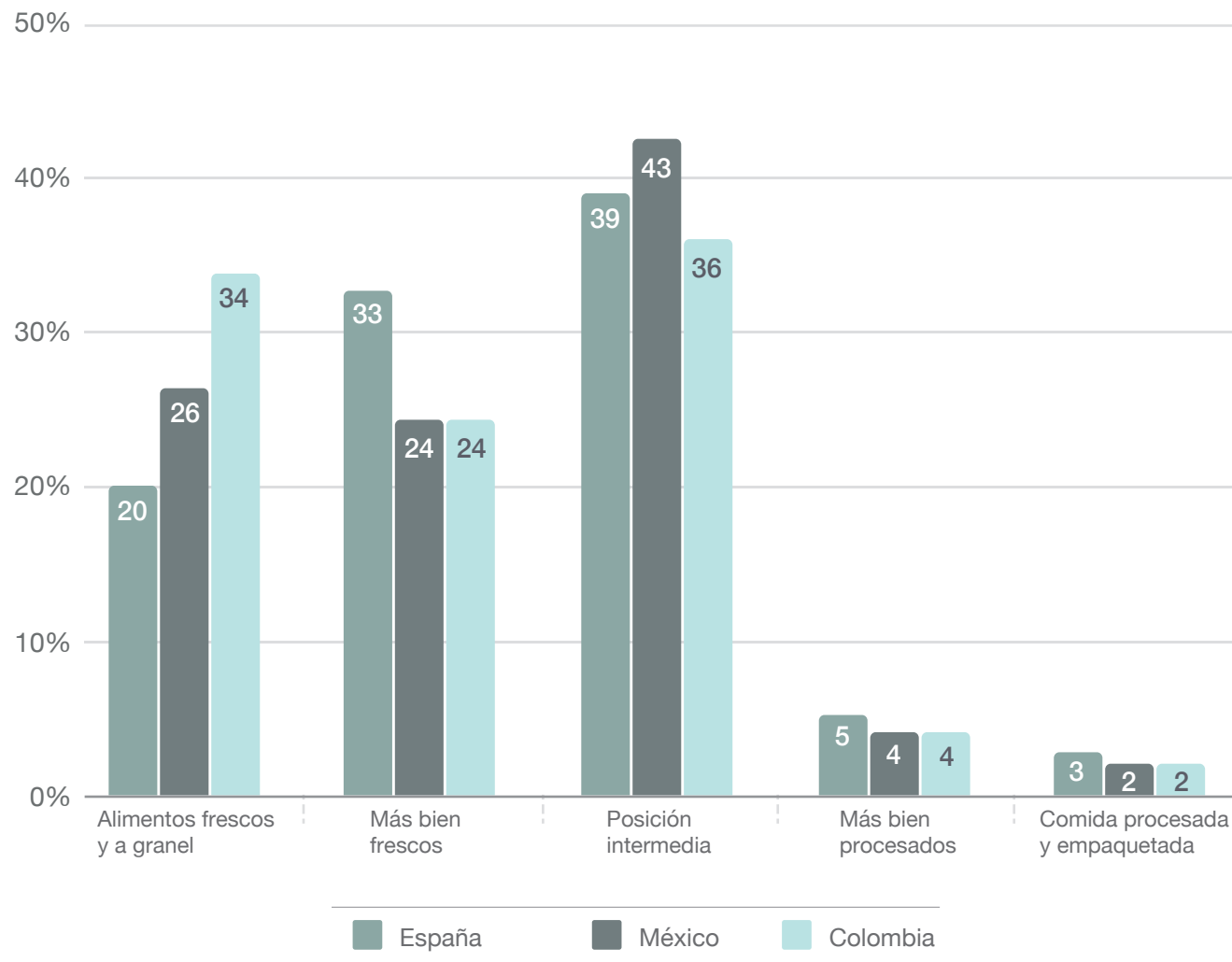
Resultados de la explotación de la encuesta interactiva "Calcula el tamaño de tu huella ecológica... ¡y aprende cómo hacerla más pequeña!"

El contraste entre los que declaran comprar habitualmente alimentos procesados contrasta agudamente con los que prefieren alimentos frescos.

## 3.26. Hábitos de compra de alimentos: balance entre ultraprocesados y frescos

El contraste entre los que declaran comprar habitualmente alimentos procesados (un 8%) contrasta agudamente con los que prefieren alimentos frescos (un 54%). Se incluyen los datos de México y Colombia, muy similares pero con más tendencia a los productos frescos.

Hábitos de compra de alimentos



**Perfiles de huella ecológica**

Resultados de la explotación de la encuesta interactiva "Calcula el tamaño de tu huella ecológica... ¡y aprende cómo hacerla más pequeña!"

Las correlaciones entre las preguntas de la encuesta pueden sugerir tendencias y perfiles de huella ecológica peculiares de cada estilo de vida.



## 4. Correlaciones significativas

Como se dice en la introducción, los datos simples que refleja la encuesta no tienen valor estadístico aparte de una orientación general del problema, complementado con el contraste con otros países. Las correlaciones entre las preguntas de la encuesta pueden ser de mayor interés, pues pueden sugerir tendencias y perfiles de huella ecológica peculiares de cada estilo de vida.

Las correlaciones significativas se han agrupado en varios ejes, que pretenden responder a otras tantas preguntas relacionadas con la definición de estilos de vida y de huella ecológica. Aquí se muestran cinco:

- ▶ ¿Es el "veganismo" un buen indicador de una vida más sostenible?
- ▶ ¿Existe un estilo de vida derrochador?
- ▶ ¿Usamos racionalmente los recursos?
- ▶ ¿Hay un estilo de vida "eco-informado"?
- ▶ ¿Cómo funciona el efecto de arrastre de la bicicleta?

**Perfiles de huella ecológica**

Resultados de la explotación de la encuesta interactiva "Calcula el tamaño de tu huella ecológica... ¡y aprende cómo hacerla más pequeña!"

Los veganos utilizan la calefacción y el aire acondicionado con mucha más moderación que los carnívoros.

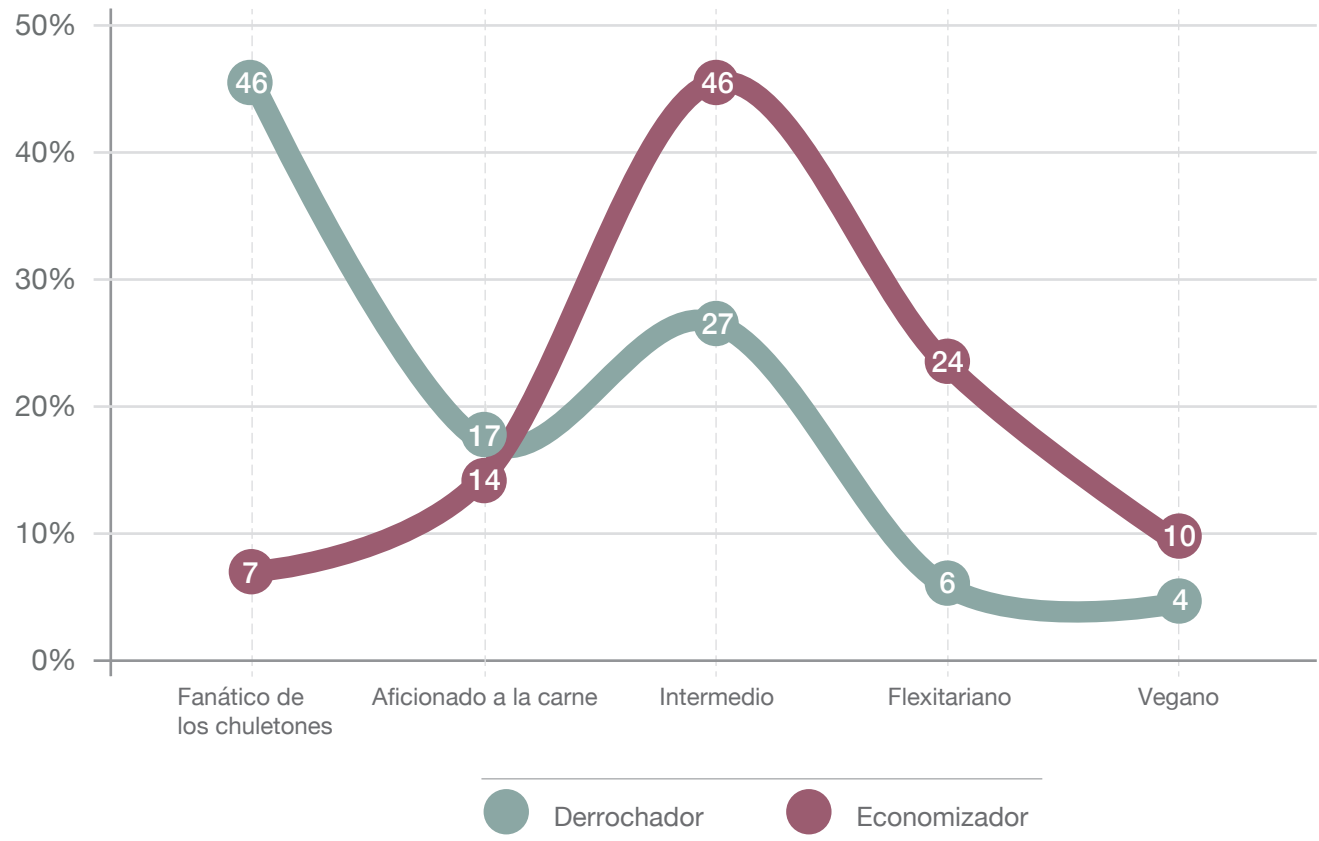
**4.1. ¿Es el “veganismo” un buen indicador de una vida más sostenible, con una huella más reducida?**

El cruce del eje “carnivorismo - veganismo” con otras preguntas definitorias de la huella ecológica personal arroja estos resultados:

**Uso de la climatización**

Los veganos utilizan la calefacción y el aire acondicionado con mucha más moderación que los carnívoros. En concreto, la opción vegana marca esta opción de uso muy moderado tres veces más que los carnívoros. Estos, por el contrario, declaran que derrochan climatización con una frecuencia más de cuatro veces superior a los veganos.

Los aficionados a los chuletones tienen un perfil más derrochador de uso de la climatización, los veganos un perfil más economizador



## Perfiles de huella ecológica

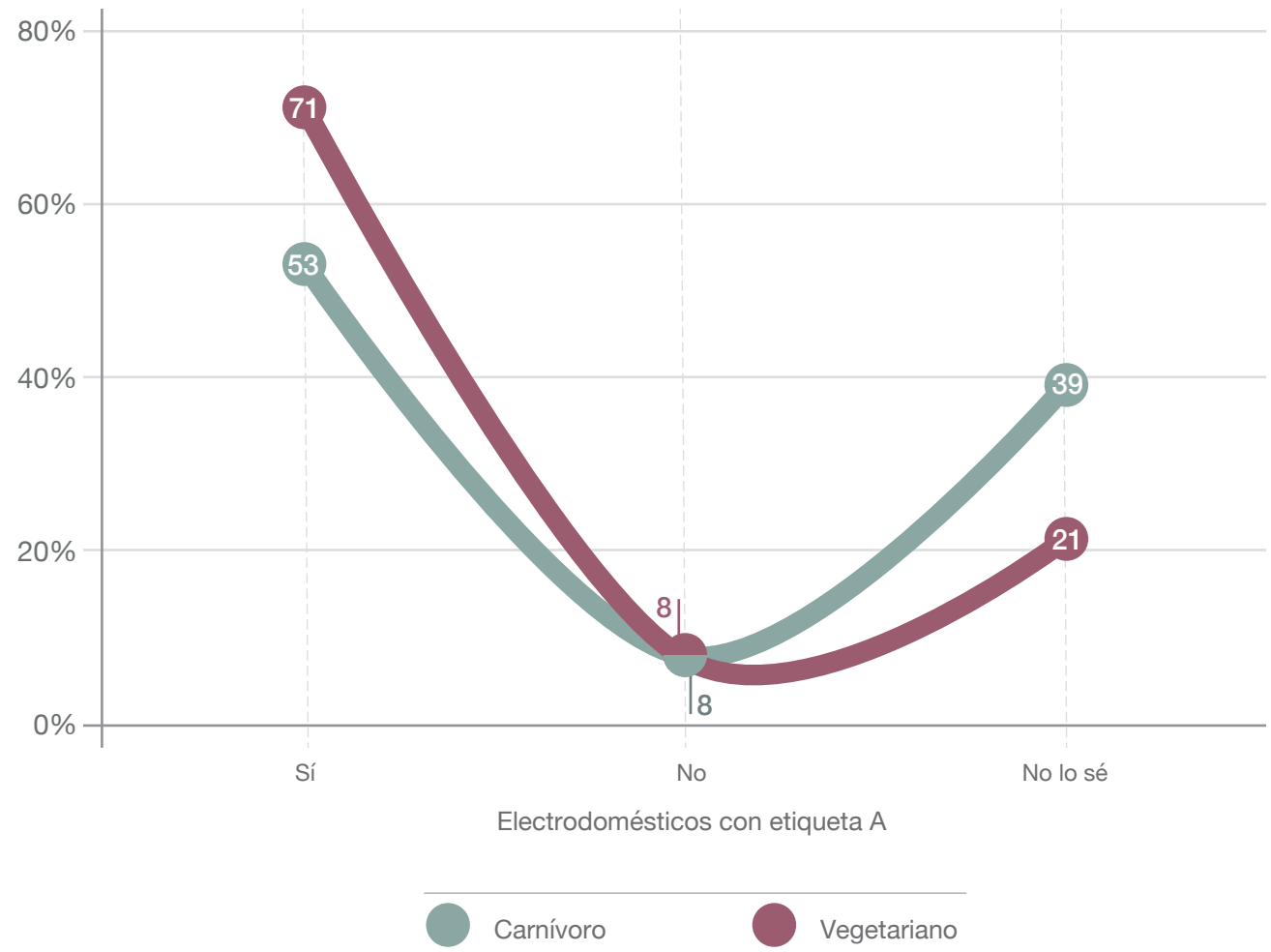
Resultados de la explotación de la encuesta interactiva "Calcula el tamaño de tu huella ecológica... ¡y aprende cómo hacerla más pequeña!"

Los veganos tienen más electrodomésticos de clase A o superior.

## Electrodomésticos eficientes

Los veganos tienen más electrodomésticos de clase A o superior, un tercio más que los carnívoros, lo que cae dentro de lo esperable. Más preocupante es el dato de que el número de carnívoros que ignora la clase energética de sus aparatos es casi el doble que el de veganos.

Los vegetarianos conocen mejor sus electrodomésticos



Perfiles de huella ecológica

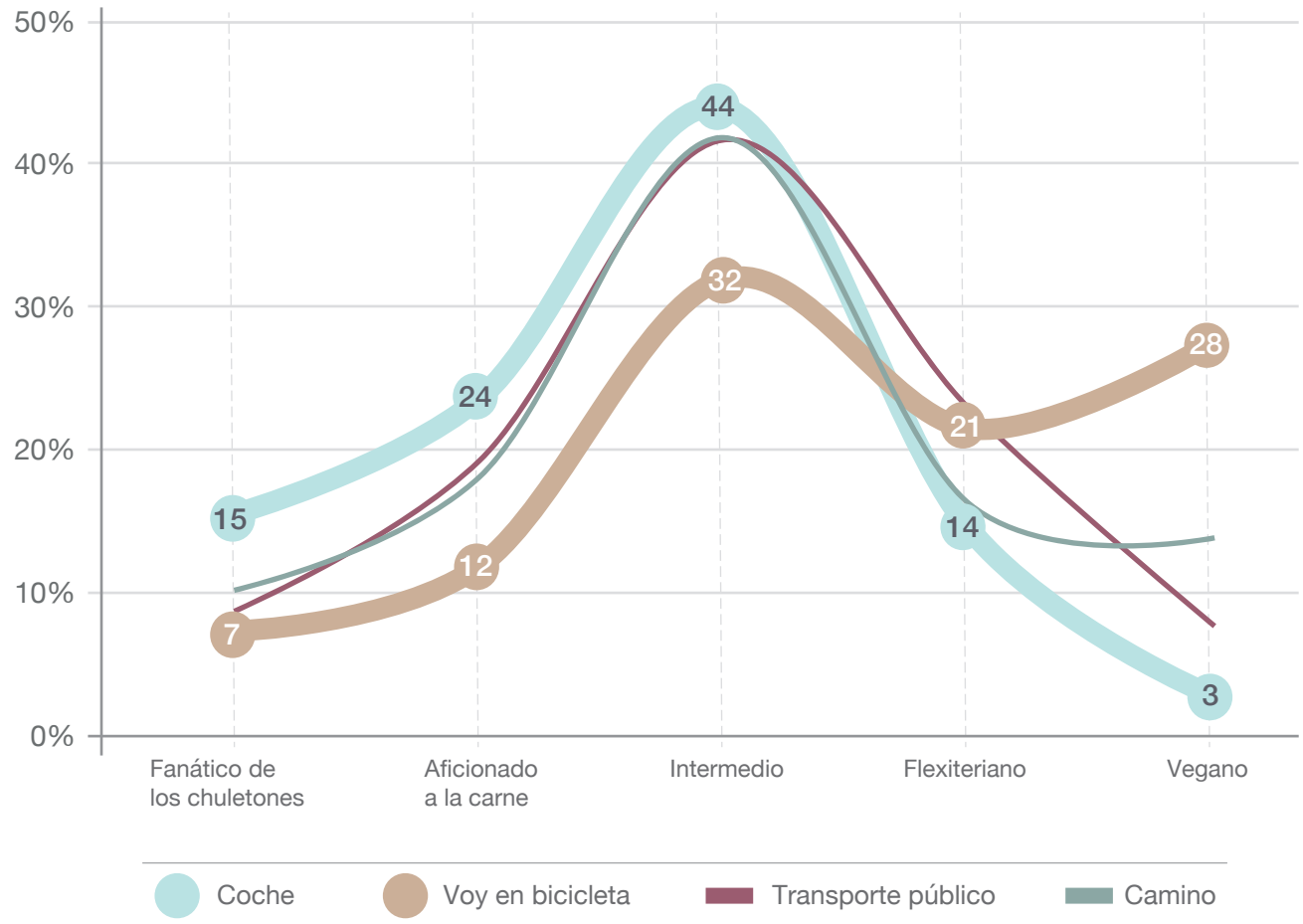
Resultados de la explotación de la encuesta interactiva "Calcula el tamaño de tu huella ecológica... ¡y aprende cómo hacerla más pequeña!"

Los veganos usarían ocho veces más la bicicleta que los carnívoros y caminarían cuatro veces más.

Vehículo usado en el transporte cotidiano

¿Cómo se desplazan los carnívoros y los veganos? Tanto unos como otros utilizan mucho el coche, pero los veganos caminan más y sobre todo usan más la bicicleta que los carnívoros. También utilizan más el transporte público. Los veganos usarían ocho veces más la bicicleta que los carnívoros y caminarían cuatro veces más. La opción "coche" como vehículo preferente en los desplazamientos se derrumba de un 75% para los carnívoros a poco más de un 30% para los veganos (véase abajo otra versión de este gráfico).

Los veganos usan más la bicicleta, los carnívoros el coche





Perfiles de huella ecológica

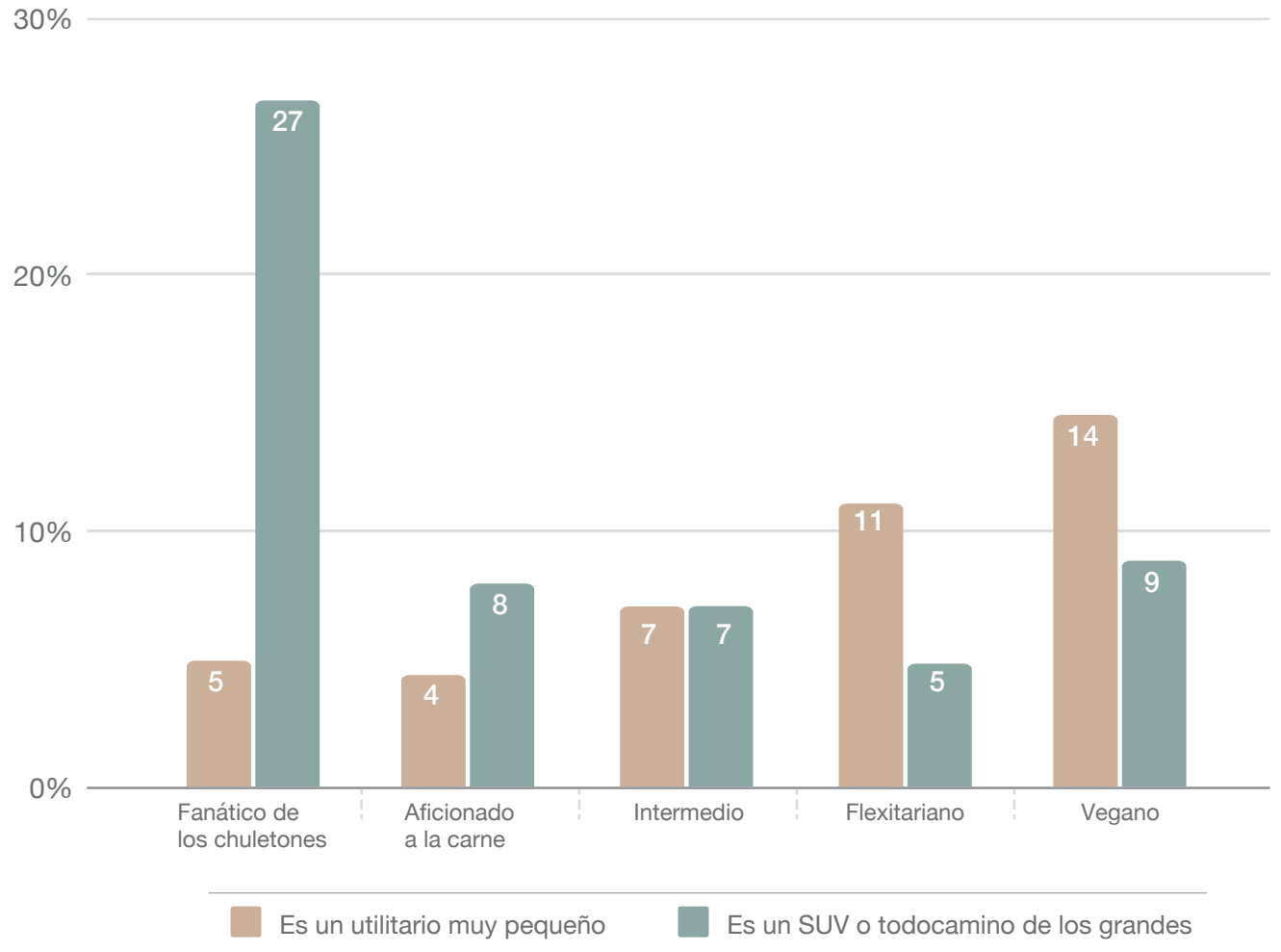
Resultados de la explotación de la encuesta interactiva "Calcula el tamaño de tu huella ecológica... ¡y aprende cómo hacerla más pequeña!"

Se confirma la imagen del aficionado a los chuletones que conduce enormes SUV.

Tamaño del coche

¿Qué hay en lo que respecta al tamaño del coche?, ¿se confirma la imagen del aficionado a los chuletones que conduce enormes SUV? Pues parece que sí. Los carnívoros marcan la opción "SUV o todocamino de los grandes" tres veces más que los veganos y la opción "utilitario muy pequeño" tres veces menos que ellos.

Se confirma el mito de los aficionados a los chuletones conduciendo enormes SUV



**Perfiles de huella ecológica**

Resultados de la explotación de la encuesta interactiva "Calcula el tamaño de tu huella ecológica... ¡y aprende cómo hacerla más pequeña!"

Hay una minoría de carnívoros que declaran ir siempre solos, la clásica figura del conductor solitario a bordo de un gran todoterreno.

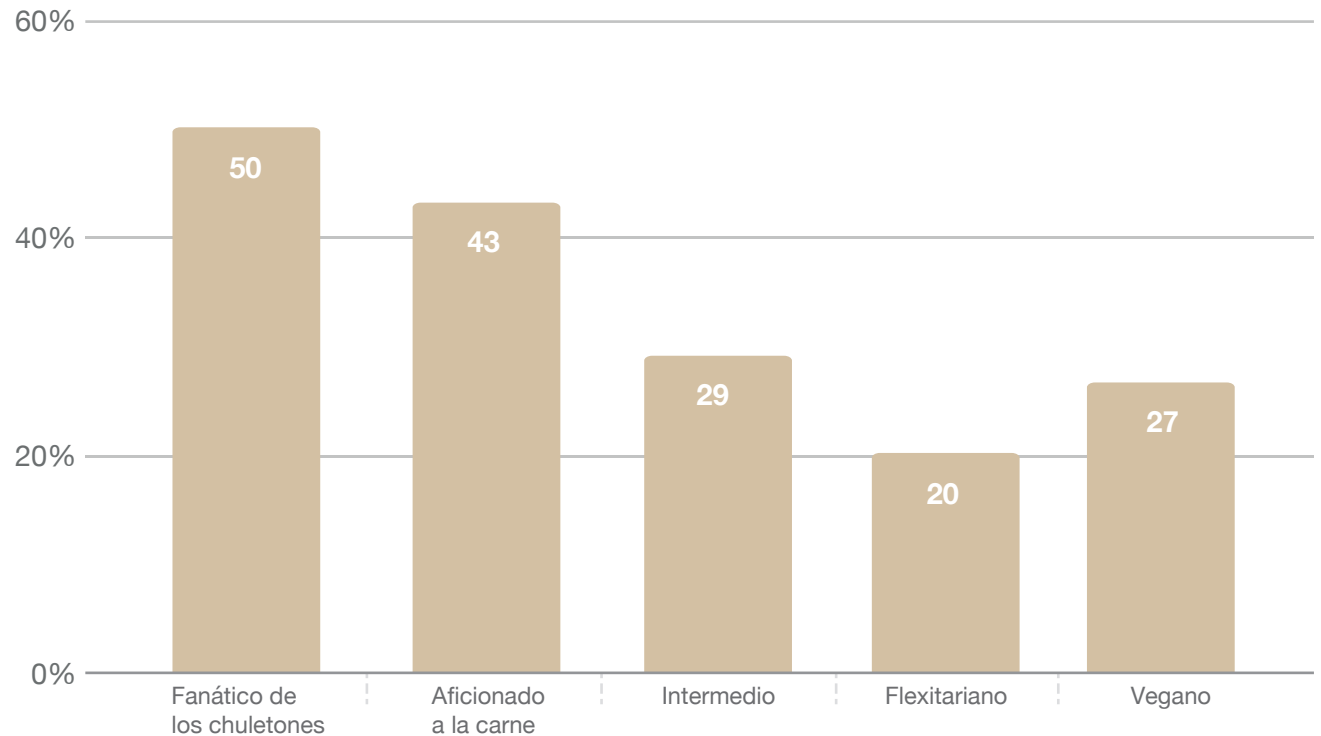
**Coche sin emisiones**

Por último, en relación con el tipo de vehículo, ¿son los veganos más proclives a tener un coche eléctrico o híbrido que los carnívoros? En este caso no hay ninguna relación detectable. Entre un 5% y un 7% de las respuestas declaran tener un coche de estas características.

**Ocupación del vehículo**

Cruzando la cuestión "veganismo - carnivorismo" con la pregunta "¿vas solo en tu coche?" se pueden ver varias cosas. En general, los carnívoros van más acompañados que los veganos, la mitad declara no ir nunca solo en su coche (tal vez porque utilizan coches más grandes). No obstante, hay una minoría significativa de carnívoros que declaran ir siempre solos, la clásica figura del conductor solitario a bordo de un gran todoterreno.

Los fanáticos de los chuletones llevan más pasajeros en su coche  
Porcentaje de personas que dicen que nunca van solos en su coche



## Perfiles de huella ecológica

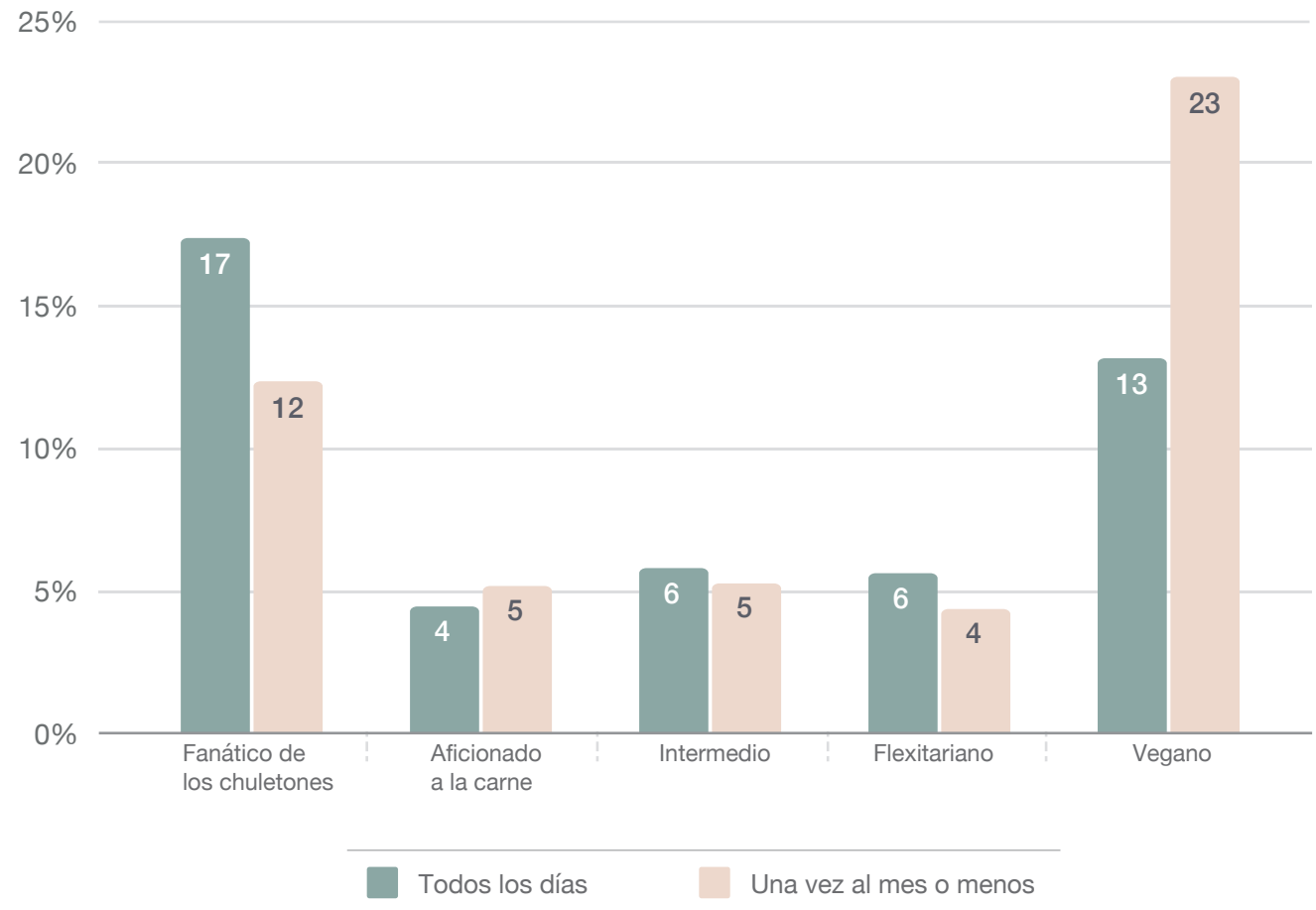
Resultados de la explotación de la encuesta interactiva "Calcula el tamaño de tu huella ecológica... ¡y aprende cómo hacerla más pequeña!"

Un porcentaje muy alto de veganos declara que compra una vez al mes o menos.

## Frecuencia de compra

Los veganos, ¿van todos los días a comprar sus verduras al mercado de la esquina, o se acercan una vez cada varias semanas a una gran superficie para llenar un gran carro de la compra? Los datos no reflejan la imagen de veganos frequentadores de verdulerías y fruterías, más bien al contrario. Un porcentaje muy alto de veganos, el doble que el de carnívoros, declara que compra una vez al mes o menos, y el porcentaje de los que hacen compra diaria es inferior al de los aficionados a la carne. Parece haber una dualidad tanto entre carnívoros como veganos entre aficionados a la compra diaria y proclives a la compra masiva esporádica.

Carnívoros y veganos van a la compra de diferente manera



## Perfiles de huella ecológica

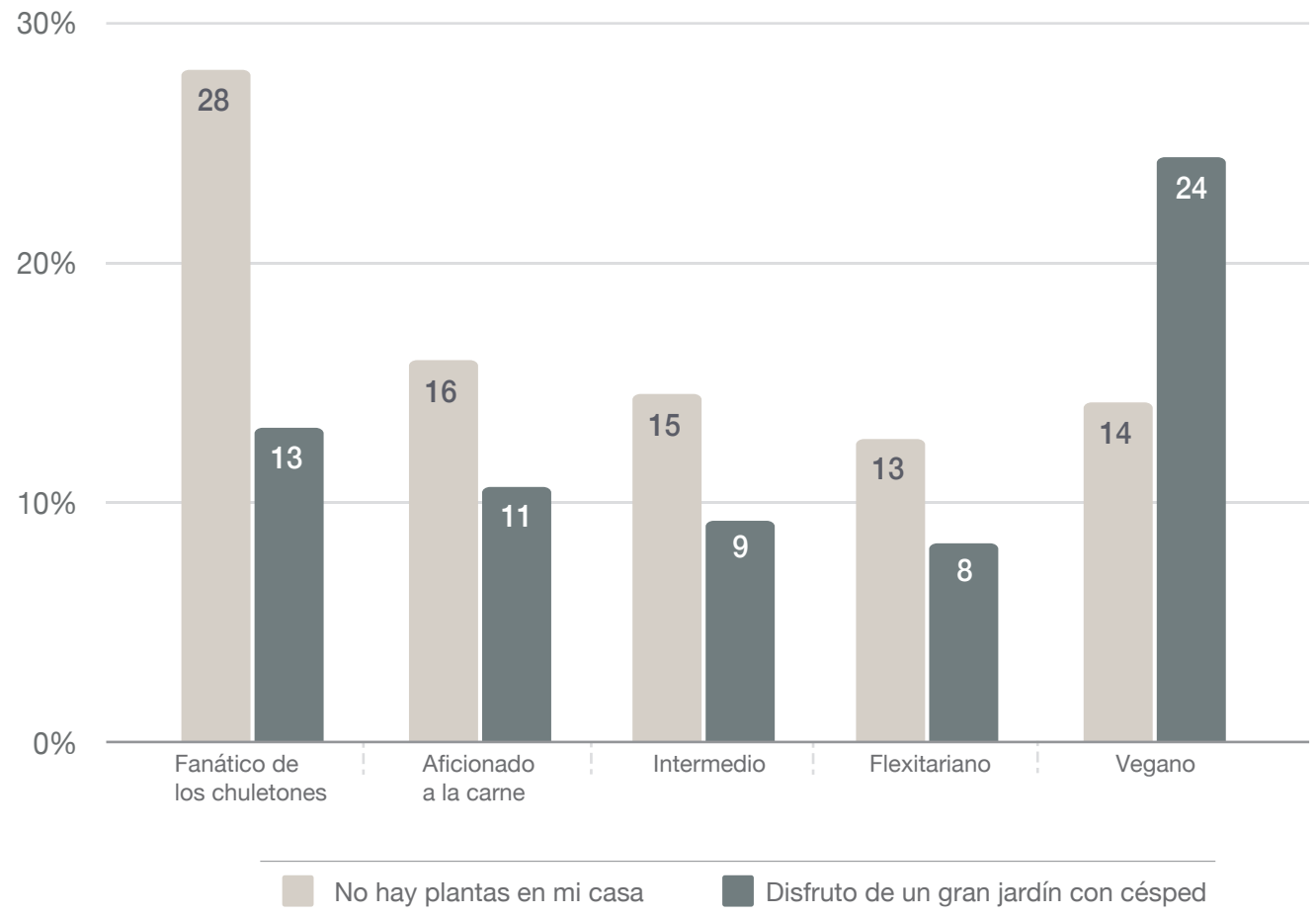
Resultados de la explotación de la encuesta interactiva "Calcula el tamaño de tu huella ecológica... ¡y aprende cómo hacerla más pequeña!"

Muchos veganos declaran que disfrutan de un gran jardín y muchos carnívoros declaran no tener ni una triste planta en casa.

## Relación con las plantas

La relación entre ser aficionado a comer vegetales y la afición al cuidado de plantas parece evidente, y parece que se confirma. Los resultados del cruce de datos muestran que muchos veganos declaran que disfrutan de un gran jardín, el doble que los carnívoros, y que muchos carnívoros, el doble que los veganos, declaran no tener ni una triste planta en casa. Sería interesante averiguar cuál es el porcentaje de personas que tienen plantas en sus casas que cultivan parte de sus alimentos o condimentos.

Dos extremos: veganos con un buen jardín y carnívoros sin una sola planta en casa



**Perfiles de huella ecológica**

Resultados de la explotación de la encuesta interactiva "Calcula el tamaño de tu huella ecológica... ¡y aprende cómo hacerla más pequeña!"

Ligera tendencia a tener elementos de fontanería economizadora en casa por parte de los veganos y flexitarianos.

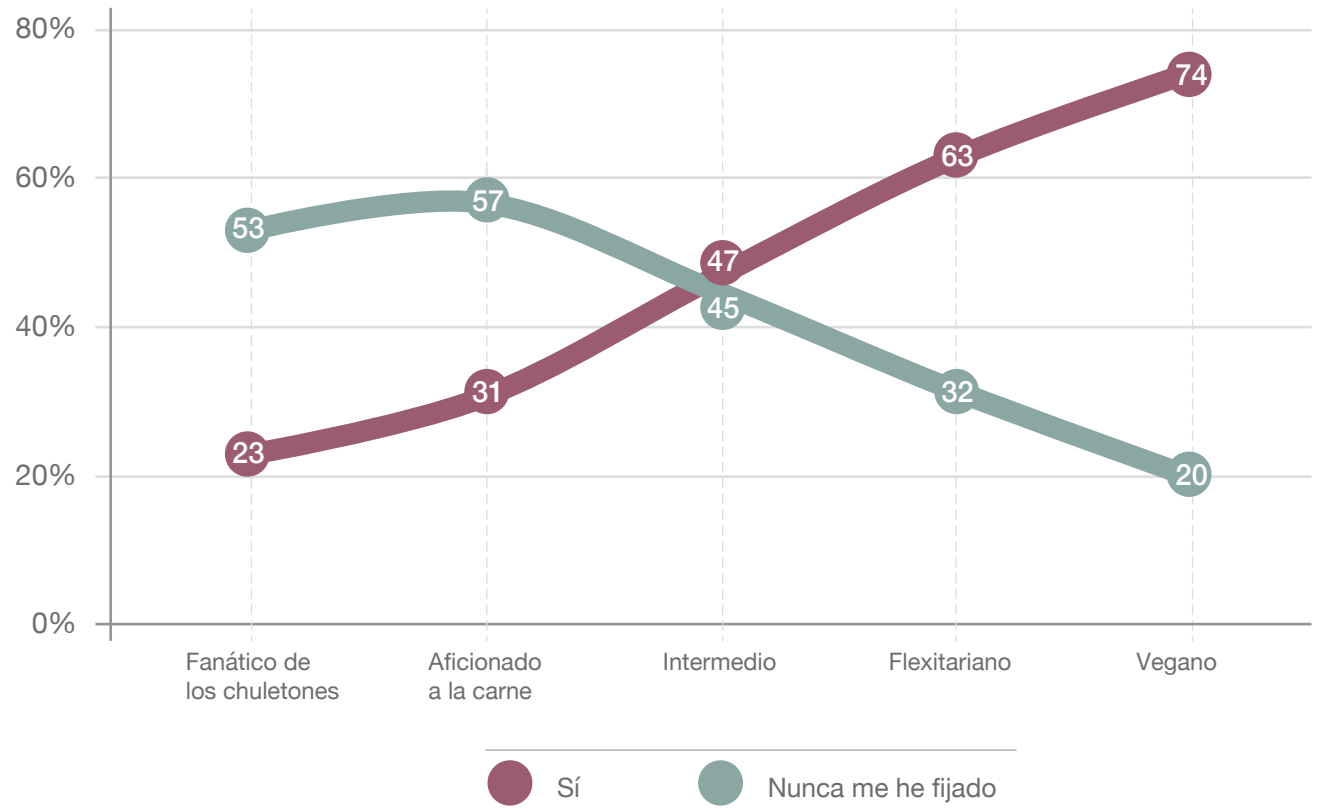
**Fontanería economizadora**

Existe una ligera tendencia a tener elementos de fontanería economizadora en casa por parte de los veganos y flexitarianos, y hay una relación algo más clara entre el carnivorismo y la ausencia de tales elementos en sus hogares.

**Alertas tóxicas en etiquetas**

¿Los carnívoros prestan menos atención a los iconos de toxicidad (presentes en productos de limpieza, por ejemplo)? El cruce de datos entre la pregunta "¿rechazas los productos marcados con estos iconos?" y la línea "carnivorismo - veganismo" muestra una correlación marcada entre el rechazo a los tóxicos y el consumo prioritario de vegetales. Hay que tener en cuenta que muchas respuestas indican que las personas que responden a la encuesta nunca se han fijado en estos iconos.

Los carnívoros prestan menos atención a los logotipos de toxicidad en productos



Perfiles de huella ecológica

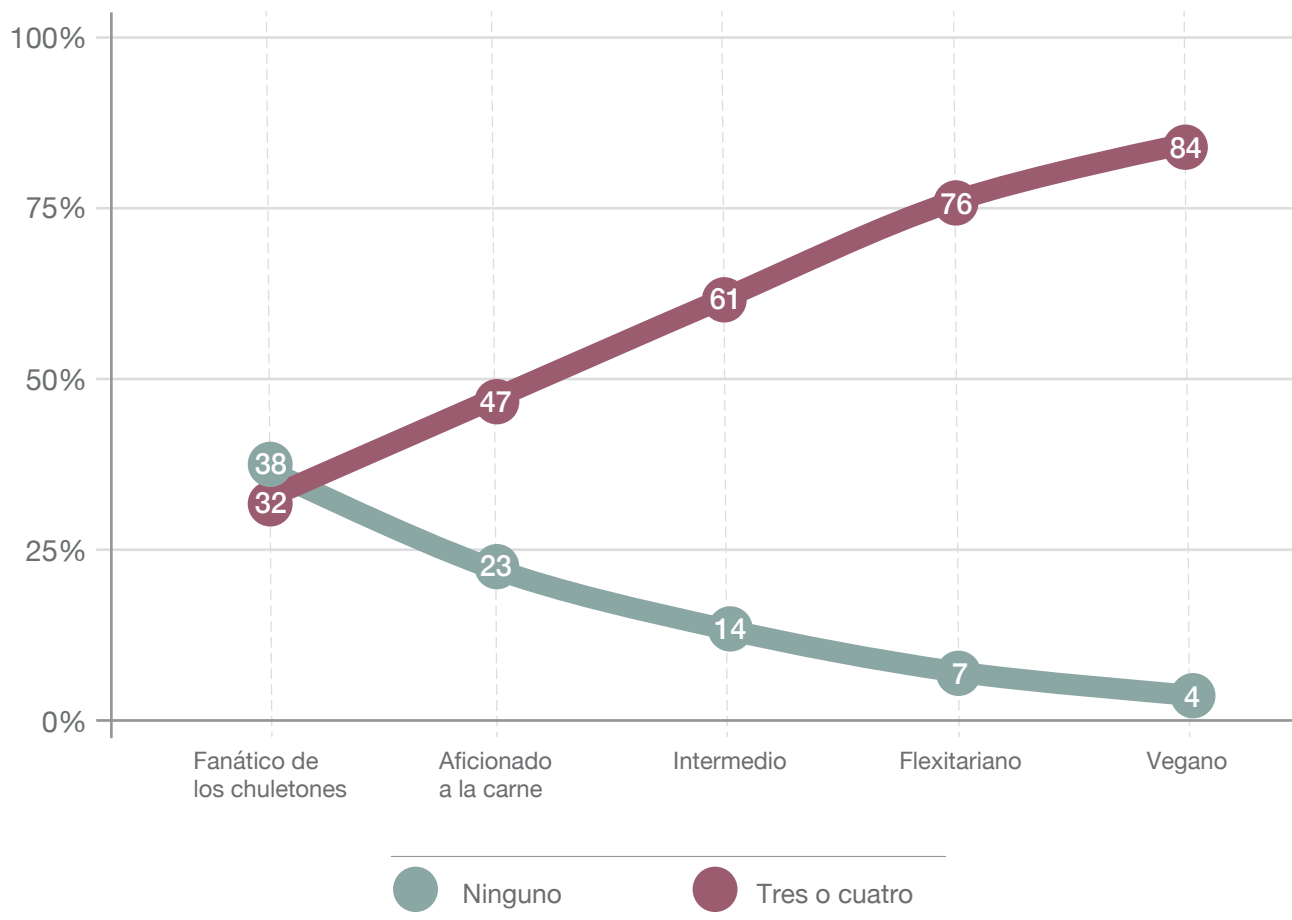
Resultados de la explotación de la encuesta interactiva "Calcula el tamaño de tu huella ecológica... ¡y aprende cómo hacerla más pequeña!"

El porcentaje de veganos que declaran tener varios contenedores en casa casi triplica al de carnívoros.

Contenedores de recogida selectiva

También existe una correlación muy marcada entre el número de cubos o recipientes para la recogida selectiva en casa y el consumo prioritario de alimentos vegetales. Los carnívoros declaran con una frecuencia diez veces mayor que no tienen ningún contenedor en casa. El porcentaje de veganos que declaran tener tres o cuatro contenedores en casa casi triplica al porcentaje de carnívoros que dicen lo mismo.

Los veganos separan mejor los residuos, o al menos tienen más contenedores



Perfiles de huella ecológica

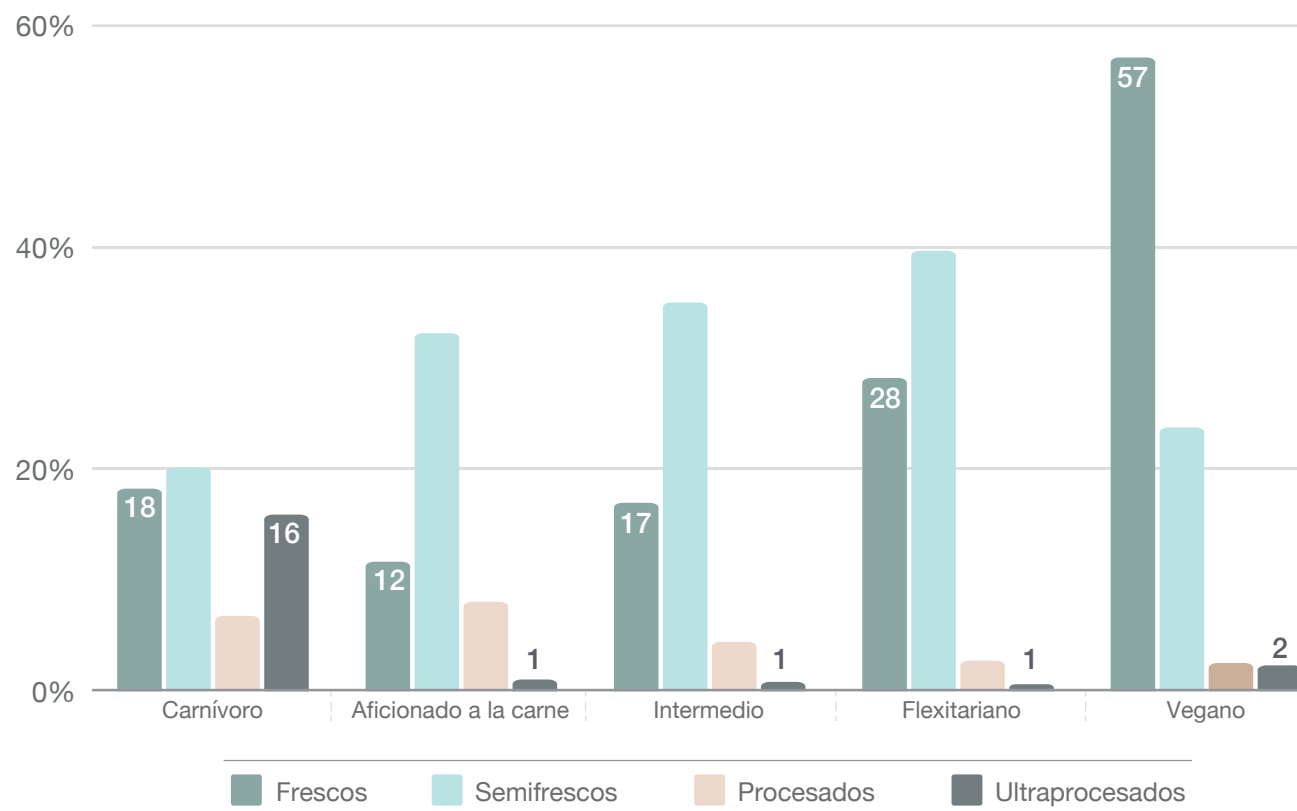
Resultados de la explotación de la encuesta interactiva "Calcula el tamaño de tu huella ecológica... ¡y aprende cómo hacerla más pequeña!"

En general, la afición a los vegetales se correlaciona con la compra de alimentos frescos.

**Alimentos frescos y ultraprocesados**

Si cruzamos dos líneas, la "carnivorista - veganista" y la de compra de alimentos "frescos - ultraprocesados", se obtienen algunas sugerencias interesantes. En general, la afición a los vegetales se correlaciona con la compra de alimentos frescos, pero los más carnívoros compran más frescos que los que se declaran moderadamente carnívoros. Los más carnívoros compran ocho veces más ultraprocesados que los veganos, pero hay el doble de veganos que compran alimentos ultraprocesados que en el caso de los flexitarianos. Estos datos parecen reflejar la existencia de dos núcleos, aficionados a los vegetales y a los alimentos frescos por un lado y aficionados a la carne y a los ultraprocesados por otro, pero con dos grupos más pequeños de veganos adictos a los ultraprocesados (los alimentos veganos envasados) y de carnívoros que prefieren los alimentos frescos, incluyendo la carne.

Relación entre el carnivorismo y la afición a alimentos frescos



**Perfiles de huella ecológica**

Resultados de la explotación de la encuesta interactiva "Calcula el tamaño de tu huella ecológica... ¡y aprende cómo hacerla más pequeña!"

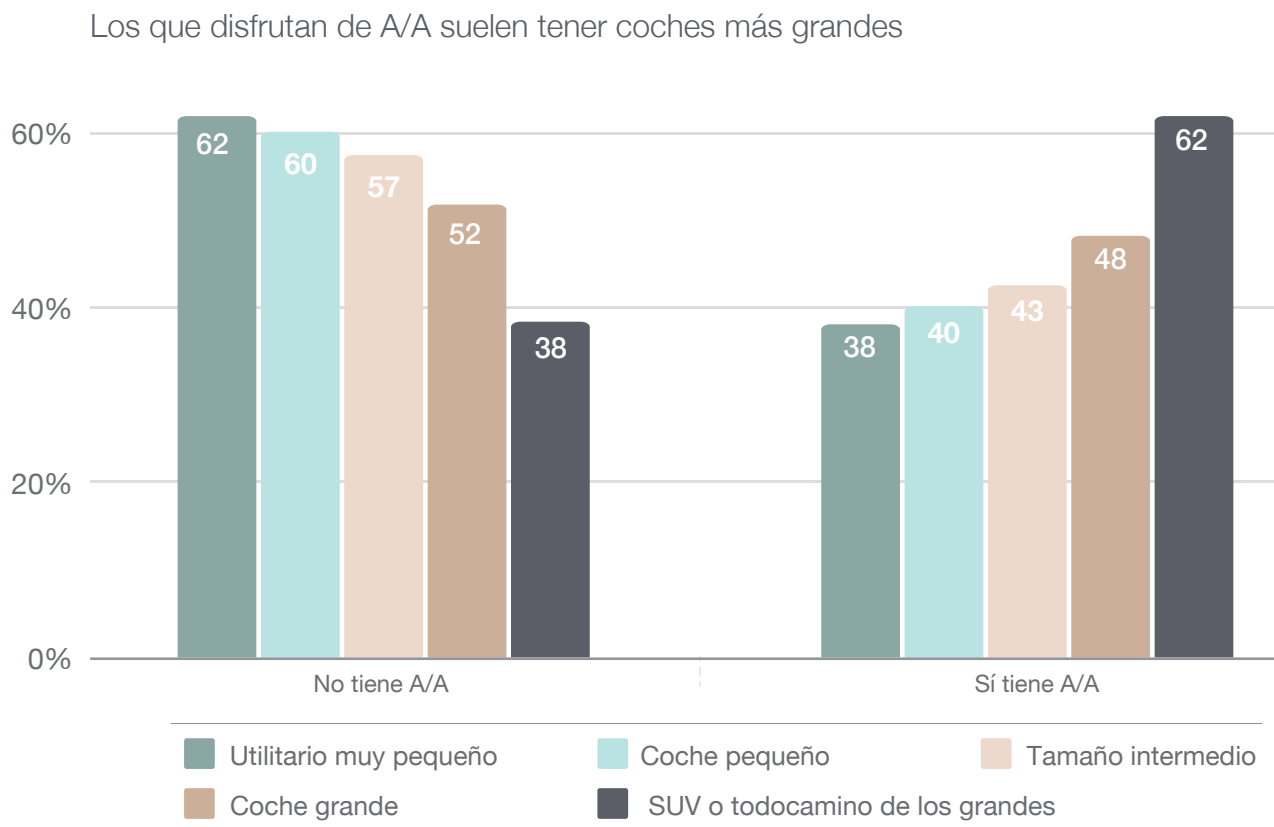
La suma de un gran coche y una instalación de aire acondicionado implica una pesada huella ecológica, que además suele ir asociada a una buena instalación de calefacción.

**4.2. ¿Existe un estilo de vida derrochador?**

¿Existe un estilo de vida "cinco planetas"? Parece que sí, aunque no es tan abundante como parece. Por esta razón, la frase "nuestro derrochador estilo de vida" se aplica a una franja de población relativamente no tan grande como se podría esperar. Los gráficos comentados siguientes exploran este perfil de huella ecológica, en relación con el consumo o más bien hiperconsumo de recursos. En este caso usaremos como hilo conductor el tamaño del vehículo privado.

**Relación entre el uso del aire acondicionado y el tamaño del coche**

Se observa una correlación positiva: los usuarios de coches más grandes son más proclives a tener aire acondicionado, como cabría esperar. La suma de un gran coche y una instalación de aire acondicionado implica una pesada huella ecológica, que además suele ir asociada a una buena instalación de calefacción.





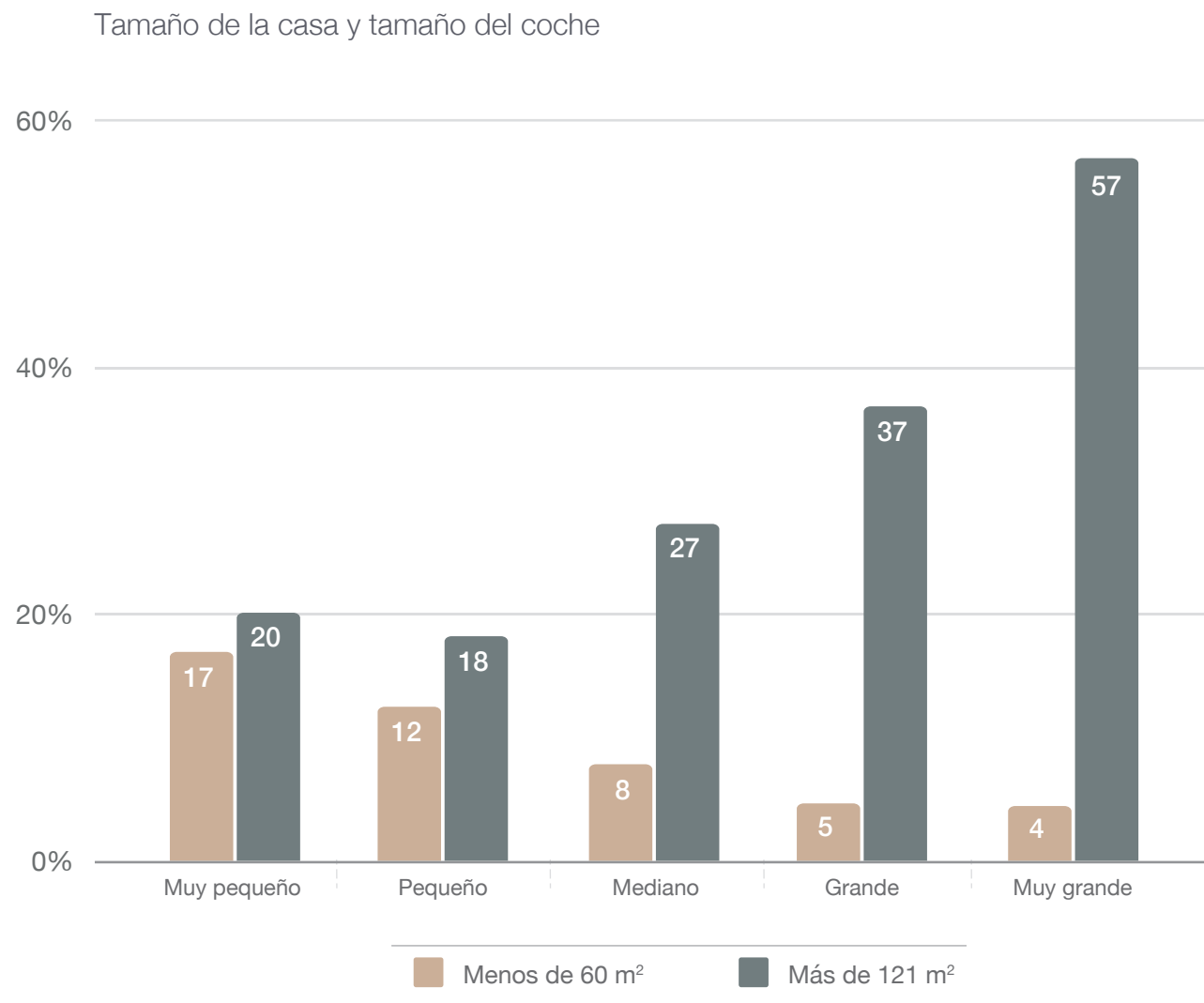
**Perfiles de huella ecológica**

Resultados de la explotación de la encuesta interactiva "Calcula el tamaño de tu huella ecológica... ¡y aprende cómo hacerla más pequeña!"

Se ve una correlación clara entre una casa grande y un coche grande.

**Tamaño de la vivienda y el tamaño del coche**

Como en el caso anterior, se ve una correlación clara entre una casa grande y un coche grande, dos elementos fundamentales de una huella ecológica elevada.



## Perfiles de huella ecológica

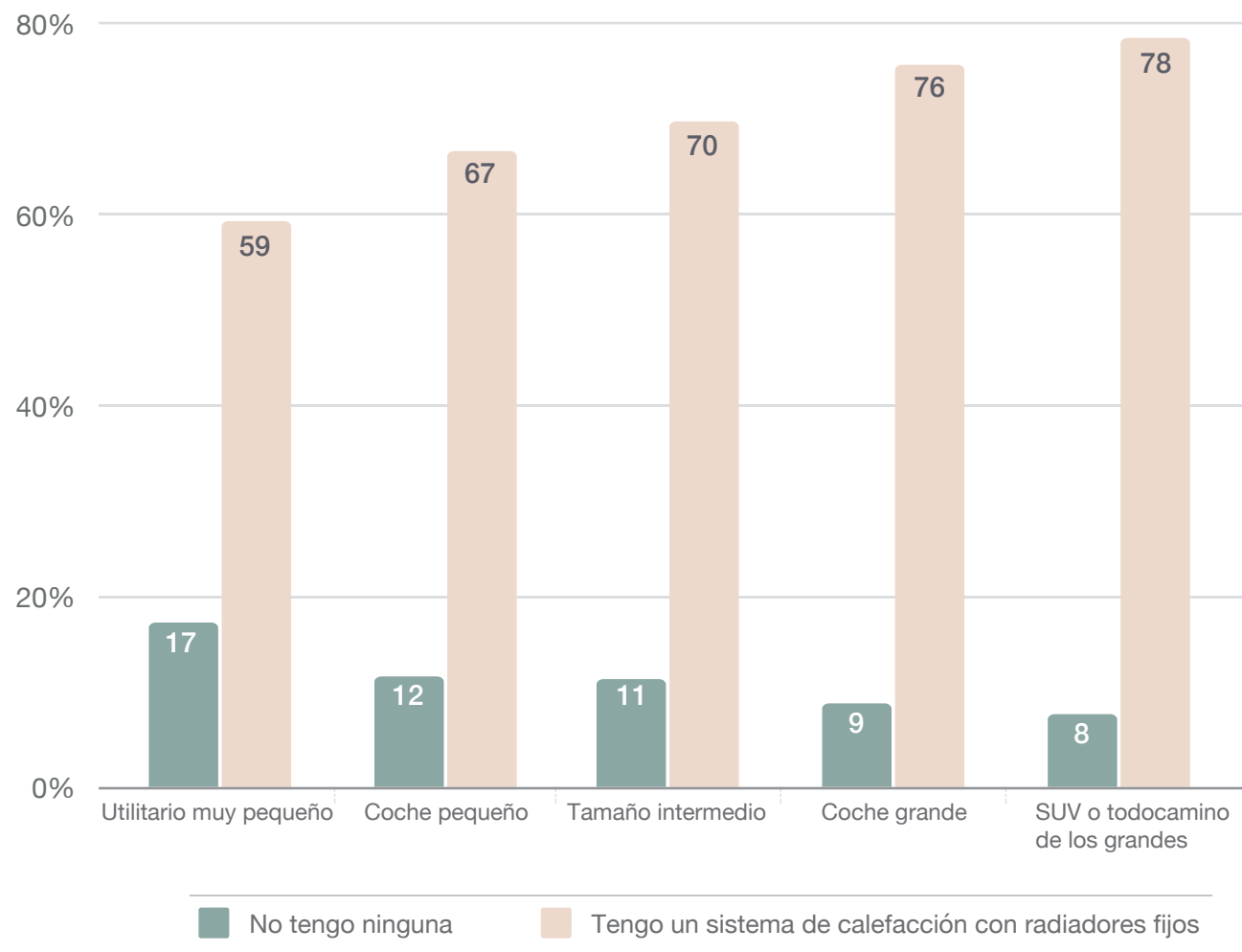
Resultados de la explotación de la encuesta interactiva "Calcula el tamaño de tu huella ecológica... ¡y aprende cómo hacerla más pequeña!"

Se observa la correlación entre tener un coche grande y un sistema de calefacción completo.

## Tamaño del coche vs. sistema de calefacción

Se observa la correlación entre tener un coche grande y un sistema de calefacción completo. Más del 40% de los propietarios de un pequeño utilitario declaran un sistema de calefacción ligero o inexistente, contra un 14% por parte de los propietarios de un coche grande.

Los coches grandes se asocian a sistemas mayores de calefacción



## Perfiles de huella ecológica

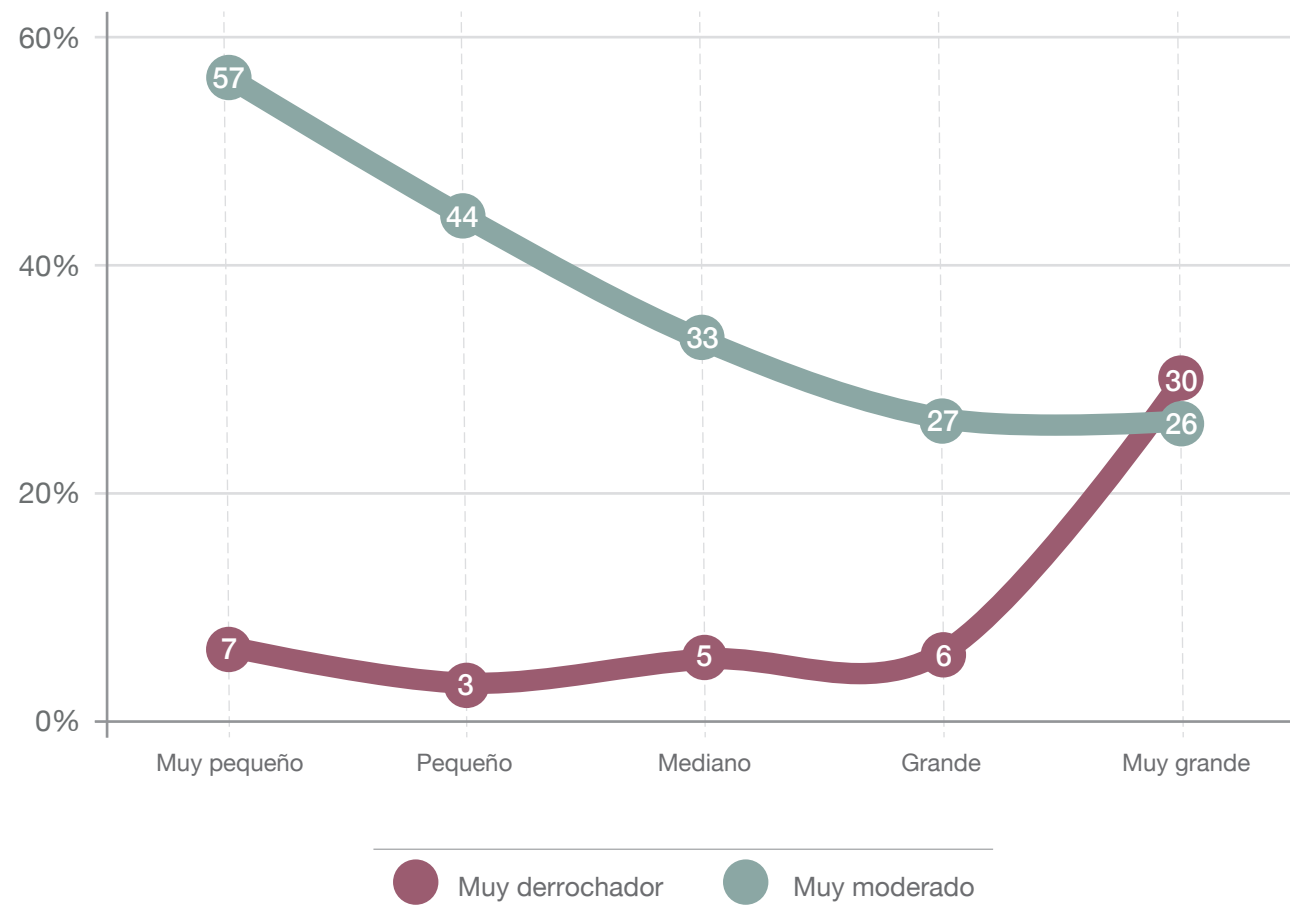
Resultados de la explotación de la encuesta interactiva "Calcula el tamaño de tu huella ecológica... ¡y aprende cómo hacerla más pequeña!"

El uso derrochador descende con el tamaño del coche hasta "utilitario muy pequeño".

## Tamaño del coche vs. estilo de uso de la climatización

La correlación es muy marcada por lo que respecta al "uso muy moderado" de la climatización. Más del doble de usuarios de un coche pequeño declaran uso moderado en relación con los propietarios de un coche grande. Por el lado opuesto, el 30% de propietarios de un coche grande declaran uso derrochador. El uso derrochador descende con el tamaño del coche hasta "utilitario muy pequeño", que refleja un repunte de esta característica.

Los derrochadores de calefacción tienden a tener coches grandes



## Perfiles de huella ecológica

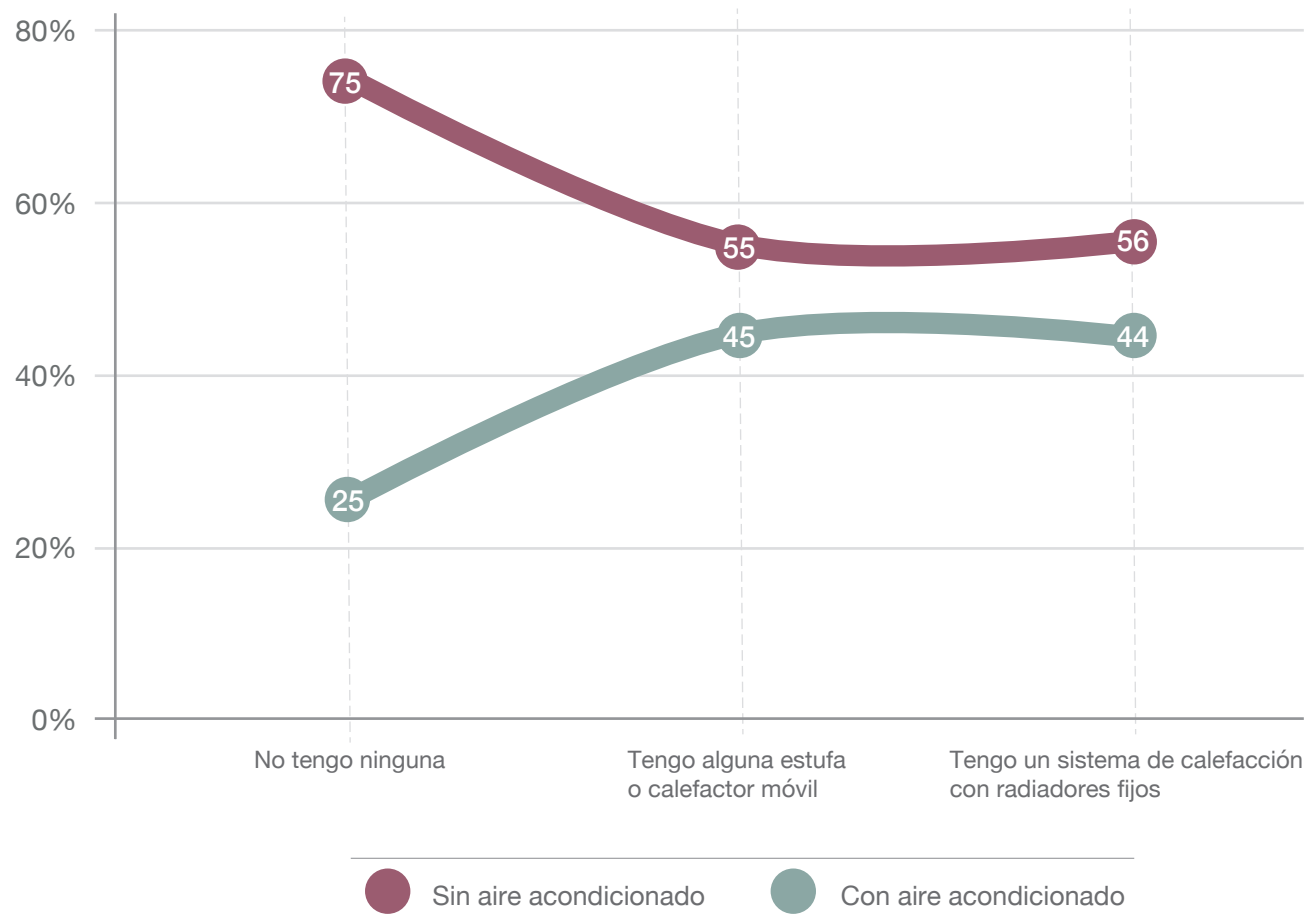
Resultados de la explotación de la encuesta interactiva "Calcula el tamaño de tu huella ecológica... ¡y aprende cómo hacerla más pequeña!"

En este caso hay que contar con el factor climatológico, según las zonas.

## Aire acondicionado / sistema de calefacción

Se ven los dos extremos, respuestas que declaran no tener ningún sistema de calefacción ni aire acondicionado, y otras que declaran contar con un sistema de calefacción completo y además aire acondicionado. En este caso hay que contar con el factor climatológico, en el que se pueden dar viviendas con aire acondicionado sin calefacción en zona climática muy cálida, según el mapa correspondiente del Código Técnico de la Edificación, o viviendas con calefacción pero sin necesidad de aire acondicionado, en la zona climática E, muy fría en invierno y templada en verano.

El aire acondicionado se asocia con una buena calefacción



## Perfiles de huella ecológica

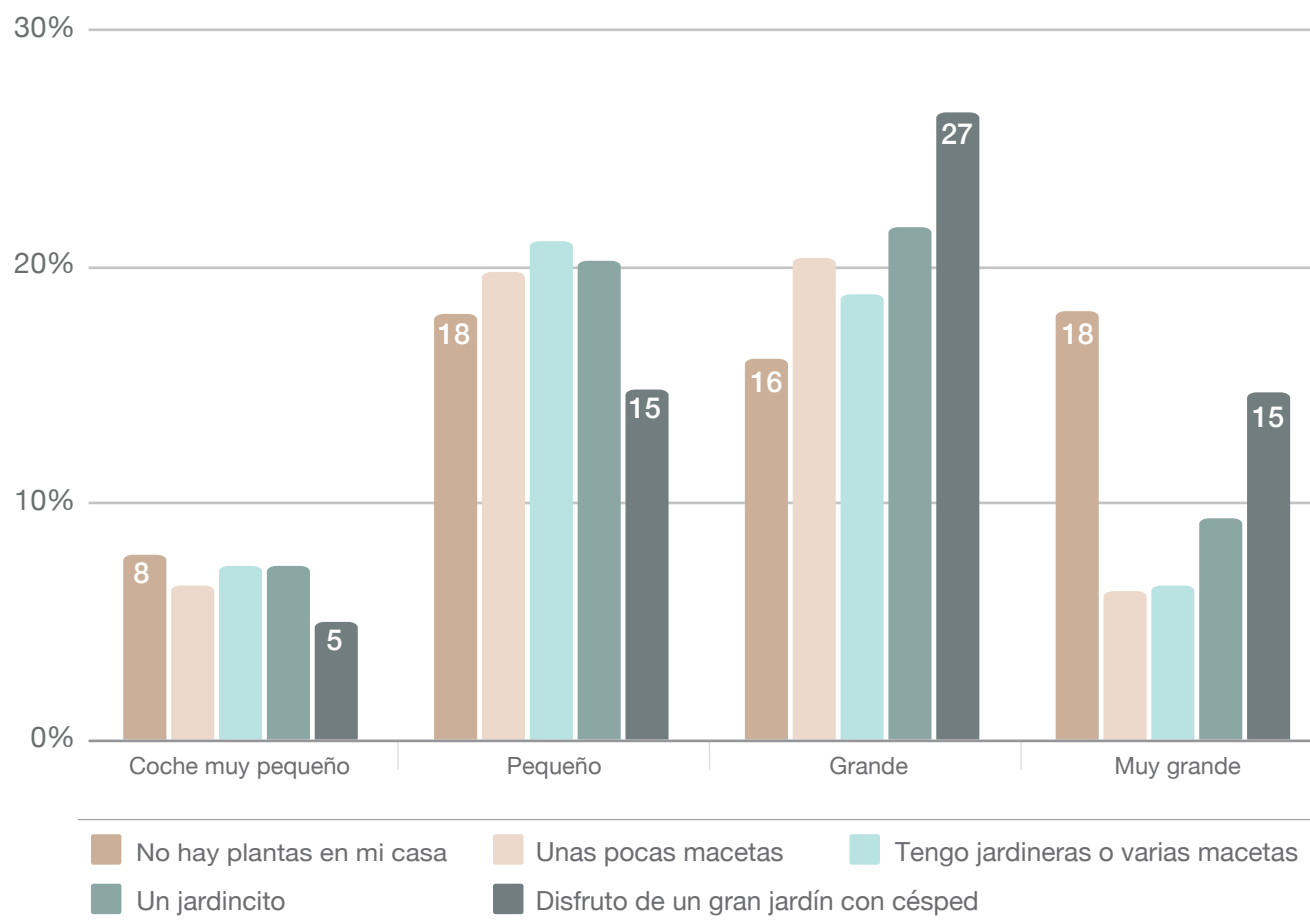
Resultados de la explotación de la encuesta interactiva "Calcula el tamaño de tu huella ecológica... ¡y aprende cómo hacerla más pequeña!"

Los usuarios de SUVs muestran una frecuencia alta relativa de carecer por completo de plantas.

## Tamaño del coche vs. relación con las plantas

Mientras que el perfil del usuario del microcoche es muy uniforme en relación con las plantas, sin mostrar ninguna relación clara aparte de cierto predominio de la ausencia de verde, los propietarios de coches grandes y muy grandes muestran puntuaciones altas en el apartado "disfrutar de un gran jardín". Los usuarios de SUVs muestran una frecuencia alta relativa de carecer por completo de plantas, lo que podría indicar una clase de propietarios de grandes coches pero sin espacio para una traste maceta.

¿Coche grande, jardín grande?



## Perfiles de huella ecológica

Resultados de la explotación de la encuesta interactiva "Calcula el tamaño de tu huella ecológica... ¡y aprende cómo hacerla más pequeña!"

Este apartado explora la manera en que se manifiesta el estilo de vida "manirroto" o su contrario, el "frugal".

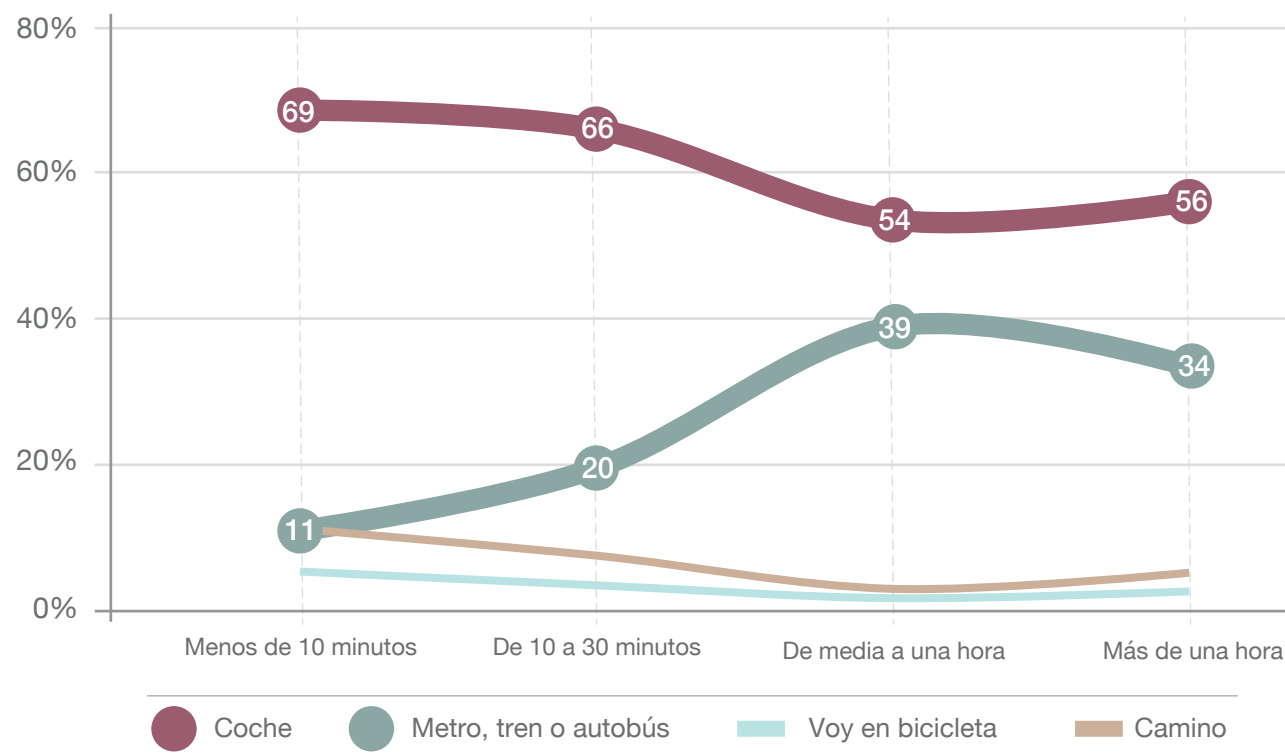
## 4.3. ¿Usamos racionalmente los recursos?

Ya sea el vehículo usado para desplazamientos cotidianos, la pauta de uso del coche, el estilo de uso de la climatización o el empleo de artilugios economizadores de agua y energía, este apartado explora la manera en que se manifiesta el estilo de vida "manirroto" o su contrario, el "frugal".

## Relación entre el vehículo usado en desplazamientos cotidianos y el tiempo que se tarda en ellos

El uso del coche es mayor en los trayectos de menor duración, baja en trayectos intermedios y sube en los trayectos de más de una hora, lo que indicaría un uso racional del vehículo, ya que hay que tener en cuenta que los usuarios del coche tienden a medir a la baja la duración de sus trayectos. El transporte público alcanza su mayor nivel de uso en los trayectos de media a una hora, en general su uso crece a medida que crece el tiempo de desplazamientos. Caminar y usar la bicicleta se usa más en trayectos cortos y, en menor proporción, en trayectos de más de una hora (ver más abajo el mismo gráfico desde otro punto de vista).

¿Cómo se distribuyen los medios de transporte en función del tiempo empleado?



Perfiles de huella ecológica

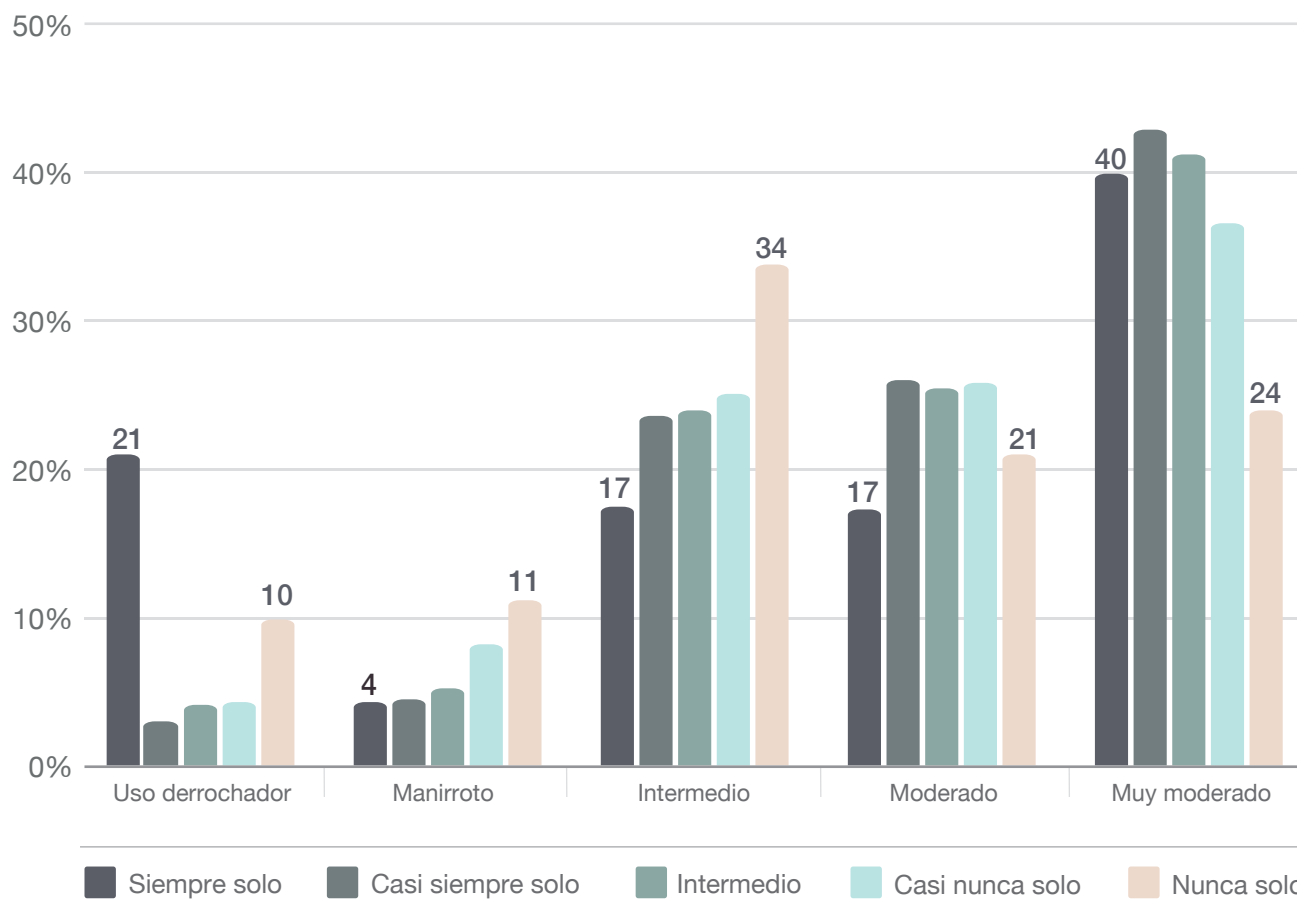
Resultados de la explotación de la encuesta interactiva "Calcula el tamaño de tu huella ecológica... ¡y aprende cómo hacerla más pequeña!"

Los que nunca van solos en el coche muestran un estilo de uso menos moderado de la climatización.

Conductores acompañados, solitarios, derrochadores y moderados

Los que nunca van solos en el coche, lo que indica un comportamiento racional de uso del recurso de transporte privado, muestran en cambio un estilo de uso menos moderado de la climatización. Los que siempre van solos en su coche declaran el máximo de estilo "muy derrochador", pero también el máximo de "uso muy moderado", lo que implicaría la existencia de varias modalidades de usuarios, "solitarios derrochadores", "solitarios moderados" y tal vez "acompañados poco moderados".

Ocupación del coche / Estilo de uso de la climatización



Perfiles de huella ecológica

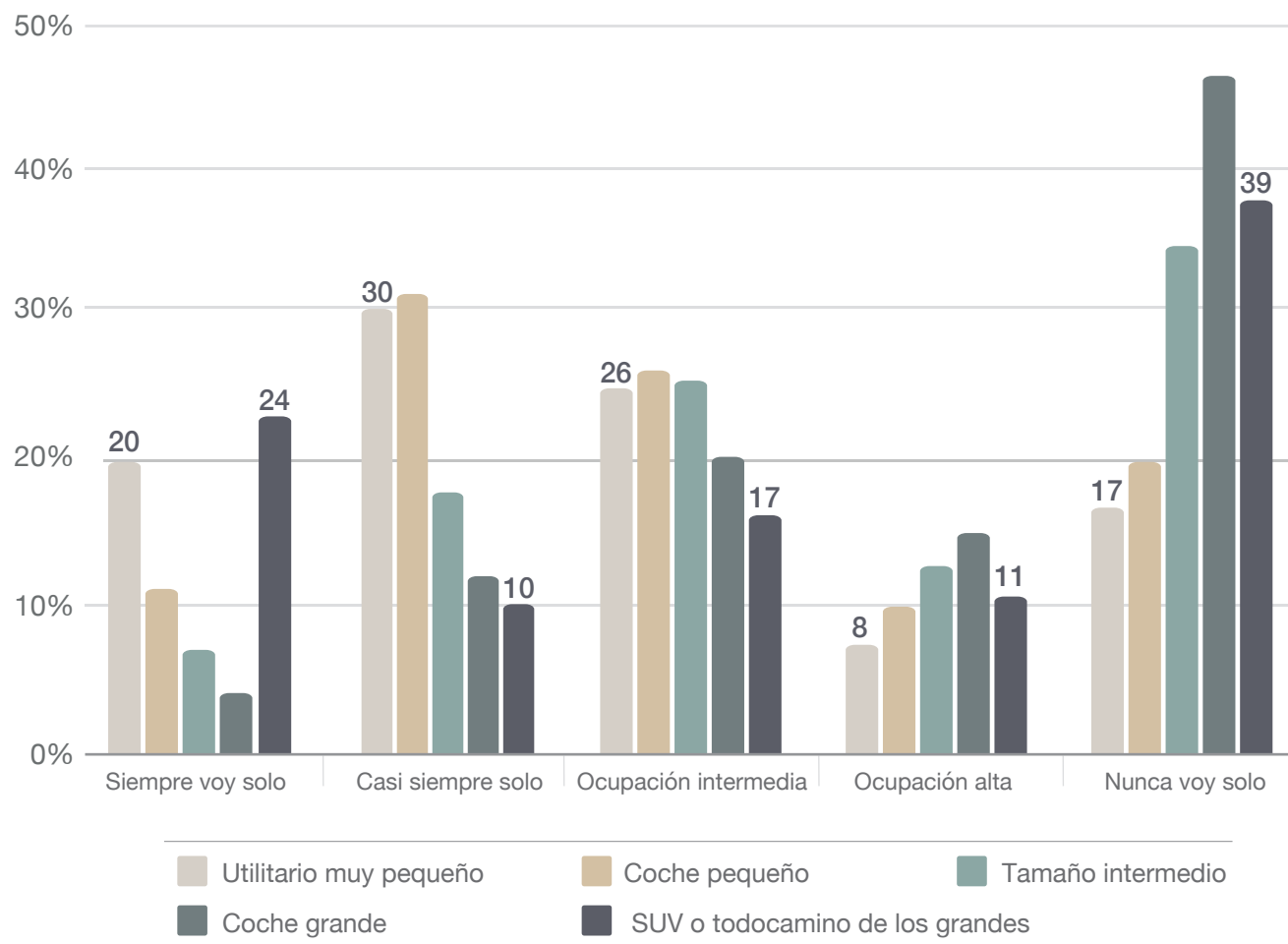
Resultados de la explotación de la encuesta interactiva "Calcula el tamaño de tu huella ecológica... ¡y aprende cómo hacerla más pequeña!"

En la categoría SUV el porcentaje de conductores solitarios es el mayor de todos.

Uso del vehículo vs. tamaño del vehículo

Si cruzamos el tamaño del coche con su ocupación, la pauta esperable sería "coche pequeño solitario" y "coche grande acompañado". Lo que muestra el gráfico es que esta idea se cumple en las categorías de tamaño de coche desde muy pequeño a medianamente grande, pero no en la categoría SUV. En esta, el porcentaje de conductores solitarios es el mayor de todos, lo que apunta a un perfil poco racional de "conductor solitario de SUV".

Conductores solitarios de cochecitos y de cochazos





## Perfiles de huella ecológica

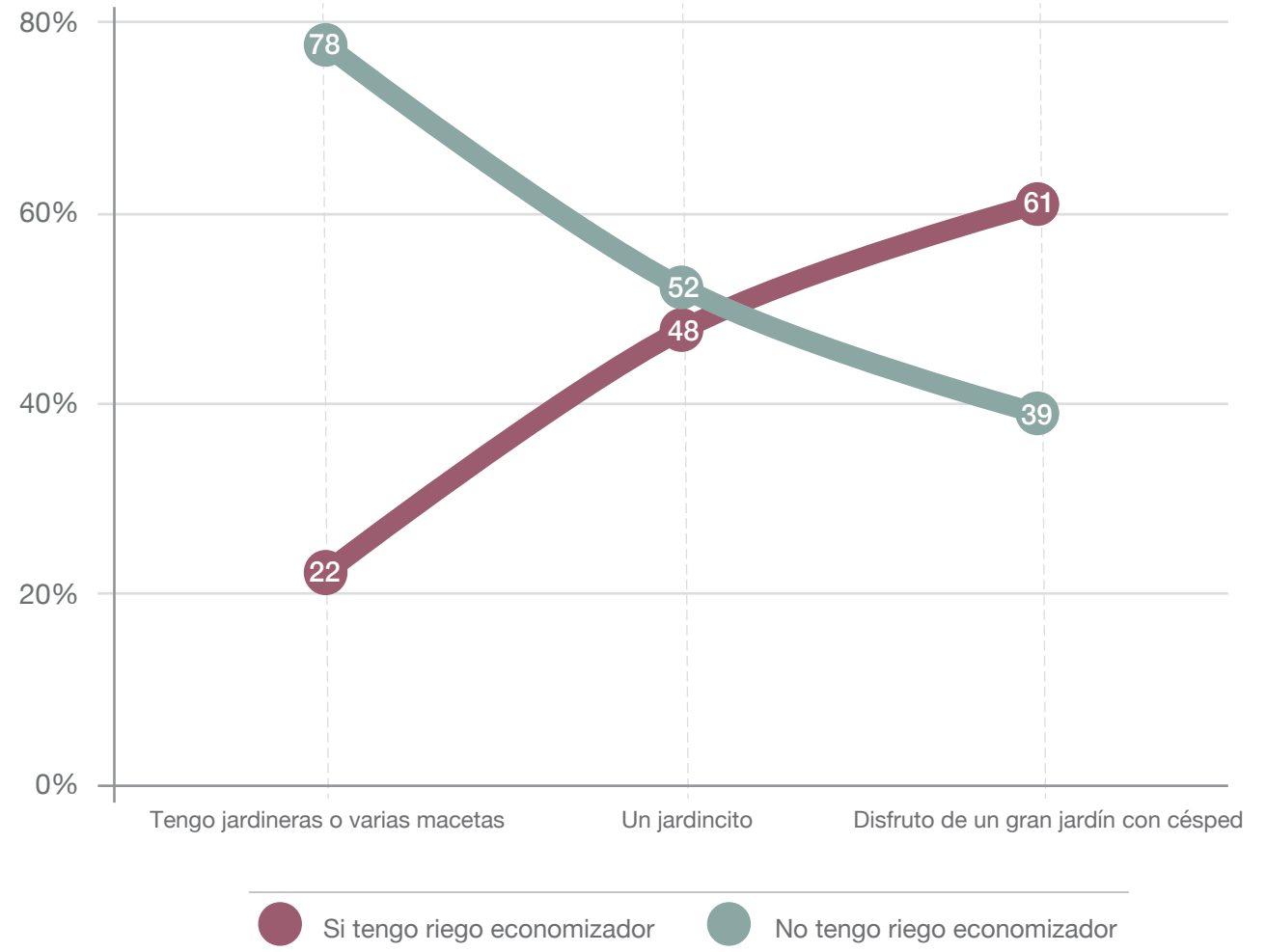
Resultados de la explotación de la encuesta interactiva "Calcula el tamaño de tu huella ecológica... ¡y aprende cómo hacerla más pequeña!"

Se observa la correlación racional entre manejar más plantas y hacer más uso de los sistemas de riego economizador.

## Riego economizador vs. relación con las plantas

Se observa la correlación racional entre manejar más plantas y hacer más uso de los sistemas de riego economizador.

Los jardines grandes suelen disponer de riego economizador



## Perfiles de huella ecológica

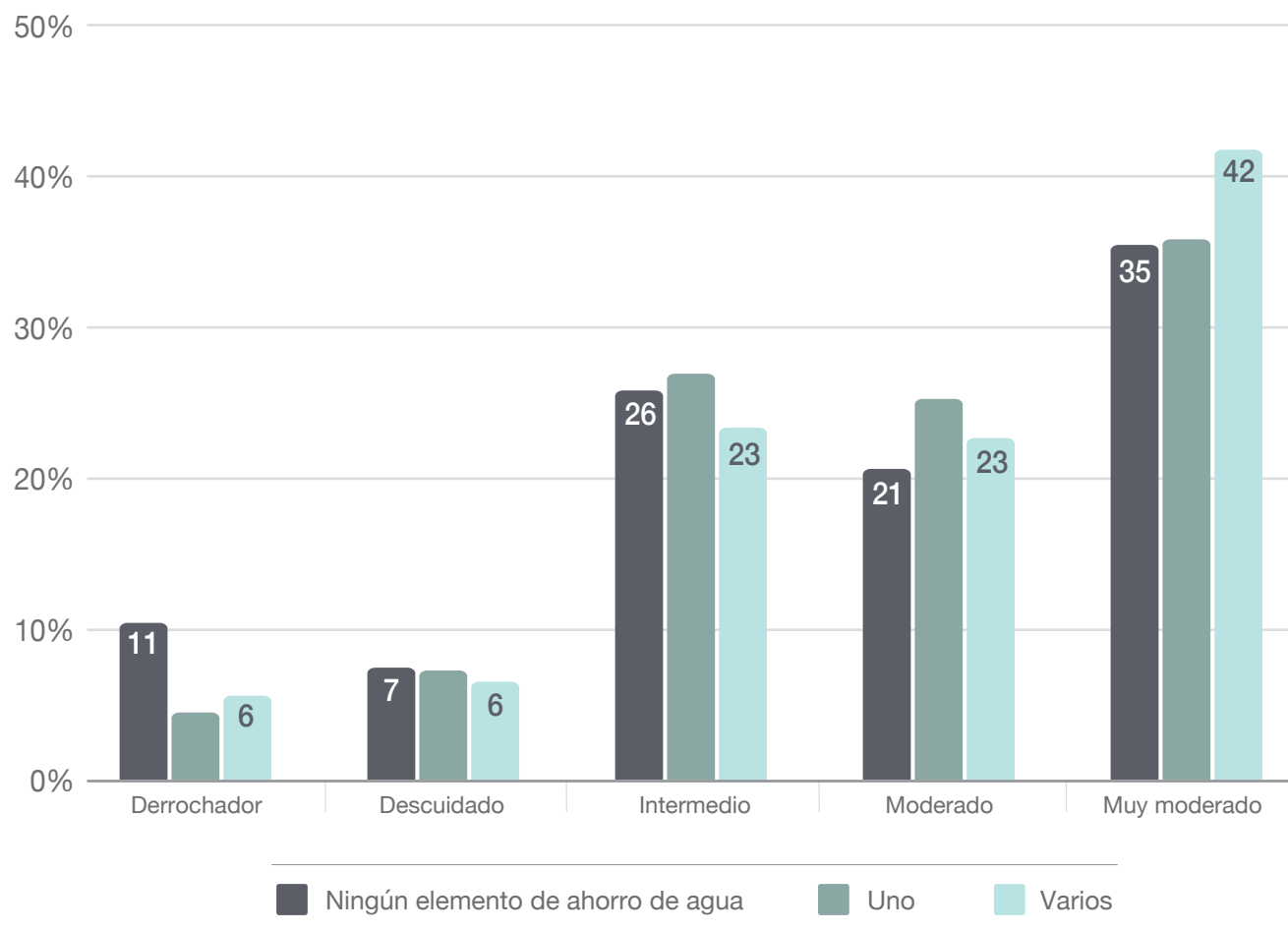
Resultados de la explotación de la encuesta interactiva "Calcula el tamaño de tu huella ecológica... ¡y aprende cómo hacerla más pequeña!"

Se observa una cierta correlación entre la presencia de más elementos de fontanería economizada y un uso más moderado de la climatización.

## Fontanería economizadora vs. uso de la climatización

Se observa una cierta correlación entre la presencia de más elementos de fontanería economizada y un uso más moderado de la climatización.

Los derrochadores de calefacción tienden a carecer de fontanería economizadora



Perfiles de huella ecológica

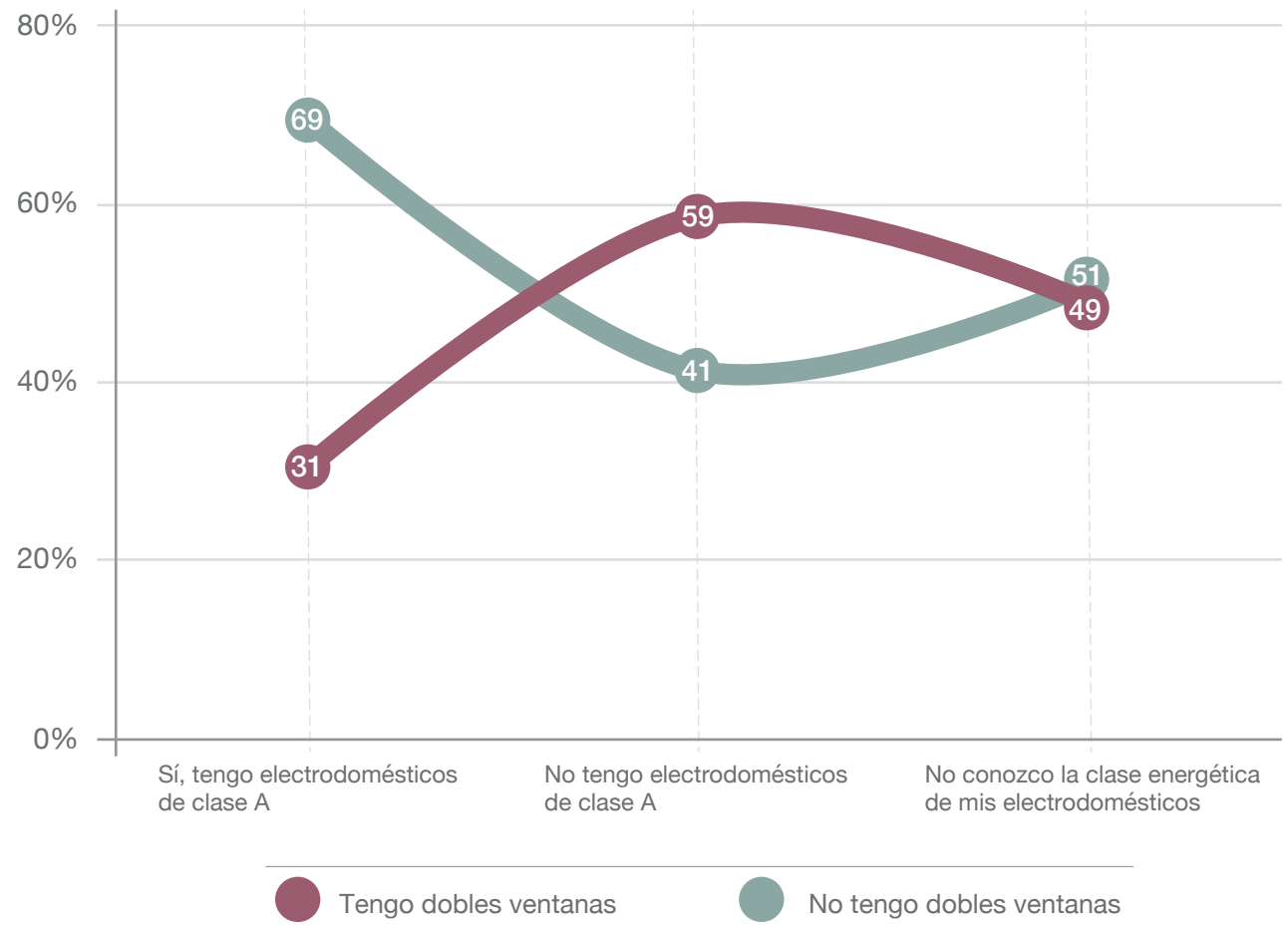
Resultados de la explotación de la encuesta interactiva "Calcula el tamaño de tu huella ecológica... ¡y aprende cómo hacerla más pequeña!"

Los hogares que carecen de aislamiento en las ventanas, tienden a carecer de electrodomésticos de clase A.

Tener dobles ventanas o ventanas de doble cristal vs. contar con electrodomésticos clase A

Como cabría esperar, los hogares que carecen de aislamiento en las ventanas también tienden a carecer de electrodomésticos de clase A. Pero la proporción de personas que ignoran la clase energética de sus electrodomésticos es similar en uno y otro caso.

Los que tienen dobles ventanas suelen tener mejores electrodomésticos, pero muchos no saben lo que tienen



## Perfiles de huella ecológica

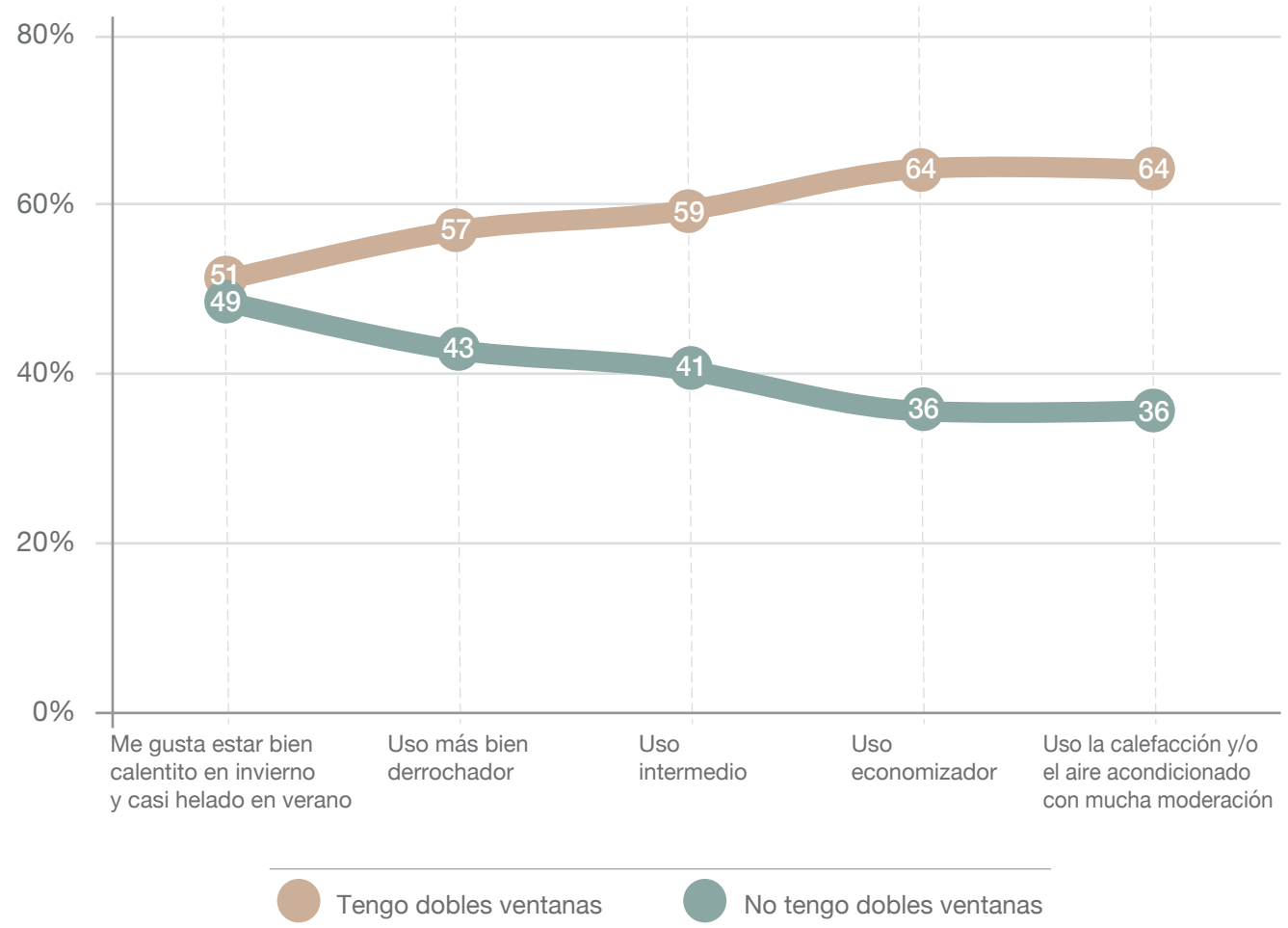
Resultados de la explotación de la encuesta interactiva "Calcula el tamaño de tu huella ecológica... ¡y aprende cómo hacerla más pequeña!"

Se observa una correlación entre usar la calefacción de manera economizadora y tener doubles ventanas.

## Estilo de uso de la calefacción vs. aislamientos en las ventanas

Se observa una correlación no muy marcada, pero consistente, entre usar la calefacción de manera economizadora y tener doubles ventanas o ventanas de doble cristal, que impiden la fuga de calor de la casa.

Cierta correlación entre tener doubles ventanas y usar eficazmente la calefacción



**Perfiles de huella ecológica**

Resultados de la explotación de la encuesta interactiva "Calcula el tamaño de tu huella ecológica... ¡y aprende cómo hacerla más pequeña!"

Los compradores de alimentos frescos tienen tres o más contenedores en casa.

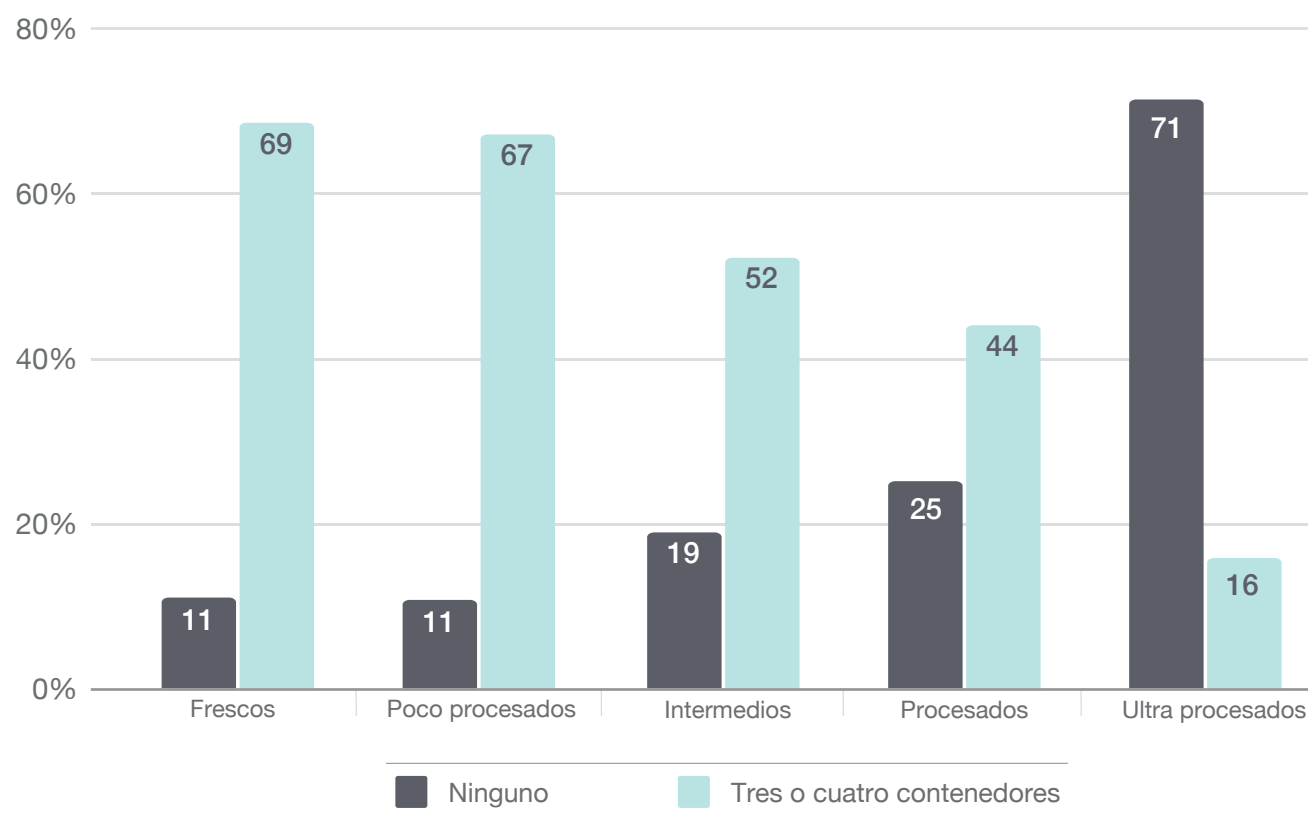
**4.4. ¿Hay un estilo de vida "eco-informado"?**

Disponemos de muchas opciones para obtener información sobre la mejor opción de compra o de uso de los elementos de nuestra vida cotidiana que se traducen en impacto sobre nuestra huella ecológica. ¿Los utilizamos realmente? Los gráficos que siguen exploran esta circunstancia usando como guía el conocimiento o no de la presencia de electrodomésticos de clase A en los hogares.

**Tipo de alimentos comprados vs. presencia de contenedores de reciclaje en la vivienda**

Mientras que los compradores de alimentos frescos tienen tres o más contenedores de recogida selectiva en casa en un 69%, los aficionados a los ultraprocesados reducen este porcentaje a un 16%, cuatro veces menos.

La ausencia de contenedores parece relacionada con la compra de ultraprocesados



## Perfiles de huella ecológica

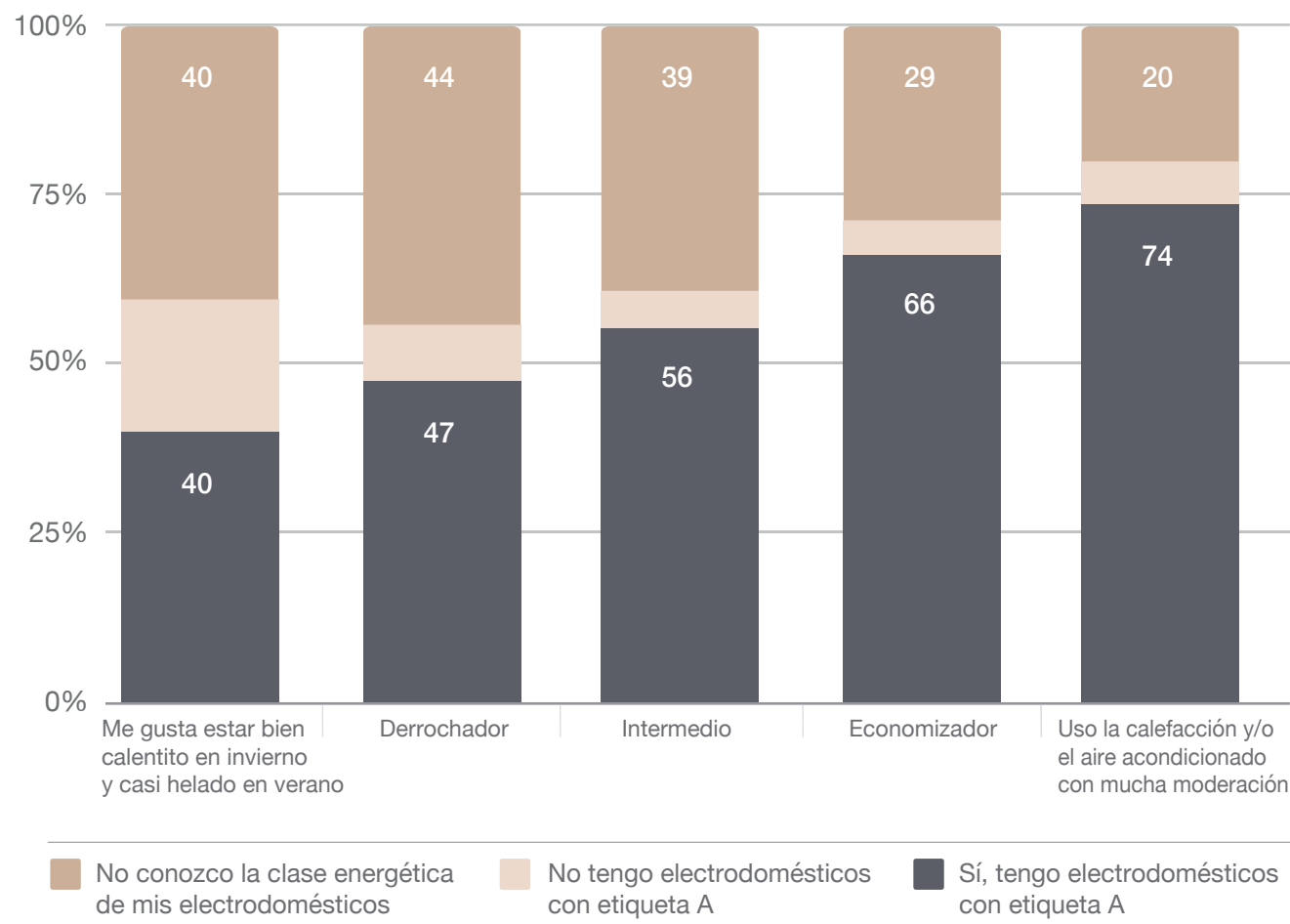
Resultados de la explotación de la encuesta interactiva "Calcula el tamaño de tu huella ecológica... ¡y aprende cómo hacerla más pequeña!"

El estilo "derrochador" va unido a un elevado grado de desconocimiento de la categoría energética de los electrodomésticos.

## Electrodomésticos con etiqueta A y estilo de uso de la climatización

El estilo economizador de uso de la climatización se correlaciona con mucha claridad con la presencia de electrodomésticos de etiqueta energética A. Es de señalar que el estilo "derrochador" va unido al parecer a un elevado grado de desconocimiento de la categoría energética de los electrodomésticos.

El estilo derrochador de uso de la calefacción está asociado al desconocimiento de la clase energética



**Perfiles de huella ecológica**

Resultados de la explotación de la encuesta interactiva "Calcula el tamaño de tu huella ecológica... ¡y aprende cómo hacerla más pequeña!"

La carencia de estos elementos se relaciona con un elevado desconocimiento de la clase energética de los electrodomésticos.

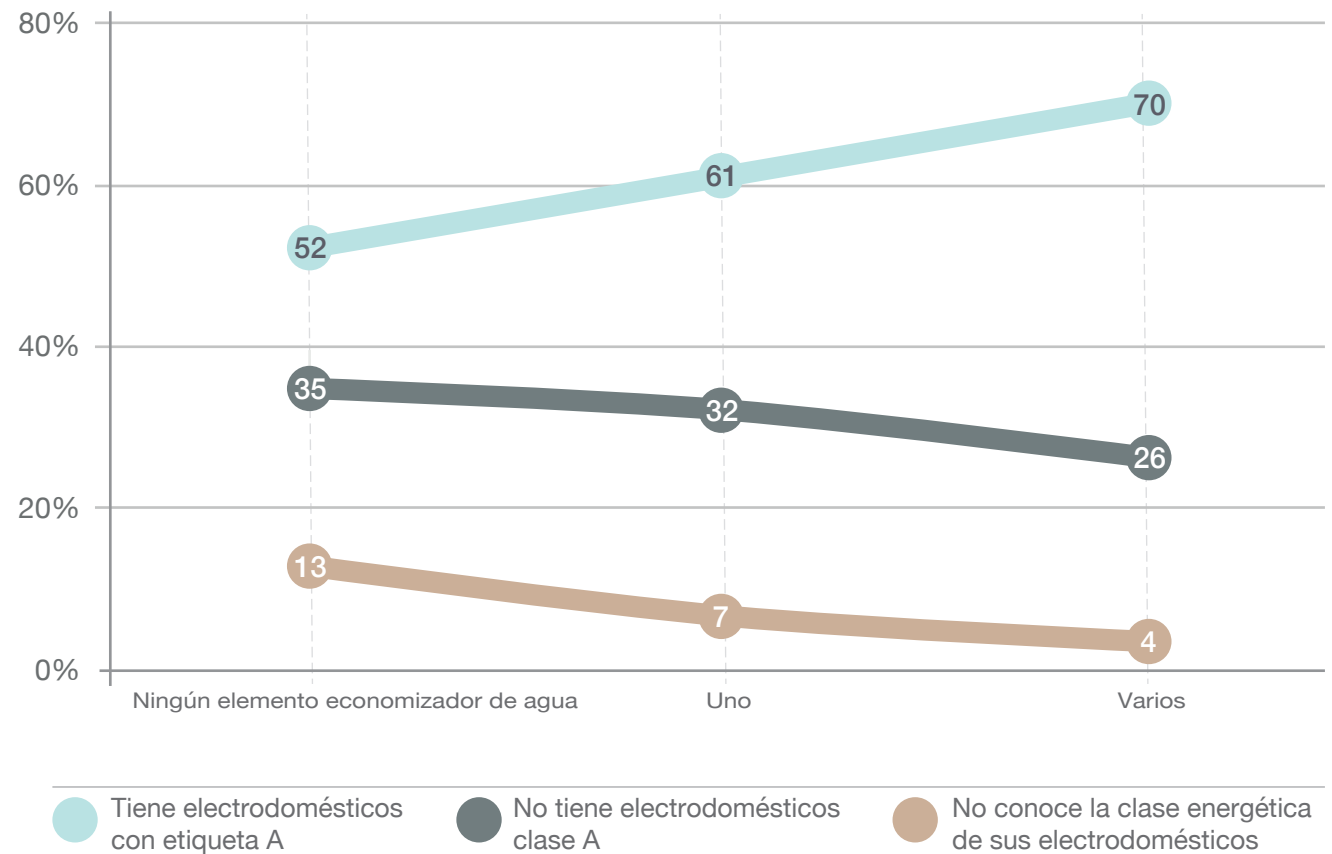
**Coche eléctrico o híbrido y electrodomésticos con etiqueta A**

Se observa una cierta correlación entre tener electrodomésticos de clase A y tener un coche eléctrico o híbrido, siempre teniendo en cuenta la escasa población que dispone de este tipo de coches.

**Fontanería economizadora y electrodomésticos con etiqueta A**

El gráfico refleja la correlación entre tener electrodomésticos de clase A y disponer de elementos de fontanería economizada. La carencia de estos elementos se relaciona con un elevado desconocimiento de la clase energética de los electrodomésticos.

Fontanería economizadora / Electrodomésticos con etiquetas A



Perfiles de huella ecológica

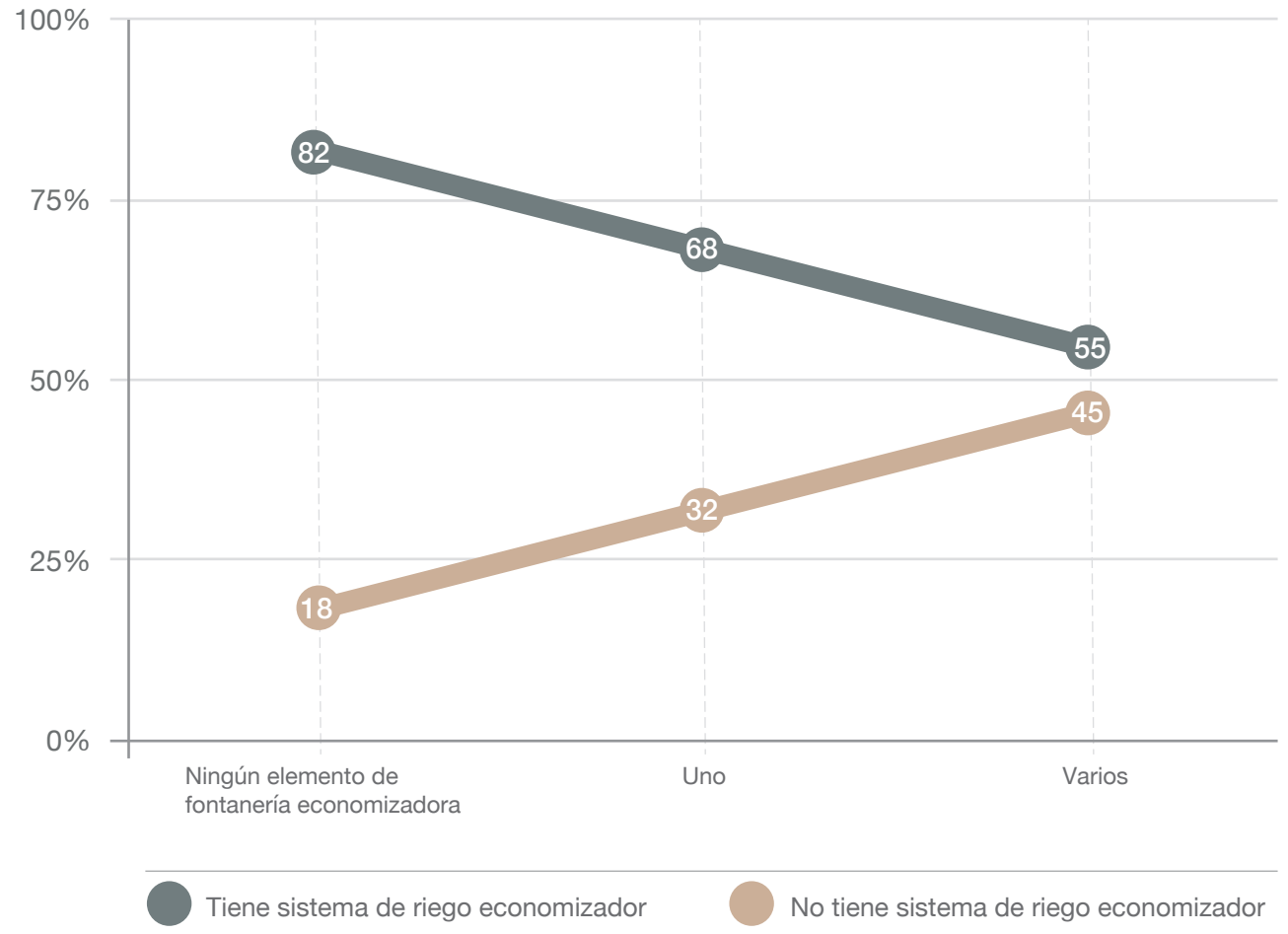
Resultados de la explotación de la encuesta interactiva "Calcula el tamaño de tu huella ecológica... ¡y aprende cómo hacerla más pequeña!"

Se observa una relación positiva entre tener un sistema de riego economizador y tener elementos de fontanería economizadora.

Fontanería economizadora vs. sistemas de riego economizador

El gráfico refleja una cierta y lógica relación positiva entre tener un sistema de riego economizador y tener al mismo tiempo elementos de fontanería economizadora.

La fontanería economizadora se asocia a los sistemas de riego economizador





**Perfiles de huella ecológica**

Resultados de la explotación de la encuesta interactiva "Calcula el tamaño de tu huella ecológica... ¡y aprende cómo hacerla más pequeña!"

De manera parecida a como ocurre con el veganismo o una dieta baja en carne, sería interesante saber si podemos hablar de un estilo de vida bicicletero.

## 4.5. ¿Cómo funciona el efecto de arrastre de la bicicleta?

Sería más correcto llamarle ciclista que "bicicletero", pero el Diccionario de la Academia establece que el ciclismo es un deporte, que se practica montando en bicicleta. Aquí nos vamos a referir al que usa la bicicleta para sus desplazamientos cotidianos.

Aproximadamente el 4% de las personas que han respondido en España a la encuesta "Mide el tamaño de tu huella ecológica" marcaron la casilla "bicicleta" en la pregunta: ¿Qué vehículos usas por lo general para tus desplazamientos? El 65% dice usar el coche, el 20% el transporte público, algo más del 8% el caminar y alrededor de un 3% la moto u otros vehículos urbanos como el patinete eléctrico. Estas cifras son coherentes con la realidad del transporte en nuestro país.

De manera parecida a como ocurre con el veganismo o una dieta baja en carne, sería interesante saber si podemos hablar de un estilo de vida bicicletero. También cabe preguntarse si su perfil es parecido al de los peatones, que declaran caminar como vehículo cotidiano preferente. En paralelo, podemos examinar algunos aspectos del estilo de vida de los usuarios del coche y el transporte público. Con este fin, a continuación se muestran los resultados de los cruces de la pregunta "vehículo usado en desplazamientos cotidianos" con otras cuestiones que plantea la encuesta.

Perfiles de huella ecológica

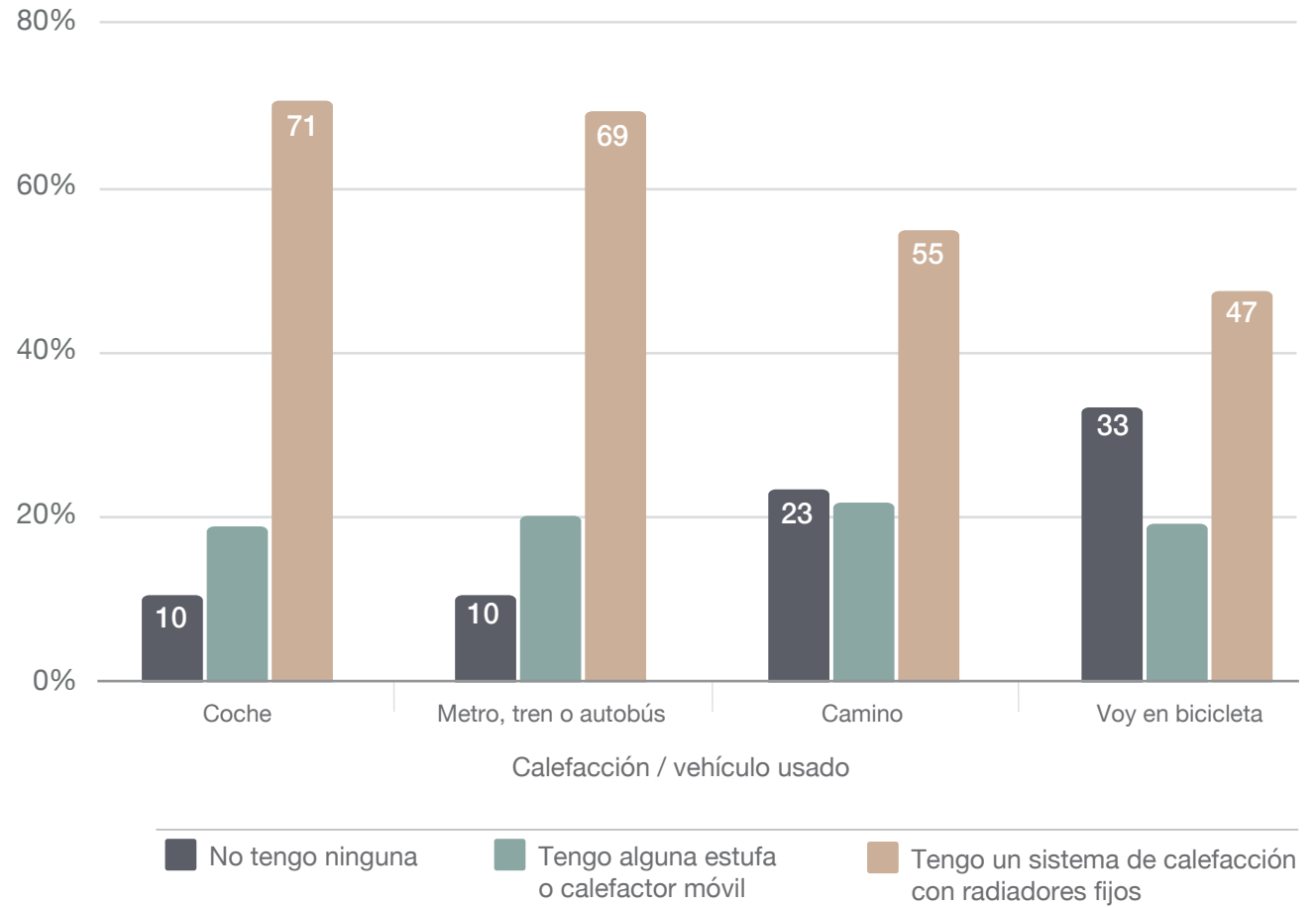
Resultados de la explotación de la encuesta interactiva "Calcula el tamaño de tu huella ecológica... ¡y aprende cómo hacerla más pequeña!"

Usar la bicicleta o caminar y carecer de un sistema fijo de calefacción indica una huella ecológica muy baja.

Instalación de calefacción

Si cruzamos los datos de "vehículo usado en desplazamientos cotidianos" con "tipo de instalación de calefacción", se ve que los usuarios de la bicicleta tienen el sistema de confort doméstico más endeble, pues un 33% declaran no tener ninguno, tres veces más que los usuarios del coche o el transporte público. El 23% de los caminantes dicen lo mismo. Usar la bicicleta o caminar y carecer de un sistema fijo de calefacción indica una huella ecológica muy baja. La pauta de sistema de calefacción de los usuarios de transporte público es casi idéntica a la de los usuarios del coche. Los caminantes quedan casi justo en medio de los dos extremos.

Ciclistas y caminantes tienen peor sistema de calefacción



**Perfiles de huella ecológica**

Resultados de la explotación de la encuesta interactiva "Calcula el tamaño de tu huella ecológica... ¡y aprende cómo hacerla más pequeña!"

Un 54% de los ciclistas declaran hacer un uso cuidadoso y austero de la calefacción

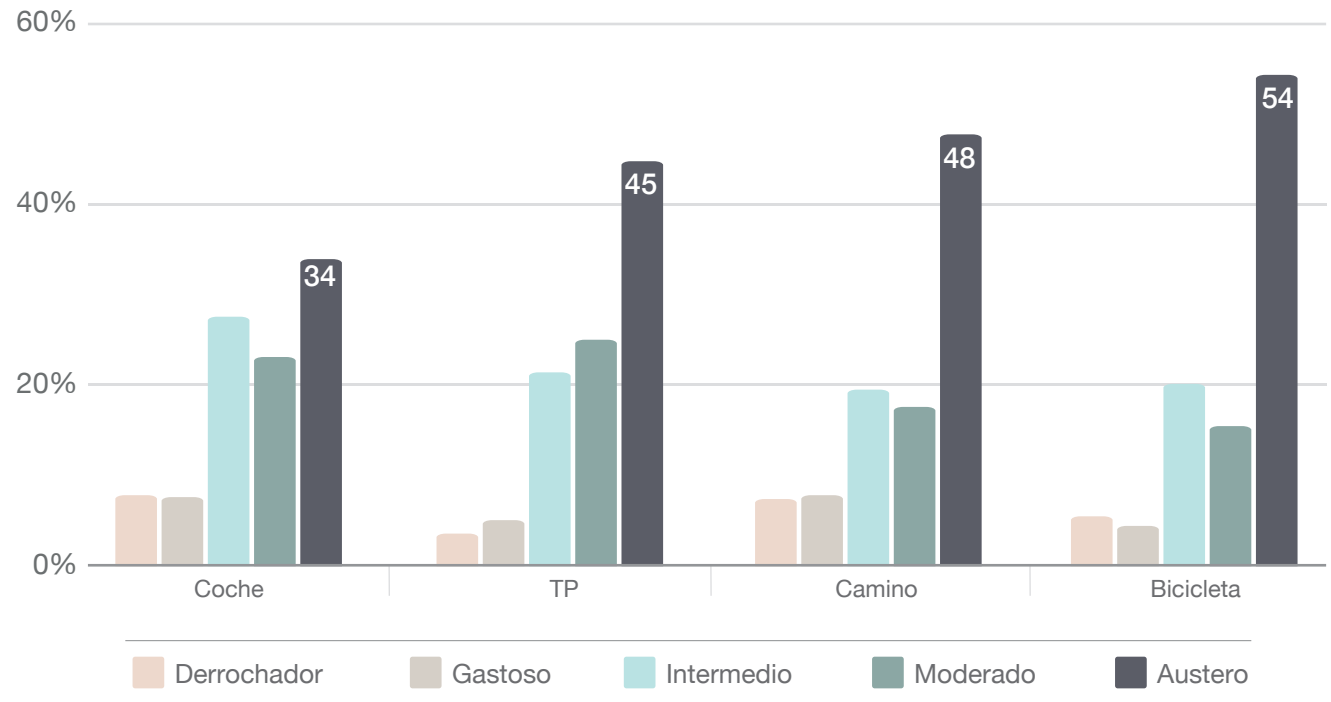
**Aire acondicionado**

Lo mismo ocurre más o menos con el disfrute de una instalación de aire acondicionado, cosa que hacen solo el 29% de los que usan la bicicleta contra el 45% de los que usan el coche. Los peatones se aproximan mucho a los ciclistas en este aspecto, y los que usan el transporte público a los que usan el coche.

**Estilo de uso de la climatización**

La pauta se repite cuando cruzamos los datos de vehículo usado con el estilo de uso de la climatización. Un 54% de los ciclistas declaran hacer un uso cuidadoso y austero de la calefacción, 20 puntos más que los usuarios del coche (34%). Los que caminan (48%) y los que usan el transporte público (45%) se sitúan entre ambas posiciones extremas. Por lo que respecta a cuantos confiesan derrochar calefacción, solo un 4% de los usuarios del transporte público reconoce hacerlo, la mitad que los usuarios del coche (8%). Los caminantes (7%) y los ciclistas (6%) quedan en medio.

Los usuarios de la bicicleta tienen el perfil más economizador de la calefacción



## Perfiles de huella ecológica

Resultados de la explotación de la encuesta interactiva "Calcula el tamaño de tu huella ecológica... ¡y aprende cómo hacerla más pequeña!"

Solo el 10% de los caminantes declaran tardar más de media hora en su desplazamiento.

## Aislamiento térmico y electrodomésticos con etiqueta A

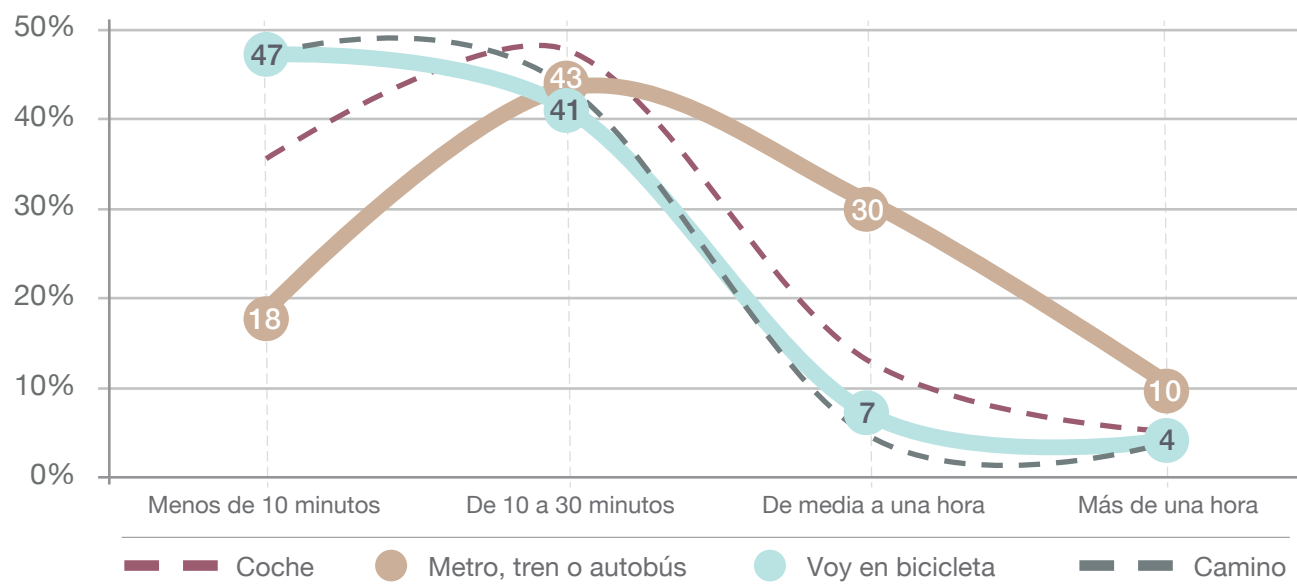
No hay relación clara entre tener doubles ventanas o ventanas de doble cristal y el vehículo usado, aparte de que los usuarios del transporte público declaran carecer de ellas en mayor proporción (43%), contra 36% de los ciclistas. Algo parecido ocurre con la disponibilidad de electrodomésticos con etiqueta A. Los ciclistas declaran tenerlos en una proporción ligeramente más elevada que el resto. Al mismo tiempo, arrojan el porcentaje menor (24%) de ignorancia de la clase energética de sus aparatos, mientras que los caminantes declaran esta circunstancia en un 32%, casi como los conductores de coche (31%) o los que van en transporte público (30%).

## Tiempo consumido en los desplazamientos: la bicicleta y el caminar

Cruzando los datos del tiempo que se tarda en los trayectos cotidianos con los vehículos usados, se ven dos pautas distintas. Solo el 10% de los caminantes declaran tardar más de media hora en su desplazamiento, lo que indicaría un límite de dos o tres kilómetros de recorrido. Los ciclistas vienen a continuación, con un 11% que supera la media hora de tiempo de trayecto, lo que puede indicar unos 10-15 km de trayecto medio.

Es muy llamativo que solo el 18% de los conductores declaren tardar más de 30 minutos, mientras que un 40% de los que usan el transporte público dicen que tardan más de media hora. En general, los usuarios del coche tienden a reducir el tiempo real de recorrido (por ejemplo, no toman en cuenta los atascos) mientras que los usuarios del transporte público tienden a hacer lo contrario.

Ciclistas y caminantes se superponen, el transporte público muestra una pauta distinta



## Perfiles de huella ecológica

Resultados de la explotación de la encuesta interactiva "Calcula el tamaño de tu huella ecológica... ¡y aprende cómo hacerla más pequeña!"

Los ciclistas manifiestan una relación con las plantas más estrecha que los que usan el transporte público.

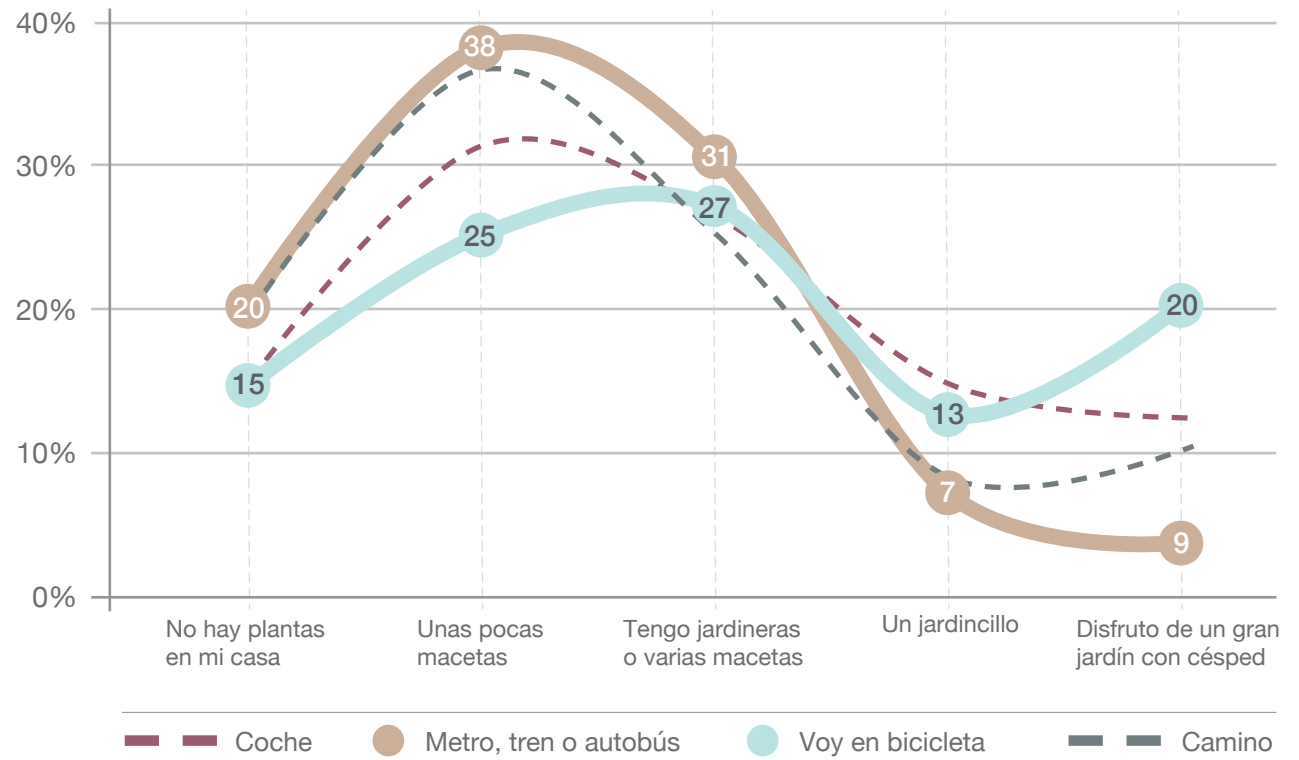
## Frecuencia de compra

Por lo que respecta a la relación entre el vehículo usado para desplazamientos cotidianos y la frecuencia de compra de artículos de primera necesidad, se ve que tanto los que usan el coche como los que emplean el transporte público tienen la misma pauta, con una frecuencia muy alta de compra semanal y muy reducida de compra mensual o diaria. Ciclistas y caminantes tienen frecuencias más altas de compra mensual y diaria y más reducida de compra semanal.

## Plantas

Los ciclistas manifiestan una relación con las plantas más estrecha que los que usan el transporte público, un 58% de los cuales declaran tener a lo sumo unas pocas macetas. Caminantes y usuarios de coche tienen una pauta intermedia. Un tercio de los ciclistas y más de un cuarto de los usuarios del coche declaran disfrutar de un buen jardín.

Los ciclistas disfrutan más de las plantas, los usuarios del transporte público menos



**Perfiles de huella ecológica**

Resultados de la explotación de la encuesta interactiva "Calcula el tamaño de tu huella ecológica... ¡y aprende cómo hacerla más pequeña!"

Los usuarios del transporte público tienen menos elementos de fontanería economizadora que los usuarios de la bicicleta.

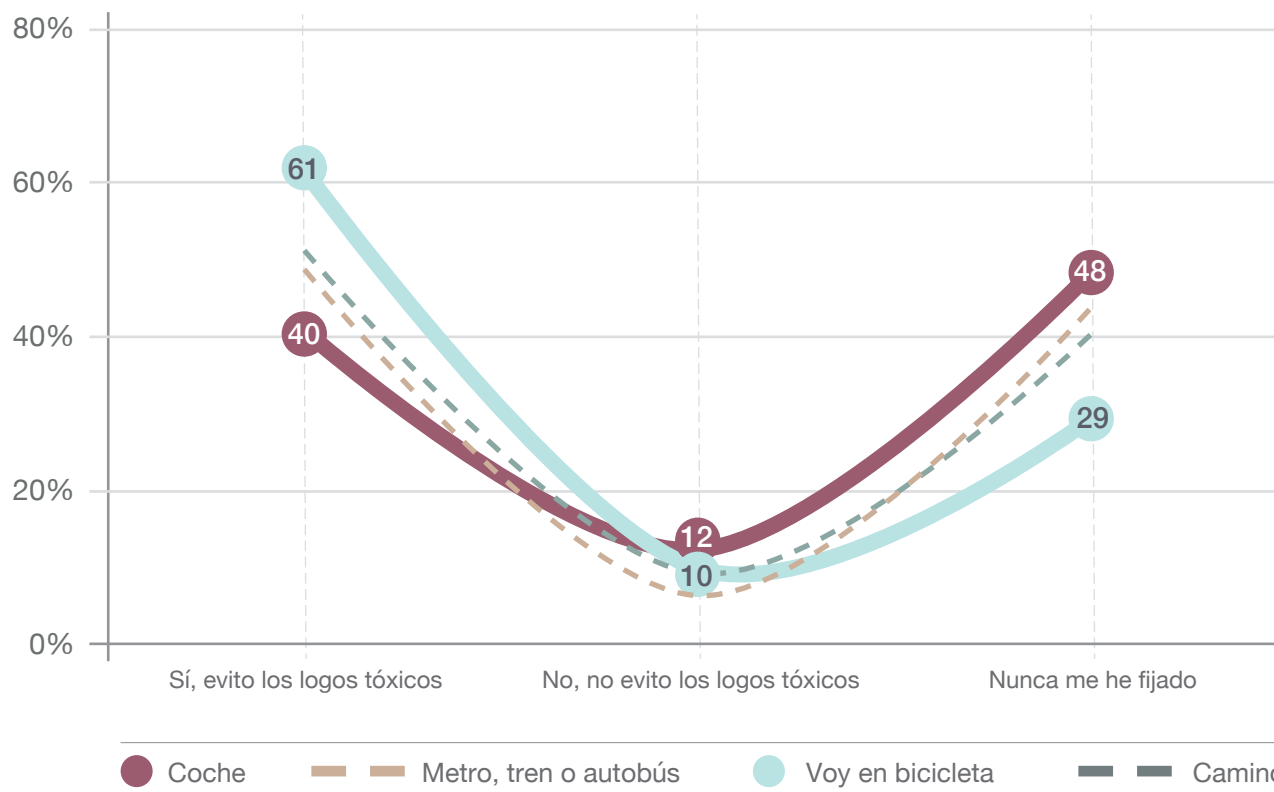
**Fontanería economizadora**

Los usuarios del transporte público tienen menos elementos de fontanería economizadora (un 30% dice que no tiene ninguno) que los usuarios de la bicicleta (solo un 21% dicen carecer de ellos, y un 52% dicen tener varios). Caminantes y usuarios de coche ocupan posiciones intermedias.

**Logos indicadores de componentes tóxicos y peligrosos**

Lo mismo ocurre ante la pregunta de si evitan comprar productos con logos de toxicidad. Los ciclistas tienen una pauta bastante diferente de los conductores de coche. Los primeros rechazan los logos más (60%) que los segundos (40%) y reconocen no fijarse en los logos menos (30% contra un 50% de conductores que dicen no prestar atención a los logos de toxicidad). Nuevamente, caminantes y usuarios del transporte públicos están aproximadamente entre ambos extremos.

Los ciclistas huyen más de los logos tóxicos que los conductores



## Perfiles de huella ecológica

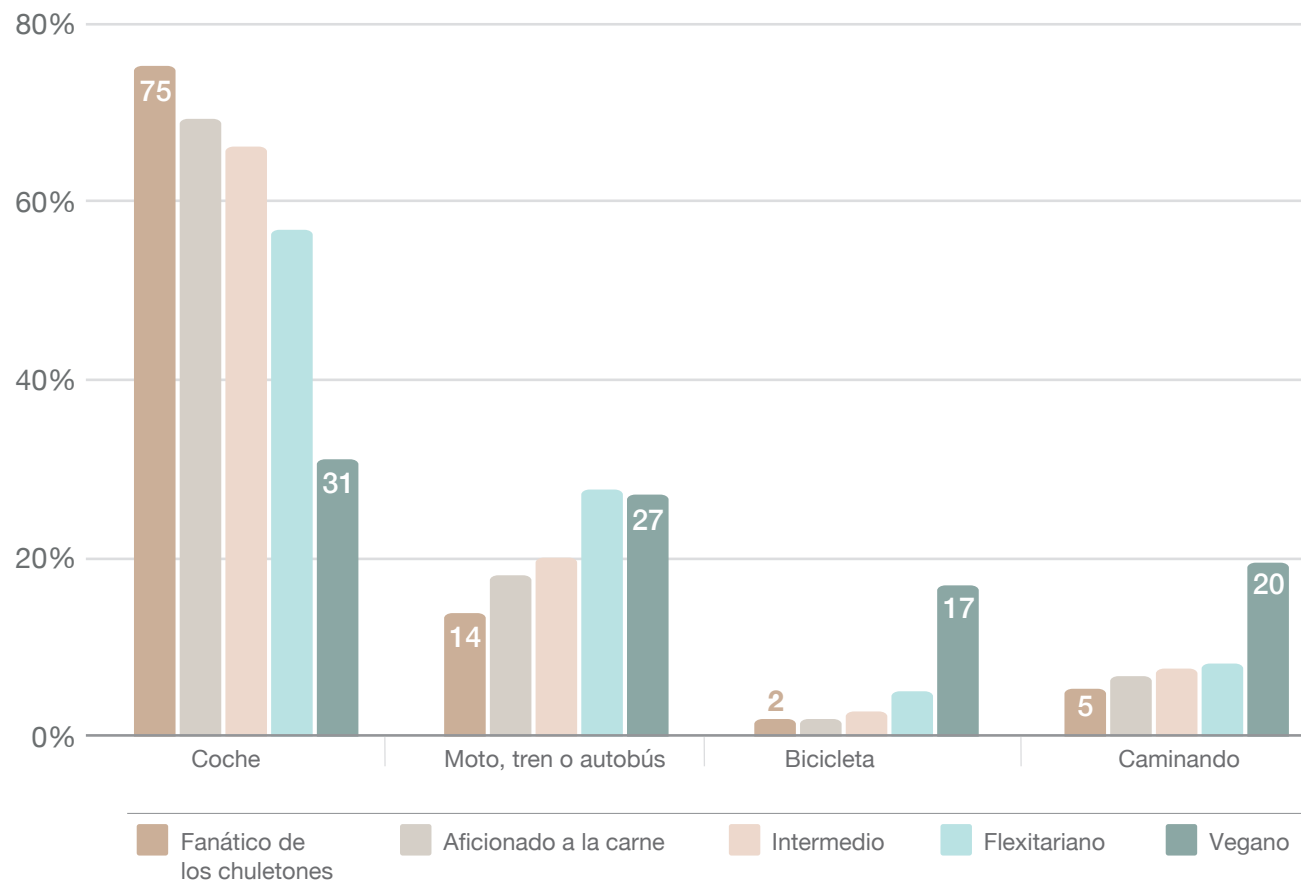
Resultados de la explotación de la encuesta interactiva "Calcula el tamaño de tu huella ecológica... ¡y aprende cómo hacerla más pequeña!"

Solo un 7% de ciclistas aseguran ser muy aficionados a la carne, frente al 15% de los conductores.

## Carnivorismo y veganismo

¿Tendrá alguna relación el uso de la bicicleta con el vegetarianismo? Esta idea se confirma en las respuestas a la encuesta. Un 28% de los ciclisteros se declara vegano, siete veces más que los conductores de coches, de los que solo un 3% confiesa su veganismo. En el extremo opuesto, solo un 7% de ciclistas aseguran ser muy aficionados a la carne, contra un 15% de los conductores que se declaran fanáticos de los chuletones. Tanto los usuarios del transporte público como los caminantes tienen una pauta intermedia entre los dos extremos anteriores, aunque los peatones parecen tener un sector propenso al veganismo que está ausente en los que usan el transporte público.

Los ciclisteros tienen un perfil de carnivorismo/veganismo muy diferente de los conductores



**Perfiles de huella ecológica**

Resultados de la explotación de la encuesta interactiva "Calcula el tamaño de tu huella ecológica... ¡y aprende cómo hacerla más pequeña!"

Los usuarios de la bicicleta destacan por el lado de la compra de alimentos frescos y a granel.

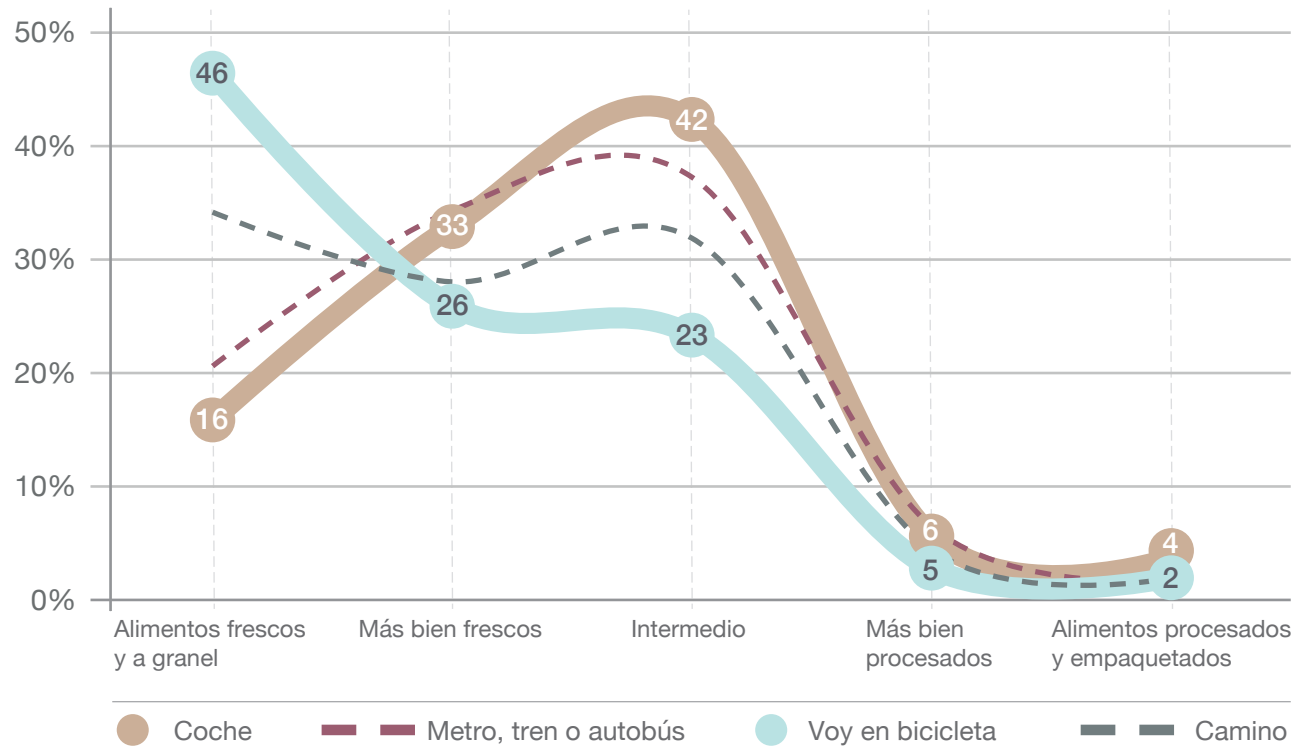
**Contenedores de reciclaje**

Los ciclistas tienen más contenedores de reciclaje en casa que los conductores de coche. Un 76% declaran tener tres o cuatro, contra un 56% de conductores que dicen lo mismo, y solo 8% dicen no tener ninguno, contra un 20% de conductores que dicen carecer de opciones de reciclaje en sus casas. Nuevamente, caminantes y usuarios del transporte público ocupan posiciones intermedias, más cercanas a la pauta de los conductores.

**Alimentos frescos y procesados**

Cotejando la pauta de compra de alimentos con el vehículo utilizado, nuevamente los usuarios de la bicicleta destacan por el lado de la compra de alimentos frescos y a granel. El 46% declara decantarse por esta modalidad, frente a un 16% que dice lo mismo entre los conductores de coches. Los usuarios de transporte público se parecen mucho a los conductores de coches a este respecto mientras que los caminantes se acercan más a la pauta de los ciclistas. Ninguno de los grupos declara inclinarse por la comida procesada y empaquetada más de un 4%.

Los ciclistas prefieren los alimentos frescos, a diferencia de los conductores





#### Perfiles de huella ecológica

Resultados de la explotación de la encuesta interactiva "Calcula el tamaño de tu huella ecológica... ¡y aprende cómo hacerla más pequeña!"

Es notable un uso poco racional de ciertos recursos de elevada huella ecológica.

## 4.6. Conclusiones

### 4.6.1. ¿Es el “veganismo” un buen indicador de una vida más sostenible, con una huella más reducida?

En general se puede responder afirmativamente a esta cuestión. Las personas que orientan su alimentación al consumo de vegetales son menos proclives al consumo o uso de elementos de elevado impacto, como los coches grandes o los productos de limpieza con compuestos tóxicos. También parece que hacen un uso más cuidadoso de los recursos de que disponen, usando la climatización o el agua con más eficiencia, gracias a un manejo economizador y a un mayor conocimiento del etiquetado de eficiencia. Por último, manejan más elementos de sostenibilidad en sus hogares y vida cotidiana, como bicicletas, plantas o contenedores para la recogida selectiva.

### 4.6.2. ¿Existe un estilo de vida derrochador?

Usando la posesión de un gran coche como hilo conductor, vemos cómo se correlaciona positivamente con el disfrute de buenas instalaciones de climatización, consumo de carne o mantenimiento de una amplia zona verde, con su correspondiente elevado gasto de agua. El arquetipo de este estilo de vida está en los edificios exentos en urbanizaciones de la periferia urbana, aunque también se puede dar una variante en el interior de los cascos urbanos, en pisos urbanos de buen tamaño con garaje.

### 4.6.3. ¿Usamos racionalmente los recursos?

En general, utilizamos los recursos con racionalidad, es decir, acompañamos un buen empleo de la climatización con la presencia de elementos que impiden el derroche, como las dobles ventanas o la fontanería economizadora. Pero también es notable un uso poco racional de ciertos recursos de elevada huella ecológica, entre los que destaca el coche, especialmente el coche de gran tamaño, que se usa muchas veces en trayectos muy cortos o utilizado por un solitario conductor.

**Perfiles de huella ecológica**

Resultados de la explotación de la encuesta interactiva "Calcula el tamaño de tu huella ecológica... ¡y aprende cómo hacerla más pequeña!"

Los usuarios de la bicicleta muestran una pauta de estilo de vida distinta de la de los conductores de automóviles, y que en general conduce a una huella ecológica más reducida.

**4.6.4. ¿Hay un estilo de vida “eco-informado”?**

Se observa la existencia de un sector de la población que conoce la clase energética de sus electrodomésticos, examina las etiquetas de los alimentos envasados que compra y en general procura estar actualizado y al día en el utillaje doméstico, incluyendo aparatos para procesar energía e incluso vehículos.

**4.6.5. ¿Cómo funciona el efecto de arrastre de la bicicleta?**

Los usuarios de la bicicleta muestran una pauta de estilo de vida apreciablemente distinta de la de los conductores de automóviles, y que en general conduce a una huella ecológica más reducida. Los ciclistas tienden a tener sistemas de climatización más reducidos, y a usarlos de manera más austera. También conocen más las etiquetas energéticas y las de alerta por componentes tóxicos en los productos. Suelen tener más plantas, y más sistemas economizadores de agua. También comen menos carne, tienen más contenedores de reciclaje y compran menos alimentos procesados. El uso de la bicicleta tiene un efecto de arrastre parecido al del vegetarianismo o flexitarianismo, al propiciar un estilo de vida de baja huella ecológica, coherente y generalizable a muchas personas.

Opuestamente, el uso del coche se relaciona con un estilo de vida de mayor huella ecológica, insostenible a largo plazo. Los usuarios del transporte público y los caminantes ocupan posiciones aproximadamente intermedias por lo que respecta al estilo de vida de mayor y menor huella ecológica. Elegir caminar como vehículo preferente no parece tener el efecto de “arrastre” hacia una vida de baja huella que tiene la bicicleta, o lo tiene solo de manera parcial.

**Perfiles de huella ecológica**

Resultados de la explotación de la encuesta interactiva “Calcula el tamaño de tu huella ecológica... ¡y aprende cómo hacerla más pequeña!”

Estamos en emergencia climática, y por lo tanto en plena transición a una sociedad y una economía más sostenibles que las que tenemos ahora.



## 5. Planteamiento de perfiles tipo de huella ecológica

Gracias a la explotación de la encuesta **“Calcula el tamaño de tu huella ecológica... ¡y aprende cómo hacerla más pequeña!”**, queremos conseguir información útil sobre cómo se asocian diferentes estilos de vida en relación con la huella ecológica, con la sostenibilidad en definitiva.

Cruzando las respuestas a las 24 preguntas de que consta la encuesta interactiva obtenemos información directa, por ejemplo que se confirma la idea general de que los poseedores de grandes coches suelen ser también bastante aficionados a los chuletones. Poco a poco, emerge otra clase de información que puede ser también muy útil: definir grandes perfiles de huella ecológica, que coinciden con lo que se podría llamar tipología ciudadana en relación con la sostenibilidad.

Estamos en emergencia climática, y por lo tanto en plena transición a una sociedad y una economía más sostenibles que las que tenemos ahora. Gobiernos y empresas deben hacer su parte, pero nada funcionará si la ciudadanía no asume también su papel en esta gran transición a un mundo viable.

La cultura ciudadana de sostenibilidad es por lo tanto muy importante. Según la definición más aceptada, cultura es todo lo que recordamos cuando olvidamos lo que aprendimos en la escuela. Lo que hacemos en el día a día. Es decir, ¿cómo nos desplazamos, qué comemos, cómo nos calentamos, a dónde viajamos? ¿Cómo vivimos en general? De la respuesta a esta pregunta dependen muchas de las posibilidades de avanzar hacia un planeta de mejor calidad.

Cada persona es un mundo, como lo es cada hogar. Somos 47 millones y hay casi 20 millones de hogares en España, imposibles de reducir a una tipología simple. Hemos utilizado las respuestas a la encuesta **“Calcula el tamaño de tu huella ecológica... y aprende cómo hacerla más pequeña”** para trazar unas tipologías básicas de cultura de sostenibilidad.

### Las seis direcciones de variación son estas:

- ▶ Consumo de recursos: acopiadores y frugales.
- ▶ Grado de transformación de los recursos: “artificialistas” y “naturófilos”.
- ▶ Búsqueda de indicaciones: desinformados e informados.
- ▶ Manejo de recursos: derrochadores y moderados.
- ▶ Disponibilidad de tecnología: desequipados y equipados.
- ▶ Circuitos de producción y consumo: lineales y circulares.

**Perfiles de huella ecológica**

Resultados de la explotación de la encuesta interactiva "Calcula el tamaño de tu huella ecológica... ¡y aprende cómo hacerla más pequeña!"

Los acopiadores son personas que consumen grandes cantidades de recursos en su vida cotidiana.

**Acopiadores / Frugales**

Esta es la distinción fundamental, desde el punto de vista de la supervivencia de nuestro planeta.

Los acopiadores son personas que consumen grandes cantidades de recursos en su vida cotidiana. Su consumo de energía es muy elevado, derivado de sistemas de climatización completos (calefacción + aire acondicionado), que funcionan en casas grandes, que a veces ocupan edificios exentos. Otro elemento de consumo energético es el uso continuo del coche privado, típicamente un SUV grande, y para largos trayectos diarios. La pauta de alimentación es más bien carnívora, lo que aumenta su huella.

Los acopiadores que viven en casas unifamiliares exentas (chalets) en urbanizaciones de la periferia de las grandes ciudades tienen un gran tamaño de huella ambiental, derivado de las necesidades de climatización de casas muy grandes, distancias muy largas a recorrer con el coche como único medio de transporte concebible y, no en último lugar, jardines o incluso césped que multiplica sus consumos de agua.

Los frugales tienen una pauta muy limitada de consumo de recursos. Suelen habitar en casas más pequeñas, provistas de sistemas de climatización más reducidos, por lo general localizados y sin uso de aire acondicionado. Su menú de movilidad se basa en el transporte público, caminar y la bicicleta. Su pauta alimentaria es flexitariana, con un uso muy limitado o incluso inexistente de la carne. En general, coinciden con los habitantes de las áreas centrales urbanas.

En su pauta de consumo de recursos, los frugales pueden acercarse a las personas en riesgo de exclusión, que se manifiesta en un consumo muy limitado de energía, (que se puede transformar en pobreza energética), así como un consumo reducido de carne y una movilidad limitada y a base de transporte público.

**“Artificialistas” / “Naturófilos”**

Este eje de variación se refiere a la cercanía o lejanía de la naturaleza o al grado de transformación de los recursos admitida o deseada por diferentes tipos de personas.

Los artificialistas consideran deseable el consumo y uso de elementos muy procesados, mecanizados y en general alejados de sus modelos “naturales”. Los naturófilos preferirán alimentos frescos y de temporada, sin envasar, y si están envasados en materiales nobles, como el vidrio, el papel, la tela o la madera.

El eje artificialistas / naturófilos se inserta de lleno en polémicas muy vivas que ocupan espacio en los medios de comunicación. Una especialmente interesante es la relacionada con la quimiofobia, que se manifiesta en la discusión sobre los aditivos en alimentos, considerados “perfectamente

**Perfiles de huella ecológica**

Resultados de la explotación de la encuesta interactiva "Calcula el tamaño de tu huella ecológica... ¡y aprende cómo hacerla más pequeña!"

Cada vez más productos y servicios llevan información adherida de manera obligatoria que informa sobre su rendimiento ambiental.

seguros" por unos y como inclusiones intolerables en la comida por otros. Otro tema candente es el rechazo de los materiales plásticos, especialmente desechables. Otro más, la campaña sobre si los alimentos procedentes de la agricultura ecológica son más o menos nutritivos, sanos o seguros que los convencionales.

El extremo naturófilo puede culminar en un rechazo completo de toda la tecnología moderna. También pueden darse cruces paradójicos, como veganos consumiendo ultraprocesados y carnívoros adictos a la carne ecológica.

**Informados / Desinformados**

Este eje enfrenta la actitud de los que buscan activamente y tienen en cuenta la información sobre la huella ambiental de los productos o su sostenibilidad, en la forma de marchamos o ecoetiquetas, oficiales o extraoficiales, y la de los que nunca toman en consideración esta clase de información a la hora de comprar o usar.

Cada vez más productos y servicios llevan información adherida de manera obligatoria que informa sobre su rendimiento ambiental, desde neumáticos a frigoríficos, de manera que la clase de los "desinformados", que era abrumadoramente mayoritaria hasta hace unos años (hay que recordar que las etiquetas energéticas de electrodomésticos se crearon en 1992) disminuye paulatinamente a medida que los prescriptores (vendedores) utilizan la información ambiental adherida a los productos como argumento de venta.

En el caso de los electrodomésticos, la traducción directa de una etiqueta A+++ en un ahorro considerable de la factura eléctrica, sobre todo en aparatos de consumo continuo y elevado, como el frigorífico, hace que el porcentaje de desinformados en su compra sea muy pequeño. Algo similar ha ocurrido recientemente, cuando las pegatinas ambientales que deben ostentar los coches se tradujeron en posibilidad o no de acceder a partes de la ciudad, en las áreas o días de restricciones establecidas por los ayuntamientos.

En el caso de los alimentos, las ecoetiquetas más o menos oficiales (o engañosas) son un importante elemento para determinar la compra. Las listas de aditivos (ver arriba) son objeto de una discusión en medios sobre su concepto de "seguros" o "peligrosos".

Los alimentos, por su carácter de compra masiva y cotidiana, son objeto de polémica sobre la información obligatoria que deben ostentar, su legibilidad y los trucos utilizados para despistar al consumidor (por ejemplo, disfrazando el contenido en azúcar bajo varios nombres técnicos). La propuesta de etiquetas semáforo para alimentos (como el NutriScore) no ha llegado todavía a buen puerto en España.

**Perfiles de huella ecológica**

Resultados de la explotación de la encuesta interactiva "Calcula el tamaño de tu huella ecológica... ¡y aprende cómo hacerla más pequeña!"

Los electrodomésticos dan muchas oportunidades a los usuarios moderados, que pueden usar la lavadora con agua fría o manejar el frigorífico para reducir su consumo al mínimo.

En el caso de artículos de limpieza, la presencia de ecoetiquetas se ve complementada por la presencia de iconos de alerta de peligrosidad. La aparición de apps que leen automáticamente la información contenida en el código de barras del producto y dan una calificación de calidad (generalmente nutricional, en el caso de los alimentos) está modificando la proporción de informados y desinformados.

La proliferación de información asociada a los productos y servicios (se calcula en unas 400 el número de etiquetas de contenido ambiental presentes en el mercado) podría provocar que algunos ciudadanos, interesados y concienciados en principio, pero desbordados por tantos datos, puedan optar por desinteresarse por completo de buscar y analizar las indicaciones ambientales y de sostenibilidad de su pauta de consumo.

**Moderados / Derrochadores**

En igualdad de condiciones en cuanto a disponibilidad, dimensiones, tecnología y procesos, los usuarios moderados pueden reducir su consumo de recursos y de huella de manera más que notable, manejando con habilidad las posibilidades de regulación que tienen a su disposición.

Esto se aplica a toda clase de elementos. En el coche, los conductores agresivos pueden consumir hasta un 25% más de combustible que los conductores pacíficos. Si se utilizan técnicas de conducción eficiente, el ahorro se puede consolidar e incluso aumentar. Los electrodomésticos dan muchas oportunidades a los usuarios moderados, que pueden usar la lavadora con agua fría o manejar el frigorífico para reducir su consumo al mínimo. Lo mismo ocurre con la climatización y el agua caliente, aunque en este caso determinados sistemas obsoletos carecen de capacidad de regulación.

El componente cultural de la sostenibilidad es muy importante en este eje de variación. Los hábitos de ahorro y economía asociados a épocas de escasez se perdieron o atenuaron cuando el nivel de vida subió, como se puede ver con claridad en el caso de la comida, con un nivel de desperdicio actual nunca alcanzado antes. La electricidad retornó a su consideración de bien escaso y caro, que se debe consumir con parsimonia, en los años de la crisis.

Muchas apps y páginas web especializadas están surgiendo para ayudar a la ciudadanía a gestionar su consumo cotidiano de agua, energía, alimentos, con buenos resultados en muchos casos. También está surgiendo un mercado de medidores instantáneos de consumo de energía para los hogares.

**Perfiles de huella ecológica**

Resultados de la explotación de la encuesta interactiva "Calcula el tamaño de tu huella ecológica... ¡y aprende cómo hacerla más pequeña!"

Cuando hay una opción claramente más sostenible en materia de transporte, climatización, etc., puede recibir ayudas de la administración.

**Desequipados / Equipados**

Cuando se produce una disrupción tecnológica, se puede producir un alineamiento de los ciudadanos a uno y otro lado del lindero. Esto se ve con claridad en la opción entre el coche de motor térmico y el vehículo eléctrico, pero también en otros asuntos. Por ejemplo, la instalación de paneles fotovoltaicos para autoconsumo, de calderas de condensación de alta eficiencia, vidrios especiales, termostatos inteligentes, etc.

Cuando hay una opción claramente más sostenible en materia de transporte, climatización, etc., puede recibir ayudas de la administración en forma de bonificaciones fiscales o ayudas directas. Muchas veces esto funciona a base de planes Renove, en que el artículo obsoleto recibe ayudas para su sustitución por un modelo eficiente. Esto es especialmente importante en el caso del vehículo eléctrico, pues actualmente este tipo de coches cuestan tres veces más que los convencionales de prestaciones equivalentes.

La penetración de una nueva tecnología más sostenible (como los paneles fotovoltaicos) depende de una maraña de legislación favorable (el "impuesto al sol" frenó la proliferación de paneles solares varios años), precios en descenso, posibilidades de amortización y facilidad de compra, uso o instalación. Este último factor es importante, pues los instaladores (por ejemplo de calderas de condensación, o de paneles fotovoltaicos) funcionan como prescriptores y pueden suponer el factor crítico en la difusión de una tecnología.

Como se ve con claridad en el caso de las restricciones a la circulación de coches sin etiqueta ambiental de la DGT, convertir a los desequipados en equipados es un elemento importante de la transición ecológica justa. Muchas personas pueden ver sus opciones de vida limitadas por carecer de una tecnología que no pueden permitirse comprar.

**Lineales / Circulares**

Los "circulares" aprovechan cualquier oportunidad para cerrar circuitos en su pauta de consumo, desde practicar la cocina de las sobras a disponer de buen número de contenedores de recogida selectiva en casa y usarlos cotidianamente. O bien están dispuestos a adquirir productos de segunda mano, como ropa, o a utilizar apps de compartición de productos, en la línea de "usar en vez de comprar" Los "lineales" no muestran tanta preocupación en este sentido.

En general, la cultura de la circularidad ha sido destruida en las últimas décadas. Es el caso de los envases rellenables y retornables, desaparecidos y sustituidos por opciones de usar y tirar. También ha sido muy socavada la cultura de la cocina secuencial, en que los restos de un plato son la materia prima del siguiente, la costumbre del remiendo y arreglo de ropa o de reparación de aparatos.

**Perfiles de huella ecológica**

Resultados de la explotación de la encuesta interactiva "Calcula el tamaño de tu huella ecológica... ¡y aprende cómo hacerla más pequeña!"

Un intento de definir dos extremos del desempeño ambiental personal nos llevaría a utilizar una serie de marcadores como indicadores.

Al mismo tiempo, surgen opciones nuevas de circularidad. Por ejemplo, en materia de transporte, la proliferación de vehículos compartidos. Los circuitos de reciclaje de aguas grises o de recirculación de energía en aparatos de climatización son otra opción. Nuevas tecnologías como el Internet de las Cosas, que pueden asignar una signatura inequívoca a cada objeto imaginable, y por lo tanto facilitar su seguimiento y eventual reciclaje, también pueden ser de gran ayuda.

**Uso de marcadores como indicadores de estilo de vida**

Un intento de definir dos extremos del desempeño ambiental personal nos llevaría a utilizar una serie de marcadores como indicadores. Algunos se asocian claramente con un extremo (que podemos llamar de un planeta) o con el opuesto (de cinco planetas).

Marcadores claros del estilo de vida "un planeta" serían el veganismo, flexitarianismo, tener muchos contenedores de recogida selectiva, el rechazo de tóxicos y el uso de la bicicleta.

Marcadores claros de una huella ecológica muy pesada, correspondiente a un estilo de vida de "cinco planetas" serían el disfrute una instalación de aire acondicionado, la aceptación de tóxicos en los productos, el carnivorismo, poseer un coche grande y tener pocos o ningún contenedor de separación selectiva de residuos.

Otros marcadores menos claros asociados con el estilo "un planeta" serían el tener plantas, carecer de aire acondicionado, tener fontanería economizadora, y ser un lector de etiquetas, y del estilo "cinco planetas" el carecer de plantas (excepto en el caso de disfrutar de un gran jardín) y carecer de fontanería economizadora.

Otros marcadores sin una pauta clara de asociación con un estilo de vida u otro serían el consumo de alimentos frescos o procesados y el viajar siempre o casi siempre solo en coche o siempre o casi siempre acompañado.



**Perfiles de huella ecológica**

Resultados de la explotación de la encuesta interactiva "Calcula el tamaño de tu huella ecológica... ¡y aprende cómo hacerla más pequeña!"

Si todo el mundo viviera en un gran chalet con césped, necesitaríamos cuatro planetas Tierra para dar cobijo a toda la humanidad.



## 6. ¿Podemos definir una serie de actuaciones - tipo para cada perfil de huella ecológica personal?

¿Podemos plantear materiales de difusión y sensibilización dirigidos a los diferentes perfiles tipo detectados? Podríamos abordarlo de dos formas complementarias. Por un lado, plantear actuaciones generales para cada uno de los seis perfiles descritos anteriormente, desde los "derrochadores / frugales" a los "lineales / circulares". Por otro lado, sería posible plantear actuaciones para situaciones concretas dentro de los estilos de vida en relación con la sostenibilidad.

### Actuaciones para perfiles de huella

#### Actuaciones para hogares con un estilo de vida acopiador o "de cinco planetas"

##### "Quítate planetas de encima".

Dirigido al estilo de vida acopiador, pretende dar soluciones para reducir la elevada huella ecológica del estilo de vida "cinco planetas". Si todo el mundo viviera en un gran chalet con césped, necesitaríamos cuatro planetas Tierra para dar cobijo a toda la humanidad. Pero en este caso se puede utilizar la gran disponibilidad de recursos (gran casa, jardín, mucho espacio) para plantear soluciones ad hoc (autoconsumo eléctrico, compostaje, aprovechamiento del agua de lluvia, etc.).

Los resultados pueden variar en función de otros hábitos de consumo, como los hábitos alimenticios (los carnívoros tienen una huella ecológica mayor que los vegetarianos), pero la pauta es inequívoca: una casa grande gasta mucha más energía, un gran jardín con césped consume mucha agua y la gran distancia a la ciudad y la escasez de transporte público indica que habrá que usar un coche para los desplazamientos cotidianos al trabajo.

Es interesante que, en general todas las personas que viven en edificios aislados con mucho terreno, por esta misma amplitud de espacio de la que disfrutan, tienen muchas posibilidades de reducir su huella ecológica a niveles muy bajos, de piso pequeño en la ciudad. Lo que tienen que hacer es practicar la autosuficiencia.

Para empezar, se pueden instalar varios metros cuadrados de paneles fotovoltaicos para que produzcan electricidad. Es posible incluso hacer una instalación aislada con acumuladores completamente autosuficiente en materia de electricidad. Pero lo habitual es conectarla a la red y reducir así la factura eléctrica. Se puede dar un paso más usando un coche eléctrico para almacenar la energía producida por los paneles. Aproximadamente la mitad del agua caliente se puede producir con paneles solares térmicos, baratos y fáciles de instalar.

**Perfiles de huella ecológica**

Resultados de la explotación de la encuesta interactiva "Calcula el tamaño de tu huella ecológica... ¡y aprende cómo hacerla más pequeña!"

La elección de envases no-plásticos y en general de envases con la mejor tasa de reciclaje posible es otra medida interesante.

Un sistema de recogida del agua de lluvia en un depósito y otro de reciclaje de aguas grises reducirán casi a cero el consumo de agua de la casa. El césped inglés se puede cambiar por plantas aromáticas. Hay espacio de sobra para un huerto, capaz de producir una parte sustancial de las verduras de consumo familiar.

Otros detalles son un reforzamiento general del aislamiento térmico de la casa, reforzando paredes y colocando doble cristal si no existe, y en general mejoras para llevarla a una categoría energética A. Este tipo de casas apenas consumen energía para la climatización, en realidad pueden producir más energía de la que consumen.

El transporte puede ser un problema, solucionable mediante un vehículo eléctrico y alguna combinación coche privado-transporte público, lo que se llama un menú variado de transporte. Las nuevas tecnologías de la comunicación permiten un uso intensivo del teletrabajo, además.

**Actuaciones para hogares "artificialistas", muy alejados de los ciclos y ritmos de la naturaleza****"Regreso a la naturaleza"**

Asociado a la recuperación de una conciencia de la importancia de los ecosistemas en nuestra vida, recalcando la importancia de respetar los ciclos de la naturaleza. Por ejemplo, mediante el consumo de alimentos de proximidad y de temporada.

La actuación principal en este respecto sería recalcar la importancia de cocinar, transformando alimentos frescos en vez de comprar comida ya procesada o empaquetada. El efecto disparador de esta actuación es notable, pues afecta de lleno a la vida cotidiana y a muchos de sus aspectos: consumo de agua y energía, producción de residuos, etc.

La práctica cotidiana de la cocina implica la práctica de la compra de alimentos, que idealmente puede hacerse en mercados donde exista la opción de productos frescos y de temporada.

También puede ser importante favorecer la compra de alimentos procedentes de la agricultura ecológica, de Indicaciones Geográficas Protegidas y en general con información acerca de su origen y su contribución a la conservación en buen estado del paisaje rural.

La elección de envases no-plásticos y en general de envases con la mejor tasa de reciclaje posible es otra medida interesante.

**Perfiles de huella ecológica**

Resultados de la explotación de la encuesta interactiva "Calcula el tamaño de tu huella ecológica... ¡y aprende cómo hacerla más pequeña!"

La proliferación de ecoetiquetas lleva a confusión al consumidor, y este no es un problema fácil de solucionar.

## **Acciones para los que no buscan información acerca de la huella ambiental de los productos o servicios que utilizan**

### **“Una lectura apasionante: las etiquetas”**

Se trata de poner en valor la (abundante) información de carácter ambiental que está a nuestra disposición para vivir mejor y reducir nuestra huella. Apropiado para los que no conocen la clase energética de los electrodomésticos ni leen símbolos de peligrosidad, o consideran absurdo recorrer un supermercado con una lupa para indagar en las etiquetas escritas en letra pequeña de los alimentos.

En este caso, la acción tendría que afectar de lleno a las empresas, en su papel de prescriptoras de productos y servicios. Muchas veces, las peticiones de información de los consumidores sobre las huella ambiental de los productos no tiene una respuesta adecuada por parte de los vendedores.

La proliferación de ecoetiquetas lleva a confusión al consumidor, y este no es un problema fácil de solucionar. La creación de una “megaetiqueta de huella”, total o parcial (como el NutriScore para alimentos) podría ayudar.

Como actuación dirigida directamente a la ciudadanía, se podría plantear la popularización de las etiquetas como elementos útiles para el ahorro de las familias, cosa que ya se está haciendo, pero que se podría recalcar más explícitamente.

## **Acciones para derrochadores, personas que no utilizan las posibilidades de regulación y control de los productos que utilizan**

### **“No te dejes llevar, maneja la situación”**

El uso derrochador de los recursos se debe muchas veces al desconocimiento de las posibilidades de regulación y control que existen, y se da especialmente en el uso de la climatización y el transporte.

La conducta eficiente puede incluir varios tipos de medidas: las puramente conductuales, tanto “instintivas” y cotidianas, como el hábito de apagar la luz cuando se sale de una habitación como las derivadas del manejo de las máquinas, como bajar dos grados el termostato del aire acondicionado. El “ecobricolaje” también puede ser considerado, como por ejemplo colocar burletes en puertas y ventanas mal ajustadas.

Algunas acciones más concretas:

- Regular el horario de encendido de las instalaciones de calefacción y aire acondicionado, la temperatura de salida del agua del calentador, la potencia del frigorífico, etc.

**Perfiles de huella ecológica**

Resultados de la explotación de la encuesta interactiva "Calcula el tamaño de tu huella ecológica... ¡y aprende cómo hacerla más pequeña!"

En determinadas circunstancias, la administración también puede organizar programas para paliar la pobreza energética relacionadas con actuaciones de este tipo.

- Incorporar hábitos de eficiencia: hay muchas oportunidades de desconectar un aparato unos segundos antes de lo habitual, que se van acumulando dando al final un significativo incremento de la eficiencia energética.
- Organizar el espacio y definir pautas de uso en el tiempo, colocando adecuadamente los aparatos para evitar sinergias negativas, o adaptando la casa a los ciclos anuales del clima.
- Controlar: revisar periódicamente facturas, contadores, indicadores, termostatos, etc. Numerosas apps y aparatos de medición instantánea que se conectan a la red eléctrica pueden ayudar.
- Comprobar: comprobaciones periódicas de buen funcionamiento de los aparatos y sistemas, así como para detectar fugas de energía.
- Tener en cuenta el mantenimiento: tener y respetar un calendario de mantenimiento y revisiones de todas las instalaciones de la casa.

**Acciones para desequipados, hogares y personas carentes de tecnologías de baja huella****“¿La sostenibilidad te ha pillado desactualizado?”**

La actuación debería estar dedicada a popularizar tecnologías útiles y accesibles que nos permiten reducir nuestra huella, como la infinidad de apps temáticas, la tecnología del vehículo eléctrico, etc.

En este caso debería hacerse una distinción entre la popularización de estas tecnologías y las ayudas que las administraciones pueden establecer para facilitar su compra, instalación y uso.

Actualmente confluyen muchos programas de este tipo: para mejora de aislamientos, doble acristalamiento, instalación de termostatos y otros elementos de regulación de instalaciones de climatización, calderas de condensación, coche eléctrico, instalaciones de energía renovable, etc.

En determinadas circunstancias, la administración también puede organizar programas para paliar la pobreza energética relacionadas con actuaciones de este tipo.

**Acciones para “lineales”, personas que no colaboran en el cierre de circuitos de materiales, agua y energía.****“Hazte circular”**

Desde hace décadas, se llevan a cabo programas de popularización de la separación selectiva, en relación estrecha con la actuación de los SIG correspondientes (para envases ligeros, vidrio, neumáticos, medicamentos, etc.).

**Perfiles de huella ecológica**

Resultados de la explotación de la encuesta interactiva "Calcula el tamaño de tu huella ecológica... ¡y aprende cómo hacerla más pequeña!"

Gracias a la interiorización de la cultura del reciclaje, se elevan los índices de separación selectivas de gran cantidad de materiales.

Gracias a la interiorización de la cultura del reciclaje, paulatinamente, se elevan los índices de separación selectivas de gran cantidad de materiales. Se trata de un proceso que comienza con la disponibilidad de espacio en las casas para colocar los diferentes contenedores de cada elemento a separar.

No obstante, cabría la popularización de procedimientos de economía circular que no entran en la economía formal del reciclaje a través de los SIG. A continuación se dan algunos ejemplos:

La popularización del uso de productos de segunda mano es un elemento cada vez más importante, sobre todo en relación con el consumo de ropa. Determinadas habilidades, como la "cocina de las sobras" son muy importantes para reducir el desperdicio de alimentos, uno de los graves problemas de nuestra sociedad.

La recuperación y reutilización de productos en la misma casa, vía "ecobricolaje" o restauración imaginativa, puede ser importante, pero la antigua cultura de reparar y remendar objetos y aparatos estropeados se pierde paulatinamente, a pesar de iniciativas de recuperación del tipo de "Café repair".

**Actuaciones para situaciones concretas**

La exploración de la encuesta y la observación de la realidad cotidiana revela situaciones concretas que pueden ser objeto de acciones de difusión y sensibilización. Aquí se pueden ver algunas sugerencias.

- **"¿Te aburre conducir?"**, para conductores solitarios de vehículos grandes, especialmente si este es un SUV.
- **"Pon algo fresco en tu vida"**, para compradores contumaces de ultraprocesados. Iniciativa para aumentar el consumo de alimentos frescos y disminuir el consumo de ultraprocesados.
- **"Conoce tu cocina tradicional"**, para veganos adictos a los ultraprocesados.
- **"¿Recuerdas para qué sirven las piernas?"**, para los "menús únicos de transporte" a base de coche.
- **"El calor tropical artificial sale caro"**, para usuarios derrochadores de calefacción: "personas que quieren estar en camiseta en invierno"
- **"Piénsalo antes de poner el aire"**, para usuarios automáticos del aire acondicionado

**Perfiles de huella ecológica**

Resultados de la explotación de la encuesta interactiva "Calcula el tamaño de tu huella ecológica... ¡y aprende cómo hacerla más pequeña!"

Los veganos usan la climatización con mucha moderación, los carnívoros tienden al derroche.

- **“Investiga tu frigorífico”**, para usuarios de electrodomésticos que desconocen su clase de etiquetado energético”
- **“¿Una tonelada por persona?”** para usuarios de vehículos privados sobredimensionados, de excesivo peso y potencia.
- **“¿Conoces la oferta de tu barrio?”**, para personas que van a la compra una vez al mes en una gran superficie. Tendría como objetivo fomentar la compra frecuente en los comercios locales, a escala de barrio. También entraría en relación con la compra de alimentos frescos con preferencia sobre los ultraprocesados.
- **“Pon algo verde en tu vida”**, para personas que no tienen ninguna planta en casa. Recalcar la importancia de las plantas para la salud y la mejora del paisaje urbano.
- **“Grifos inteligentes”**, para hogares con carencia de sistemas de grifería economizadora y de (para personas que mantienen plantas) de riego economizador.
- **“Esa calavera te dice algo”**, para personas que no se fijan en los logos de advertencia de componentes tóxicos a la hora de comprar productos, especialmente de limpieza.
- **“Es mejor cosas con carne que carne con cosas”**, o **“menos carne, más garbanzos”**, iniciativa para disminuir el consumo de carne, y aumentar el de legumbres.
- **“La basura no existe si tú no quieres”**, para personas que no tienen ningún contenedor de separación selectiva en casa.
- **“Más cerca de lo que crees”**, para personas que hacen trayectos muy cortos en coche, para que los hagan caminando o por otro medio menos contaminante.
- **“El mejor medio de transporte del mundo”**, iniciativa para fomentar el caminar como medio de transporte.

**Perfiles de huella ecológica**

Resultados de la explotación de la encuesta interactiva "Calcula el tamaño de tu huella ecológica... ¡y aprende cómo hacerla más pequeña!"

Hay amplios núcleos sociales que están experimentando una vida de baja huella y consumo responsable, y cuyas experiencias deberían ser tenidas en cuenta.



## 7. Conclusiones

La transición ecológica justa en la que está implicada ahora mismo nuestra sociedad obliga a no meter a todo el mundo en el mismo saco de "consumo derrochador e ineficiente". Por el contrario, hay amplios núcleos sociales que están experimentando en la práctica una vida de baja huella y consumo responsable, y cuyas experiencias deberían ser tenidas en cuenta.

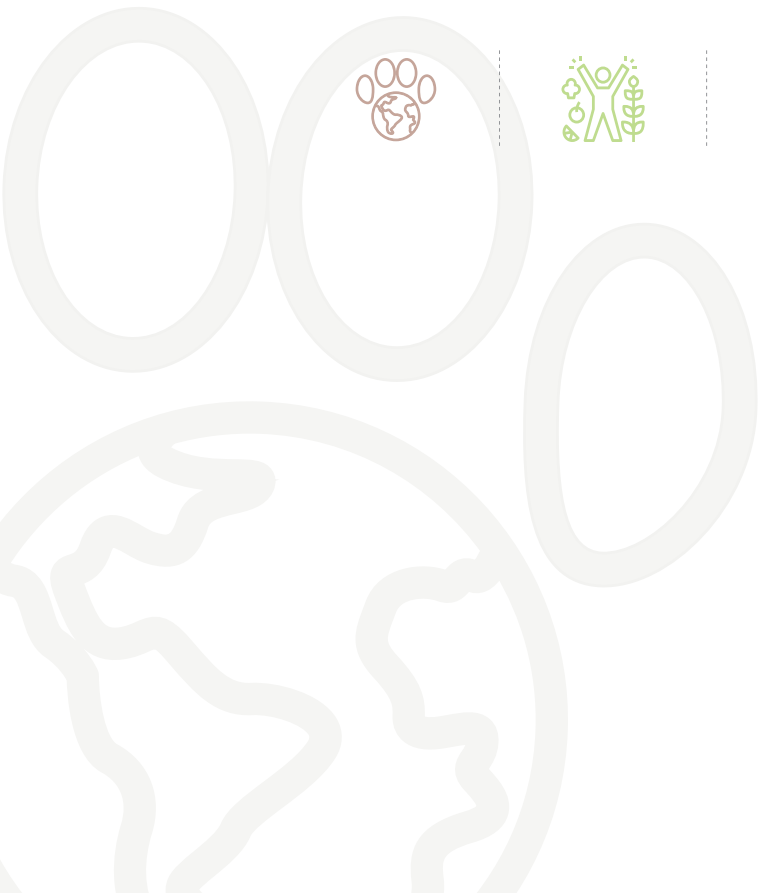
Este es el caso del estilo de vida que podríamos llamar "ecologista" o de un planeta, con su pauta de movilidad de bajo impacto, basado en la bicicleta bastantes veces, un equipamiento doméstico más bien parco y una pauta de alimentación basada en los vegetales. Este estilo de vida puede proporcionar valiosa información a la hora de reducir la huella ecológica de nuestro estilo de vida.

El estilo de vida que podríamos llamar "discreto" presentaría una huella intermedia pero más bien baja, en torno a dos planetas. Usuario del transporte público, tiene un nivel de equipamiento medio y una pauta de alimentación más tradicional, con la carne como acompañamiento de vegetales.

El estilo de vida "acomodado" utiliza muchas veces coche para sus desplazamientos, disfruta de instalaciones más completas de climatización y tiene una pauta de impacto mayor, que se traduciría en un nivel aproximado de huella ecológica de tres planetas.

Por último, el estilo de vida "opulento" se basa en el disfrute de un coche grande, una casa grande bien equipada, elevado consumo de carne en la alimentación, etc, y equivaldría a un estilo de vida de cuatro planetas o más.

Si partimos de estos cuatro grandes grupos en relación con su perfil de huella ecológica, se puede ver como la transición ecológica les puede afectar de maneras muy diferentes. La idea general consistiría en aprovechar la experiencia de baja huella de los dos primeros grupos y sería mejorar su equipamiento y, al mismo tiempo, reducir la huella de los dos últimos, aumentando en conjunto la calidad ambiental y de vida de todo el mundo.



### Perfiles de huella ecológica

Resultados de la explotación de la encuesta interactiva “Calcula el tamaño de tu huella ecológica... ¡y aprende como hacerla más pequeña!”