

## Econciencia: Es hora de iniciar, actívatte, por un consumo responsable y menos basura

## Econciencia: It's time to start, get active, for responsible consumption and less garbage

\**Guadalupe Vargas-Licona*<sup>a</sup>, *Dulce K. Chávez-Flores*<sup>b</sup>, *Sergio D. Hernández-Flores*<sup>c</sup>

---

### Abstract:

We live in a world where consumerism is the key to happiness, which has become an environmental problem by transforming everything we consume into trash that pollutes every corner of our planet. Let's be aware and start, the time has come to activate and put waste in its place, but above all let's reduce our footprint less consumption, waste and pollution. Let us be part of this new history so that our High School Number One, little by little be an example of sustainability. Get active, for responsible consumption and less waste.

We are consuming more natural resources of our planet than we really need to survive, the use of these resources generates waste, which can be used to the maximum to achieve zero waste, through the separation of organic and inorganic waste. With the latter, recycling can be carried out in our home or school, which can bring really important advantages for the whole society, since it reduces the need for landfills or incineration practices. What can we do? REDUCE, RECYCLE, REUSE, REPAIR, RECOVER, COMPOST, PRODUCE articles that are less harmful to the environment and promote a circular economy.

### Keywords:

*Consumerism, problem, waste, separation*

---

### Resumen:

Vivimos en un mundo donde el consumismo es la clave de la felicidad, lo que se ha convertido en un problema ambiental al transformar todo lo que consumimos en basura que contamina cada rincón de nuestro planeta. Seamos conscientes e iniciemos, llegó la hora de activarse y colocar los residuos en su lugar pero sobre todo reduzcamos nuestra huella ecológica; menos consumo, desechos y contaminación. Seamos parte de esta nueva historia para que nuestra Escuela Preparatoria Número Uno poco a poco sea un ejemplo de sustentabilidad. Actívatte por un consumo responsable y menos desechos.

Estamos consumiendo más recursos naturales de nuestro planeta de los que verdaderamente necesitamos para subsistir, el uso de estos recursos genera residuos, que pueden ser aprovechados al máximo para lograr la basura cero, a través de la separación de residuos orgánicos y residuos inorgánicos. Con estos últimos, se puede llevar a cabo el reciclar en nuestra casa o escuela, lo que puede traer consigo ventajas realmente importantes para toda la sociedad, ya que reduce la necesidad de vertederos o de prácticas de incineración ¿Qué podemos hacer? REDUCIR, RECICLAR, REUTILIZA, REPARAR, RECUPERAR, elaborar una COMPOSTA, PRODUCIR artículos menos dañinos al ambiente y favorecer una economía circular.

### Palabras Clave:

*Consumismo, problema, basura, separación*

---

## Introducción

Vivimos en un mundo donde de acuerdo a los medios de comunicación, el consumismo es la clave de la felicidad y

nos sugieren constantemente adquirir diversos artículos. Estamos consumiendo más recursos naturales de nuestro planeta de los que verdaderamente necesitamos para subsistir<sup>3,4</sup>. El uso de estos recursos genera residuos, a

<sup>a</sup> \*Guadalupe Vargas Licona, Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo, México, Escuela Preparatoria Número Uno y Naturaleza en Movimiento Ozomatli A.C. <https://orcid.org/0000-0002-2725-0865>, Email: [guadalupe\\_vargas10348@uaeh.edu.mx](mailto:guadalupe_vargas10348@uaeh.edu.mx).

<sup>b</sup> Dulce Karolina Chávez Flores, Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo, México, Escuela Preparatoria Número Uno <https://orcid.org/0000-0002-2519-4230>, Email: [dulce\\_chavez6736@uaeh.edu.mx](mailto:dulce_chavez6736@uaeh.edu.mx).

<sup>c</sup> Sergio Daniel Hernández Flores, Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo, México, Escuela Preparatoria Número Uno y Naturaleza en Movimiento Ozomatli A.C. <https://orcid.org/0000-0001-8779-4146>, Email: [sergio\\_hernandez10302@uaeh.edu.mx](mailto:sergio_hernandez10302@uaeh.edu.mx).

los que comúnmente llamamos “basura”. Esta basura termina en la calle, en basureros a cielo abierto, ríos y océanos; convirtiéndose en uno de los principales problemas ecológicos de nuestro planeta<sup>10</sup>. Tomemos conciencia y evaluemos cómo es nuestro día a día, ¿qué acciones son las que afectan al planeta desde que abrimos los ojos hasta que los volvemos a cerrar?, con todo lo que tenemos a nuestro alcance, la vida es más sencilla, lo que no necesariamente significa que sea más sana. Seamos conscientes e iniciemos, llegó la hora de activarse y colocar la basura en su lugar, pero sobre todo reduzcamos nuestra huella ecológica; menos consumo, menos basura y menos contaminación<sup>12</sup>.

## Desarrollo

Hoy en día el mundo en el que nos desarrollamos reconoce que una de las problemáticas más grandes causada por el hombre, son sus desechos convertidos en basura.

Se considera “basura” a las partes o porciones en que se descompone un objeto, materiales que ya no sirven (pueden encontrarse de forma líquida, sólida o gaseosa), que no tienen ningún uso; cosas que deseamos eliminar, de las que queremos deshacernos, desaparecerlas y que no tienen valor para seguir conservando. Son también un indicador de suciedad, falta de higiene, plagas, mal olor, desagrado a la vista, contaminación, fecalismo e impureza<sup>5</sup>.

La basura contamina cada espacio del planeta, causando problemas ambientales irreversibles como el calentamiento global, el agotamiento de los recursos naturales, la pérdida de biodiversidad y la contaminación (del aire, el agua y el suelo)<sup>2,10</sup>. No esperemos a que nuestras instituciones hagan algo ante esta problemática, es tiempo de actuar, y realizar acciones que disminuyan nuestros desechos, por ejemplo reducir nuestro consumo y ser consciente de las cosas que adquirimos, lo que por consiguiente genera menos gasto de recursos y contaminación.

Aunque en ocasiones usamos de manera indistinta el término basura y residuo, es importante contemplar que los residuos se clasifican en tres tipos:

- Residuos Sólidos Urbanos (RSU), como los que se desechan en las escuelas. Derivan de actividades domésticas en general.
- Residuos de Manejo Especial (RME), generados en los procesos productivos o de servicios, como los electrónicos.
- Residuos Peligrosos (RP), en los que se incluyen las sustancias químicas.

De estos tres, los que más impactan a la sociedad en general, es en los RSU, residuos que vienen de

actividades que no tienen características que los hagan peligrosos, para poder manejar y que puedan volver a ser útiles<sup>5,11</sup>. Se pueden reutilizar o reciclar, para que se cuide y se preserve nuestro medio ambiente. Por lo tanto, los residuos no necesariamente son basura, y sí, un adecuado manejo de los residuos disminuye la basura.

La manera más fácil de lograr la separación de los residuos y aprovecharlos al máximo para llegar a la basura cero, es a través de los dos grandes grupos, los residuos orgánicos y los residuos inorgánicos (aquí se encuentran los residuos sólidos urbanos que se pueden reutilizar).

- Orgánicos: todos aquellos de origen biológico y fácilmente biodegradables, se enlistan ejemplos
  - Desperdicios de la comida
  - Restos de plantas o animales
  - Papel de baño
  - Cabello o pelo
- Inorgánicos: constituidos por materiales no biodegradables, se enlistan ejemplos
  - Vidrio
  - Cartón
  - Plástico
  - Metales, etc.

La separación de los residuos orgánicos puede mezclarse para realizar una composta con restos de vegetales, frutas y de jardinería. A diferencia de los residuos inorgánicos los cuales es posible reducir, reciclar y reutilizar (3R).

A nivel nacional, en promedio, una persona genera casi un kilo de residuos sólidos al día, sin embargo, en la CDMX (Ciudad de México), derivado de la pandemia por Covid19, este porcentaje se elevó al doble, es decir, una familia de cuatro integrantes podría generar hasta ocho kilos de basura en una jornada de confinamiento, lo más importante es que hasta el 80% de esa basura tiene el potencial de ser reciclada y pueden transformarse en nuevos productos<sup>7,8</sup>.

Desafortunadamente, la mayoría de estos residuos se contaminan y se convierten en basura que termina en calles, ríos, ecosistemas terrestres y marinos. Alrededor del planeta existen personas que son parte de la solución y no del problema, tal es el caso del estudiante Boyan Slat, quién ante esta problemática impulsó el desarrollo de una tecnología novedosa que nos ha permitido limpiar nuestro desastre, el robot come plástico del océano “The Ocean Cleanup”<sup>9</sup>. Al igual que él, busquemos estrategias para remediar lo que ya hicimos, pero principalmente para poner un alto y reducir nuestro consumo.

Los beneficios que se pueden obtener para el medio ambiente, la economía de una nación, la sociedad y la salud del ser humano son concretos al momento de masificar el reciclaje y sensibilizar a la población. De esta forma, lo correcto sería que los gobiernos incluyeran dentro de su presupuesto el costo de un programa de reciclaje responsable, sin embargo, como lo mencionamos anteriormente, no dejamos esto solo en manos de los gobiernos, esta en manos de la ciudadanía ser socialmente responsable y “partir desde casa”.

El reciclar en nuestra casa o escuela puede traer consigo ventajas realmente importantes para toda la sociedad, ya que reduce la necesidad de vertederos o de prácticas de incineración, que cada día aumentan las emisiones de gases que contribuyen al cambio climático global. Además, genera ventajas directas para algunos sectores de la sociedad, que ven en esta técnica, un apoyo sustancial para continuar favoreciendo a personas que lo necesiten. Por otra parte, ayuda a conservar los recursos naturales como la madera al reducir el consumo de papel o maximizar el uso de las hojas de libreta, el agua al cuidarla, no contaminarla o usarla conscientemente y los minerales en el uso de aparatos electrónicos, a través de su cuidado y máximo aprovechamiento, permitiendo que el medioambiente se conserve, y así las futuras generaciones puedan disfrutar de la naturaleza y todos los servicios que podemos obtener de ella a partir de la diversidad de ecosistemas en los que se distribuye<sup>6</sup>.

### Conclusión

¿Qué podemos hacer? Aplicar las 5R (reducir, reciclar, reutilizar, reparar y recuperar):

- REDUCIR la producción de basura evitando el consumismo
- RECICLAR los principales residuos sólidos
- REUTILIZA todos los artículos que se puedan
- REPARAR objetos y aumentar su vida útil
- RECUPERAR, hacer donaciones o trueques de objetos que ya no utilizamos

Además de elaborar una COMPOSTA, mediante la basura orgánica compuesta por restos de vegetales, frutas, alimentos y residuos de jardinería y también promover la PRODUCCIÓN de artículos menos dañinos al ambiente para favorecer una economía circular.

Es posible obtener beneficios de una adecuada separación de la basura y lograr que las futuras generaciones gocen de lo indispensable para vivir, agua y aire libres de contaminantes. Es necesario cuidar los recursos naturales de los que disponemos en la actualidad. Optemos por una nueva cultura, donde la disminución y la separación de los residuos sea algo cotidiano en pro de un ambiente sano y sostenible;

contagiemos a las personas que nos rodean desde cualquier lugar en el que nos encontremos.

No dejes para mañana lo que puedes hacer hoy, iniciemos. Hagamos una mejora en nuestros hábitos y dejemos de consumir lo que no necesitamos. Ubiquemos la basura en su lugar, reutilicemos, reciclemos, hagamos composta con los residuos orgánicos y pongamos el ejemplo; entre todos podemos hacerlo posible, seamos parte de esta nueva historia en la que nuestra Escuela Preparatoria Número 1, poco a poco sea un ejemplo de sustentabilidad.

### Referencias

- [1] Aparicio A. (2009). Felicidad y aspiraciones crecientes de consumo en la sociedad postmoderna. *Revista Mexicana de Sociología*, 71:13. Disponible en: <https://www.scielo.org.mx/pdf/rms/v71n1/v71n1a4.pdf>
- [2] Araiza J., J Chávez. & J. Moreno. (2017). Cuantificación de residuos sólidos urbanos generados en la cabecera municipal de Berriozábal, Chiapas, México. *Rev. Int. Contam. Ambie.* 33: 691-699. Disponible en: <https://www.scielo.org.mx/pdf/rica/v33n4/0188-4999-rica-33-04-691.pdf>
- [3] Cutts, S. (2012). Man [Archivo de Video]. Fecha de consulta 21/08/2022. Disponible en: <https://www.youtube.com/watch?v=WfGMYdalCIU>
- [4] Cutts, S. (2014). Wake Up Call [Archivo de Video]. The Gaia Foundation. Fecha de consulta 15/07/2022. Disponible en: [https://www.youtube.com/watch?v=jd2A7lde\\_8&t=23s](https://www.youtube.com/watch?v=jd2A7lde_8&t=23s)
- [5] Galindo, P. (2002). Manual de residuos sólidos. Fecha de consulta 15/07/2022. Disponible en: [http://www.fgalindosoria.com/ecology/Recycling/manual\\_residuos\\_solidos2.htm](http://www.fgalindosoria.com/ecology/Recycling/manual_residuos_solidos2.htm)
- [6] García C, J. B., Arvizu López, B. A., López Sánchez, R., & Arvizu Narváez, A. C. (2015). Sensibilización y separación de basura de la Comunidad Universitaria. *Educatateconciencia*, 8: 164-176. Disponible en: <http://dspace.uan.mx:8080/jspui/handle/123456789/119>
- [7] García, M. (2020). Generación de basura creció hasta en 8Kg por familia en 1 día, es vital reciclar: bióloga. Portal. 14/09/22. Fecha de consulta 24/08/2022. Disponible en: <https://diariportal.com/2020/09/14/generacion-de-basura-crecio-hasta-en-8kg-por-familia-en-1-dia-es-vital-reciclar-biologa/#:~:text=En%20promedio%2C%20una%20persona%20genera,.en%20una%20jornada%20de%20confinamiento.>
- [8] Instituto Nacional de Ecología y Cambio Climático. (2007). Anexo III Descripción y Cálculo de Indicadores Generales. Fecha de consulta 17/08/2022. Disponible En: <Http://Www2.Inecc.Gob.Mx/Publicaciones2/Libros/344/Anexo3.Html>
- [9] Mark, R. (2021). Este robot se come la basura #TeamSeas. Fecha de consulta 24/08/2022. Disponible En: <https://www.youtube.com/watch?v=UFR32v7R7RQ&t=11s>
- [10] Rondón, E., M. Szantó, J. Pacheco, E. Contreras, & A. Gálvez. (2016). *Guía general para la gestión de residuos sólidos domiciliarios*. Fecha de consulta 17/08/2022. Disponible en: <https://www.cepal.org/es/publicaciones/40407-guia-general-la-gestion-residuos-solidos-domiciliarios>
- [11] Sistema Nacional de Información Ambiental y de Recursos Naturales-SEMARNAT. (2012). Residuos. Fecha de consulta 24/08/2022. Disponible en: [https://apps1.semarnat.gob.mx:8443/dgeia/informe\\_12/pdf/Cap7\\_residuos.pdf](https://apps1.semarnat.gob.mx:8443/dgeia/informe_12/pdf/Cap7_residuos.pdf)
- [12] SEMARNAT. 2018. Residuos sólidos urbanos, la otra cara de la basura. Fecha de consulta 24/08/2022. Disponible en:

[https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/39412/RESIDUOS\\_SOLIDOS\\_URBANOS-\\_ENCARTE.pdf](https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/39412/RESIDUOS_SOLIDOS_URBANOS-_ENCARTE.pdf)