

CHARLAS DE 5 MINUTOS



MEDVIDA
SALUD OCUPACIONAL



CONSCIENCIA AMBIENTAL



WWW.MEDVIDASALUD.COM

CONSCIENCIA AMBIENTAL

DEFINICIÓN



La conciencia ambiental se refiere a la comprensión y la preocupación activa que las personas y las comunidades tienen en relación con el estado y la preservación del medio ambiente. Implica una profunda consideración de cómo nuestras acciones y decisiones diarias impactan en el entorno natural, los recursos naturales y la biodiversidad del planeta. La conciencia ambiental promueve la adopción de prácticas sostenibles, la conservación de recursos, la reducción de la contaminación y la búsqueda de soluciones que ayuden a mitigar los problemas ambientales, con el objetivo de crear un futuro más saludable y equilibrado para las generaciones presentes y futuras.



- 1** Afine su carro, podadora y otros equipos con motor.
- 2** Use carros más nuevos en climas cálidos y en viajes con muchas paradas. Estos contaminan menos.
- 3** Evite dejar el motor del carro encendido - es una de las principales fuentes de contaminación proveniente de los carros.
- 4** Recicle el aceite refrigerante y de motor.
- 5** Transpórtese en bicicleta, en vehículos compartidos ó utilice el servicio de transporte público.
- 6** Busque productos químicos peligrosos en casa e intente reducirlos.
- 7** Transforme en casa desechos en abono, ó únase con los vecinos para iniciar un sitio de desechos en el vecindario.
- 8** Implemente programas de reciclaje en su área de residencia.
- 9** Encuentre usos nuevos para cosas que usualmente descarta.
- 10** Busque productos con un empaque mínimo y/o empacados en material reciclable.
- 11** Cámbiese a sanitarios "ahorradores de agua" ó reduzca el nivel de agua en los existentes.
- 12** Arregle las fugas de agua en las tuberías; recoja el agua lluvia para jardines y prados.
- 13** Coloque cubiertas de desechos naturales sobre las plantas, para reducir el uso de fertilizantes.
- 14** Apague la luz cuando salga de un sitio.

15

Controle el calentador de agua y la calefacción/aire acondicionado para ahorrar energía.

16

Use termostatos auto-ajustables.

17

Haga mantenimiento regular a la calefacción, aire acondicionado y electrodomésticos.

18

Utilice los servicios de profesionales para el aire acondicionado y la nevera, para evitar escapes de freón (CFC).

19

Ajuste las ventanas y puertas con fisuras. Cuando haga mal tiempo, utilice bandas para sellar.

20

Lave la ropa temprano en la mañana ó tarde en la noche para ahorrar costos del aire acondicionado..

21

Siembre un árbol.

22

Pode, limpie ó mejore la salud de un árbol existente.

23

Enseñe a un niño, grupo de jóvenes ó de scouts, sobre el cuidado de los árboles.

