GUÍA INFORMATIVA

Medio Ambiente



Greendale Para Todos

AYUNTAMIENTO DE
CÁDIZ

MEDIO AMBIENTE Y LA ECOLOGÍA

★ Medio Ambiente

El medio ambiente es todo lo que nos rodea: el aire que respiramos, el agua que bebemos, las plantas, los animales y también las personas. Es el lugar donde vivimos y del que obtenemos todo lo que necesitamos para sobrevivir: alimento, energía y materiales.

★ Ecología

La ecología, en cambio, es la ciencia que estudia cómo los seres vivos se relacionan entre sí y con su entorno. Por ejemplo, cómo las abejas ayudan a las flores, cómo los árboles limpian el aire o cómo los ríos dan vida a los bosques.Entender estos temas es importante porque nos ayuda a cuidar mejor el planeta. Si aprendemos cómo funcionan los ecosistemas y cómo nuestras acciones los afectan, podremos tomar decisiones más responsables y construir un futuro más sano para todos.



PROPÓSITO

Esta guía tiene una serie de propósitos y guías:

★ **Fomentar la conciencia ambiental:** explicar por qué lo que hacemos día a día (comprar, comer, desechar) tiene efectos directos sobre la salud del planeta y de las personas.
★ **Visibilizar la importancia del reciclaje**: La importancia de la reutilización de elementos y residuos que nos llevan cada día mas cerca de una vida sana para el planeta.
★ **Cómo conectar la vida diaria con el cuidado del planeta:** qué cambiar ya en casa, en la escuela y en la comunidad; cómo montar puntos de reciclaje; cómo repartir tareas para que no recaigan siempre en las mismas personas; y qué herramientas digitales y comunitarias usar.



LA NATURALEZA COMO SISTEMA VIVO

Piensa en la naturaleza como un gran sistema vivo y conectado: **aire, agua, suelo, plantas, animales y seres humanos interactúan continuamente.** Si uno falla, el efecto se propaga.

Por ejemplo, la deforestación y erradicación del hábitat natural donde convivimos con las abejas propensa la desaparición de éstas. Sin abejas habrá mucha menos polinización lo que implica pérdida de ecosistemas y plantas, algo vital para el crecimiento del oxígeno.



Entender esto nos ayuda a actuar con sentido: las soluciones que mejoran un elemento (p. ej. reducir residuos plásticos) a menudo mejoran otros (menor contaminación de suelos y ríos, menos microplásticos en la cadena alimentaria).

PRINCIPIOS DE LA ECOLOGÍA

★ La naturaleza funciona por ciclos:

El agua se evapora y vuelve en lluvia. Las plantas crecen y devuelven materia al suelo en forma de hojas que se descomponen, los microorganismos transforman eso en nutrientes. Cuando tiramos recursos (por ejemplo, un envase que lleva 200 años en degradarse), interrumpimos ese ciclo. Este ciclo de vida natural de la tierra es vital para nuestra supervivencia.





Si queremos volver a integrarnos en el ciclo, debemos: reducir la extracción, reusar lo posible, reparar, y reciclar lo que quede.

Cada material tiene un Ciclo Natural. Nuestra tarea es que los productos sigan ciclos útiles y no queden como residuos eternos.

LA NATURALEZA EN ACCIÓN

Nuestro planeta funciona como un gran sistema en equilibrio, donde cada parte cumple un papel esencial. El aire, el agua, el suelo, los animales y las plantas están ligados entre sí, y también con nosotros, los seres humanos. Cuando una de estas partes se altera todo el sistema se ve afectado. Cuidar el aire que respiramos, el agua que bebemos y los suelos que nos dan alimento no es solo una cuestión ambiental, sino también de salud, bienestar y futuro. Entender cómo se conectan estos elementos nos ayuda a ver que cada acción cuenta: desde reducir emisiones y reciclar, hasta proteger a los polinizadores y evitar el desperdicio.

★ **Aire limpio** implica salud respiratoria. El aire contaminado empeora el asma y otras enfermedades respiratorias; reducir emisiones (menos quemas, mejor gestión de residuos, transporte sostenible) mejora la salud.

★ **Agua limpia** implica seguridad alimentaria. Vertidos y plásticos en ríos llegan al mar; bioacumulación en peces afecta pesca y salud humana.

★ **Suelo sano** implica alimentos sanos y biodiversidad. Los suelos que reciben compost de calidad son más fértiles y retienen más agua.

PELIGROS PARA LA NATURALEZA

Aunque la Tierra nos brinda todo lo que necesitamos para vivir, nuestras acciones ponen en riesgo el equilibrio natural.

★ **Contaminación del aire, agua y suelo**

La quema de combustibles, el uso de plásticos, los vertidos industriales y la mala gestión de residuos liberan sustancias tóxicas que contaminan el aire que respiramos, el agua que bebemos y los suelos donde crecen nuestros alimentos. Esto recae en la generación de enfermedades respiratorias, pérdida de fertilidad del suelo y afectación de ecosistemas acuáticos.

★ **Deforestación**

Cada año se talan millones de hectáreas de bosques para obtener madera, ampliar zonas agrícolas o construir ciudades. Las consecuencias son atroces: pérdida de hábitats para miles de especies, aumento del CO_2 en la atmósfera y alteración del ciclo del agua.

★ **Exceso de residuos y plásticos**

Cada año, millones de toneladas de plástico terminan en océanos y ríos, afectando a peces, aves y otros animales que los ingieren o quedan atrapados. Esto trae consecuencias: contaminación marina, muerte de fauna y microplásticos en la cadena alimentaria humana.

CAMBIO CLIMÁTICO

El Cambio Climático es uno de los mayores desafíos ambientales que enfrenta la humanidad. Se refiere al aumento progresivo de la temperatura promedio del planeta debido, principalmente, al exceso de gases de efecto invernadero en la atmósfera, como el dióxido de carbono (CO_2), el metano (CH_4) y el óxido nitroso (N_2O). Estos gases se generan sobre todo por la quema de combustibles fósiles (carbón, petróleo y gas), la deforestación, la ganadería intensiva y ciertos procesos industriales. Cuando se acumulan en la atmósfera, forman una especie de "capa" que atrapa el calor del sol, impidiendo que escape al espacio, lo que hace que la Tierra se caliente más de lo normal. Este fenómeno, conocido como calentamiento global, está alterando el clima del planeta a un ritmo sin precedentes en la historia moderna.





CAMBIO CLIMÁTICO (CONSECUENCIAS)

Las consecuencias del cambio climático son visibles en todo el mundo:

★ Derretimiento de los glaciares y los polos está elevando el nivel del mar, poniendo en riesgo a millones de personas que viven en zonas costeras.

★ Las sequías prolongadas y las olas de calor afectan la agricultura y el suministro de agua

★ Los incendios forestales son cada vez más frecuentes e intensos; y los fenómenos meteorológicos extremos, como huracanes o inundaciones, se vuelven más destructivos.



Además, los ecosistemas están cambiando: muchas especies se ven obligadas a desplazarse o desaparecen porque no pueden adaptarse a las nuevas condiciones. Esto no solo afecta a la naturaleza, sino también a la salud humana, la economía y la seguridad alimentaria.

CAMBIO CLIMÁTICO (INTERVENCIÓN)

Según el Panel Intergubernamental sobre el Cambio Climático (IPCC, 2023), si no se reducen drásticamente las emisiones, la temperatura media global podría aumentar más de 2 °C para finales de este siglo, superando el límite que los científicos consideran "seguro". Este incremento tendría efectos irreversibles, como la pérdida masiva de ecosistemas marinos y terrestres, el avance de la desertificación y la escasez de alimentos en muchas regiones. Sin embargo, aún es posible mitigar sus impactos: apostar por las energías renovables, proteger los bosques, cambiar los hábitos de consumo y reducir la contaminación son pasos clave para frenar el cambio climático y garantizar un futuro sostenible.



¿QUÉ PODEMOS HACER?

Según el Panel Intergubernamental sobre el Cambio Climático (IPCC, 2023), si no se reducen drásticamente las emisiones, la temperatura media global podría aumentar más de 2 °C para finales de este siglo, superando el límite que los científicos consideran "seguro". Este incremento tendría efectos irreversibles, como la pérdida masiva de ecosistemas marinos y terrestres, el avance de la desertificación y la escasez de alimentos en muchas regiones. Sin embargo, aún es posible mitigar sus impactos: apostar por las energías renovables, proteger los bosques, cambiar los hábitos de consumo y reducir la contaminación son pasos clave para frenar el cambio climático y garantizar un futuro sostenible.





¿QUÉ PODEMOS HACER EN CASA?

El cambio climático puede parecer un problema enorme, pero cada persona puede aportar con pequeñas acciones que, juntas, marcan una gran diferencia.

★ **Usar menos energía y elegir fuentes limpias:** apagar las luces, aprovechar la luz natural, usar bombillas de bajo consumo y apoyar la energía solar o eólica reduce miles de toneladas de CO_2 al año.

★ **Moverse de forma sostenible:** caminar, usar la bicicleta, el transporte público o compartir coche disminuye notablemente la contaminación del aire y mejora la salud.

★ **Cuidar lo que comemos** : reducir el consumo de carne, preferir alimentos locales y de temporada, y evitar tirar comida reduce emisiones y desperdicios.

★ **Reducir, reutilizar y reciclar: Ayuda** a frenar el exceso de basura y el uso de plásticos. Comprar solo lo necesario, reparar lo que se daña y separar correctamente los residuos son gestos simples con gran impacto.

Informarse y actuar, compartiendo lo que aprendemos y participando en proyectos o campañas ambientales que promuevan el cuidado del planeta Así como apoyar políticas, empresas y proyectos sostenibles impulsa cambios más grandes a nivel social y económico. Cada elección desde cómo nos movemos hasta qué compramos cuenta para construir un futuro más limpio y equilibrado.

RECICLAJE

El reciclaje es una de las formas más sencillas y efectivas de cuidar el planeta. Cuando reciclamos, reducimos la contaminación, ahorramos energía y disminuimos la extracción de recursos naturales.

El primer paso es clasificar los desechos. No todo va en la misma bolsa:

- **Envases y plásticos**: botellas, latas, tapones, envases de yogur, bolsas limpias.
- **Papel y cartón**: cajas, revistas, folletos, libretas (sin grapas ni cinta adhesiva).
- **Vidrio**: botellas, frascos y tarros (sin tapas ni corchos).
- **Orgánicos**: restos de comida, cáscaras, posos de café, hojas secas (pueden convertirse en compost).

★ *Importante: enjuaga los envases antes de tirarlos y evita mezclar materiales distintos (por ejemplo, quitar tapas o etiquetas de metal del vidrio).*

Antes de tirar algo, piensa si puede tener otro uso. Los frascos de vidrio pueden servir para guardar alimentos, las cajas de cartón para organizar objetos, y la ropa vieja para hacer bolsas o trapos. Reutilizar es aún mejor que reciclar, porque evita generar residuos desde el principio.

ACCIONES SOCIALES COMUNITARIAS

Cuidar el planeta empieza con pequeños pasos, y cada persona puede ser parte del cambio desde su casa, su escuela o su barrio.

- **Compostaje comunitario:** barrios que instalan un compostador en un huerto urbano y asignan turnos, visitas escolares y distribución del compost entre participantes.
- **Mercadillos de intercambio:** trueque de ropa y objetos que reduce residuos y fortalece tejido social.
- **Campañas de limpieza y reciclaje:** Organizar jornadas para limpiar parques, riberas de ríos o calles del barrio, combinadas con la separación de residuos y reciclaje. Pueden incluir concursos o actividades lúdicas para motivar la participación.
- **Talleres y charlas educativas:** Invitar a expertos o vecinos con conocimientos sobre sostenibilidad para enseñar compostaje, reciclaje, energía renovable o cuidado de la biodiversidad. Las actividades pueden dirigirse a niños, jóvenes o adultos.

Cuidar el medio ambiente es más divertido
y efectivo cuando se hace en grupo.

JUSTICIA CLIMÁTICA Y JUSTICIA SOCIAL

No todo el mundo sufre los mismos impactos: los que menos contaminan muchas veces son quienes menos sufren las peores consecuencias. Además, en muchos lugares las tareas de gestión de residuos (separar, transportar, vender material reciclable) recaen en mujeres y personas en situación de vulnerabilidad. La justicia climática exige que las medidas para mitigar el cambio climático incluyan a quienes históricamente han sido excluidos o explotados



REFERENTES INSPIRADORES



Greta Thunberg (Suecia 2003)
Joven activista sueca que inició el movimiento Fridays for Future, convocando a estudiantes a manifestarse frente a los parlamentos para exigir acciones reales contra el cambio climático. Ha hablado ante la ONU y ha inspirado a millones de jóvenes en todo el mundo.



Wangari Maathai (Kenia, 1940-2011)
Fundadora del Movimiento Cinturón Verde, promovió la reforestación y la participación comunitaria, plantando millones de árboles y empoderando a mujeres en Kenia. Fue la primera mujer africana en recibir el Premio Nobel de la Paz (2004) por su trabajo en medio ambiente y desarrollo sostenible.



Christiana Figueres (Costa Rica, 1956)
Diplomática clave en la lucha contra el cambio climático, lideró la Convención Marco de la ONU sobre Cambio Climático (CMNUCC) durante las negociaciones del Acuerdo de París (2015), un hito histórico que unió a casi todos los países del mundo para limitar el calentamiento global.



Bill McKibben (Estados Unidos, 1960)
Periodista y activista ambiental, fundador de 350.org, organización internacional que lucha contra los combustibles fósiles y promueve la acción ciudadana. Su trabajo ha generado campañas de alcance global y ha influido en políticas ambientales en varios países.

ROLES DE GÉNERO EN EL RECICLAJE

★ **¿Por qué hablar de género en algo aparentemente técnico?**
Porque las decisiones y las labores no son neutras: en muchas culturas y hogares, las tareas domésticas (incluyendo la separación de residuos, el compostaje, la compra responsable) recaen más en mujeres; en la gestión pública, las políticas que no consideran ese reparto suelen exacerbar desigualdades. Además, en la recolección informal y la economía del reciclaje (las personas que recogen material de la calle o de vertederos) hay un porcentaje importante de mujeres y migrantes que sufren precariedad laboral y falta de reconocimiento. Integrar perspectiva de género mejora la eficacia: sistemas inclusivos logran mayor participación y mejor separación.

- ★ **Tareas invisibles:** preparación de alimentos, limpieza y gestión de residuos del hogar no suelen ser contabilizadas como trabajo. Eso crea doble jornada (trabajo remunerado + trabajo de cuidados).
- ★ **Impacto en tiempo y autonomía**: si la municipalidad exige desplazamientos para llevar residuos a puntos lejanos, quien tiene menos tiempo (frecuentemente mujeres con cargas de cuidado) puede quedar excluida de participar o cumplir con la separación.
- ★ **Economía informal:** muchas recicladoras trabajan largas horas en condiciones inseguras; su organización (cooperativas, sindicatos) ha demostrado mejorar ingresos y condiciones cuando son reconocidas oficialmente.

CONCEPTOS CLAVE

★ **Sostenibilidad**: satisfacer nuestras necesidades presentes sin comprometer que las futuras generaciones puedan satisfacer las suyas.

★ **Economía circular:** modelo económico que prioritiza el diseño para la durabilidad, la reparación, la reutilización y el reciclaje, evitando el "usar y tirar".

★ **Consumo responsable:** elegir productos con menos embalaje, más duraderos o reparables, o con modelo refill (recarga).

★ **Biodiversidad:** Es la variedad de seres vivos que existen en la Tierra: animales, plantas, hongos y microorganismos. Cuanta más biodiversidad hay, más fuerte y equilibrado es un ecosistema.

★ **Huella ecológica**: Es la cantidad de recursos naturales que usamos para vivir (agua, energía, alimentos, transporte, etc.). Mide el impacto de nuestras acciones sobre el planeta.

★ **Reciclaje**: Proceso mediante el cual transformamos materiales usados en nuevos productos, evitando generar más basura y usando menos recursos.

Energías renovables: Son fuentes de energía que no se agotan y que contaminan menos, como el sol, el viento o el agua en movimiento.

BIOGRAFÍA

- World Bank — What a Waste 2.0 (proyecciones globales y datos sobre residuos). Data Topics
- OHCHR / UN — Reconocimiento del derecho a un medio ambiente sano. **Comisión de Derechos Humanos de la ONU**
- FAO / IPBES — Importancia de polinizadores (abejas) para la producción de alimentos. FAOHome+1
- WHO — efectos de la contaminación del aire en la salud (asma y más). **Organización Mundial de la Salud**
- Ecoembes (España) — información práctica sobre colores de contenedores y la app RECICLOS. Ecoembes Reduce Reutiliza y Recicla+1
- UNEP — contaminación plástica y efectos sobre tortugas y fauna marina. **UNEP - UN Environment Programme**
- WIEGO — Gender & Waste toolkit (integración de perspectiva de género en proyectos de reciclaje).
- Organización Mundial de la Salud (OMS), Air Pollution and Health, 2023.
- Programa de las Naciones Unidas para el Medio Ambiente (UNEP), Clean Water and Healthy Ecosystems, 2023.
- Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO), Soil Biodiversity and Sustainable Food Systems, 2022.