



## Consumo sostenible [Nivel 1]

Lección 1 / Actividad 1

Pacto naturaleza ser humano

### IMPORTANTE

Para resolver tu actividad, **guárdala** en tu computadora e **imprímela**.

Si lo deseas, puedes conservarla para consultas posteriores ya que te sirve para reforzar tu aprendizaje. No es necesario que la envíes para su revisión.

### Propósito de la actividad

Identificar hábitos en su rutina que contribuyen al cambio climático.

### Practica lo que aprendiste

- I. Busca una nota en internet relacionada con la contaminación y el cambio climático.  
  
Asegúrate de que provenga de una fuente confiable, busca en páginas de divulgación científica o instituciones académicas.
  - a) ¿Has notado algunos cambios o efectos de la contaminación en el lugar donde vives? ¿Cuáles son?
  - b) ¿Qué consecuencia te preocupa más o te parece más alarmante?
- II. Enlista 5 alimentos que no faltan cuando haces tus compras de abasto:
  - a) Lee las etiquetas y busca los ingredientes en internet. ¿Son saludables?
  - b) Busca información en internet sobre la marca o empresa que los produce. ¿Son éticos social y ecológicamente?
  - c) Busca un producto alternativo que cumpla con estándares de responsabilidad social, económica y ecológicamente.
- III. Enlista los productos de higiene personal que utilizas en tu rutina diaria.
  - a) ¿Cuántos productos son?
  - b) ¿De cuáles puedes prescindir?
  - c) Busca opciones alternativas que generen un impacto ecológico menor.
  - d) Vende, dona o regala aquellos que tengas en casa y no utilices.



IV. Analiza la dimensión de tu contaminación.

a) Selecciona si cuentas con los siguientes aparatos o servicios:

Tengo...	Sí	No
Chip de telefonía		
Celular		
Tableta		
Consola		
Batería externa		
Audífonos		
Reloj inteligente		
Televisión o pantalla		
Dispositivo de mando a distancia para pantallas		
Asistente inteligente de casa basado en voz		
Automóvil		
Servicio de internet		
Servicio de video en streaming		
Servicio de música en streaming		

Reflexión:

¿Requieres todos los dispositivos con los que cuentas?

¿Aprovechas completamente sus funciones?

b) Responde las siguientes preguntas:

¿Cuántas prendas nuevas compraste en los últimos 6 meses?

¿Utilizas toda la ropa y zapatos que tienes en tu armario?

¿Cada cuánto renuevas tus prendas y cuántas compras en promedio?



Reflexión:

Busca la huella ecológica de cada prenda adquirida en los últimos 6 meses.

¿Tienes prendas que puedas donar, intercambiar o regalar?

V. Es muy complicado modificar todos tus hábitos o estilo de vida; sin embargo puedes comenzar eligiendo uno y enfocarte en ello. Los cambios individuales son importantes.

1. Elige una lucha con la que simpatices.
2. Haz un compromiso.
3. Esfuérate por cumplirlo.

Algunos ejemplos de compromisos que puedes hacer son:

*Ariel lleva 2 años sin consumir carne de cerdo.*

*Nohemí liberó a los canarios que tuvo durante 5 años en su hogar.*

*Catalina junta el cartón, aluminio y PET que se genera en su hogar y lo lleva a un centro de reciclaje cada dos meses.*

*Oscar inició un sistema de trasplante y reproducción de plantas en su hogar; cuando tiene nuevas plantas las intercambia o regala a sus amigos para evitar la compra en invernaderos.*

**Si te enfocas en una sólo acción, es sencillo consolidar un hábito. Después puedes comenzar nuevas acciones para lograr un estilo de vida sostenible.**