

# Consumo Responsable

El consumo responsable es, la elección de productos y servicios no sólo basándonos en su calidad y precio, sino también por su impacto ambiental y social y por la conducta de las empresas que los elaboran.

Para entender mejor el “consumo responsable” podemos empezar por hacernos algunas preguntas clave antes de hacer cualquier compra, las cuales nos servirán de guía para saber si realmente necesitamos eso que queremos comprar, por ejemplo:

¿Necesito lo que voy a comprar? ¿Cuántos tengo ya? ¿Cuánto lo voy a usar? ¿Cuánto me va a durar? ¿He buscado información para conseguir mejor calidad y mejor precio? ¿Está hecho con materiales reciclables? ¿Voy a poder mantenerlo? ¿Cómo afecta mi vida diaria si no lo compro? ¿Qué beneficios trae a mi vida? entre muchas otras.

Una vez que hayas pensado en las preguntas anteriores también es importante considerar algunos puntos clave para un consumo responsable, como:

- Evitar los productos de “usar y tirar” si no son estrictamente necesarios
- Re-usar las bolsas de plástico que te dan en los supermercados y de ser posible llevar tus propias bolsas de tela.
- Si utilizas productos desechables, procura que sean de materiales compostables, biodegradables o, en todo caso, reciclables.
- Asegúrate de la calidad de lo que compras, intenta adquirir bienes más saludables y duraderos.
- Busca alternativas que minimicen la explotación de los recursos naturales: segunda mano, reutilizar, intercambios, reparaciones, etc.

Dentro de las expresiones más usadas en cuanto a consumo responsable se refiere, el término “Productos Orgánicos” es de los más usados, también llamados “Productos Ecológicos” los cuales son artículos vegetales, animales o de sus derivados, los cuales se producen y elaboran con sustancias naturales. Dichos productos evitan el uso de plaguicidas, fertilizantes o químicos en general, están libres de hormonas, antibióticos, residuos de metales pesados, no utilizan colorantes o saborizantes artificiales así como tampoco utilizan Organismos Genéticamente Modificados (OGM).

Consumir productos orgánicos tiene muchas ventajas como por ejemplo:

- No dañan la salud, debido a que son productos libres de residuos tóxicos
- Están libres de aditivos que pueden producir enfermedades cardiacas, osteoporosis, migraña e hiperactividad.
- Al producirlos se protege la fertilidad del suelo, los mantos acuíferos y las emisiones en su producción son menores que la de los productos convencionales.
- Cuando se trata de productos animales, estos se desarrollan de forma natural, con espacio natural, sin hormonas de crecimiento ni antibióticos.

En la actualidad podemos encontrar productos orgánicos más fácilmente en supermercados, tiendas orgánicas locales y muchas veces en el mercado de tu localidad. Si investigas un poco más encontraras y conocerás productores que siguen ciertas prácticas de agricultura libre de pesticidas y/o químicos. Además siempre tendrás la opción de cosechar tus propios alimentos en el jardín, azotea y patío de tu casa o departamento.

No olvides que consumir productos locales, productos orgánicos, productos de comercio justo, productos reciclados o reutilizados son sin duda las mejores opciones medioambientales y sociales pues además de cuidar tu salud contribuyes con la economía local de tu comunidad.

Antes de imprimir esta guía de consejos, piensa en el medio ambiente. ¡No imprimas si no es necesario!