

Consumo consciente y gestión de los residuos: aspectos clave para el cuidado del medio ambiente¹

Conscious Consumption and Waste Management: Key Aspects for Care of the Environment

Pardo Delgado, Melvy Patricia²
Colectivo de Sistemas Alimentarios Sostenibles
Cochabamba, Bolivia

RESUMEN

El documento pretende ser un aporte a los procesos de sensibilización y educación ciudadana en relación a la importancia de impulsar hábitos de consumo más conscientes como estrategia efectiva para la reducción de residuos sólidos. Se realiza un breve análisis de contexto con datos actualizados a nivel general, para dar cuenta de la problemática creciente que deriva de la inadecuada gestión de los residuos sólidos; enfatizando aspectos negativos que provienen de un excesivo consumo, fruto del modelo de desarrollo vigente. Luego se identifica posibles alternativas de solución, desde el paradigma del consumo consciente; dando cuenta de sus características, valorando el compromiso social, económico y ambiental que implica su ejercicio. Finalmente, se presenta prácticas sencillas y cotidianas que pueden marcar la diferencia entre prácticas de consumo vigentes y uno consciente. Si bien, se reconoce la importancia de la generación de acciones de incidencia para la generación de política pública responsable, en este documento se enfatiza en la necesidad de generar mayor conciencia en consumidores/as, como parte de la corresponsabilidad que debería caracterizar cada una de nuestras acciones.

-
- 1 Postulado el 18 de noviembre de 2024, aceptado el 3 de diciembre, 2024.
 - 2 Diplomada en Educación Superior. Licenciada en Trabajo Social. Coordinadora técnica del Colectivo de Sistemas Alimentarios Sostenibles. Responsable de redacción de proyectos. Coordinación de proyectos y Coordinación de Proyectos. Responsable del Programa Participación y Democracia del CIOEC. Consultora en diversos proyectos a través de instituciones como INDICEP, NATIVA, CIPCA Cochabamba, Cooperación Sueca, Habitat para la Humanidad Bolivia. Amplia experiencia en procesos de fortalecimiento organizativo de comunidades rurales, principalmente para visibilizar a las mujeres en el rol de productoras, tanto en su aporte a la economía como en la generación de la vida, promoviendo la redistribución de las tareas desde el enfoque de la economía de los cuidados.
Email: melvymaya2000@yahoo.es

Palabras clave

Consumo consciente, gestión de residuos, medio ambiente, educación ambiental, sostenibilidad ambiental.

Abstract

The document is intended as a contribution to the processes of public awareness and education regarding the importance of promoting more conscious consumption habits as an effective strategy for the reduction of solid waste. A brief context analysis is made with updated data at a general level, to account for the growing problem derived from the inadequate management of solid waste, emphasizing negative aspects that come from excessive consumption, as a result of the current development model. Then, possible alternative solutions are identified, based on the paradigm of conscious consumption, giving an account of its characteristics, valuing the social, economic and environmental commitment implied by its exercise. Finally, it presents simple and daily practices that can make the difference between current consumption practices and a conscious one. Although the importance of generating advocacy actions for the generation of responsible public policy is recognized, this document emphasizes the need to generate greater awareness among consumers, as part of the co-responsibility that should characterize each of our actions.

Keywords

Conscious consumption, waste management, environment, environmental education, environmental sustainability.

1. Introducción

La gestión de los residuos sólidos urbanos (RSU) se ha vuelto un problema serio y omnipresente en las aglomeraciones urbanas. Según datos de la ONU, en la actualidad, 540 millones de toneladas de residuos sólidos urbanos, equivalentes al 27% del total mundial no se recogen adecuadamente. Existen cuatro grandes tipos de residuos: residuos industriales, agrícolas, residuos sanitarios y los residuos sólidos urbanos (también conocidos como RSU). (Programa de las Naciones Unidas para el Medio Ambiente, 2024). Estos últimos son todos aquellos residuos no peligrosos generados en hogares, comercios, oficinas y servicios que desarrollan su actividad en cualquier tipo de establecimiento. Asimismo, se integran en esta definición los derivados de la limpieza de las vías públicas, zonas verdes y playas.

Existen diferentes causas para la generación de RSU como los siguientes: diseño de los productos que desde su origen fueron con-

cebidos para ser basura, como es el caso de las envolturas y empaques; fenómenos de consumismo, a medida que el ser humano ha evolucionado ha tenido la posibilidad de adquirir bienes, productos y servicios lo que ha incrementado los residuos; malos hábitos, estos también han contribuido en la acumulación de basuras en diferentes lugares del mundo trayendo consigo otras problemáticas como contaminación de aguas, malos olores y gases de efecto invernadero por la descomposición, plagas, enfermedades, entre otras.

Entre los graves problemas ambientales y de salud generados por los RSU se encuentran la contaminación del agua, inundaciones locales, incremento de enfermedades transmitidas por mosquitos, además de su aporte al calentamiento global.

El objetivo de este ensayo es analizar la problemática ambiental desde su vinculación con los residuos sólidos y a partir de lo planteado por el informe “Perspectivas mundiales de gestión de residuos, 2024 (Global Waste Management Outlook, 2024)” presentado por el Programa de las Naciones Unidas para el Medio Ambiente (PNUMA, 2024). Se pretende contribuir a la reflexión sobre el consumo responsable a fin de generar conciencia respecto a la emergencia de la sostenibilidad ambiental y perfilar acciones de intervención conjunta.

2. Desarrollo

El informe “Perspectivas mundiales de gestión de residuos 2024 (GWMO 2024)” del PNUMA (2024), titulado “Más allá de una era de residuos: convertir la basura en un recurso”, ofrece la actualización más sustancial sobre la generación mundial de residuos y el costo de los residuos y su gestión desde 2018. El análisis utiliza evaluaciones del ciclo de vida para explorar lo que el mundo podría ganar o perder si continúa con sus actividades habituales, adopta medidas a medias o se compromete plenamente con sociedades de cero residuos y economía circular.

Según el informe, se prevé que la generación de residuos sólidos urbanos aumente de 2.300 millones de toneladas en 2023 a 3.800 millones de toneladas en 2050. En 2020, el coste directo mundial de la gestión de residuos se estimó en 252.000 millones de dólares. Sin embargo, si se tienen en cuenta los costes ocultos de la contaminación, la mala salud y el cambio climático derivados de las malas prácticas de eliminación de residuos, el coste aumenta a 361.000 millones de dólares. Si no se adoptan medidas urgentes en materia de gestión de residuos, en 2050 este coste anual mundial podría casi duplicarse hasta alcanzar la asombrosa cifra de 640.300 millones de dólares.

La generación de residuos está intrínsecamente vinculada al PIB, y muchas economías de rápido crecimiento luchan contra el peso de este rápido aumento de los residuos. Al identificar medidas viables para un futuro con más recursos y enfatizar el papel fundamental de los responsables de la toma de decisiones en los sectores público y privado para avanzar hacia el objetivo de cero residuos, esta perspectiva mundial sobre la gestión de residuos puede ayudar a los gobiernos a evitar que se pierdan oportunidades para crear sociedades más sostenibles y garantizar un planeta habitable para las generaciones futuras.

El informe muestra que controlar los residuos mediante la adopción de medidas de prevención y gestión de los mismos podría limitar los costos anuales netos a 270.200 millones de dólares en 2050. Sin embargo, las proyecciones muestran que un modelo de economía circular, en el que la generación de residuos y el crecimiento económico se desvinculen mediante la adopción de medidas de prevención de residuos, prácticas empresariales sostenibles y una gestión integral de los residuos, podría de hecho generar una ganancia neta total de 108.500 millones de dólares al año.

Las conclusiones de este informe demuestran que el mundo necesita urgentemente adoptar un enfoque de cero residuos y, al mismo tiempo, mejorar la gestión de los residuos para evitar una contaminación significativa, emisiones de gases de efecto invernadero e impactos negativos para la salud humana. La contaminación causada por los residuos no conoce fronteras, por lo que es de interés para todos comprometerse con la prevención de los residuos e invertir en la gestión de los residuos allí donde no se dispone de ellos.

Los residuos urbanos representan todo un desafío para administraciones públicas y usuarios. Al mismo tiempo, su tratamiento cuenta con ciertas ventajas respecto a otros tipos de desechos. El reciclaje de residuos en hogares, centros de trabajo y espacios públicos, y los puntos localizados para su depósito/recogida han optimizado notablemente la logística, gestión, aprovechamiento y rentabilidad de los mismos. Las oportunidades generadas por los residuos urbanos están directamente relacionadas con la economía circular. Frente al sistema lineal de usar y tirar, el modelo circular de los residuos urbanos trata de mantener en el ciclo productivo el mayor tiempo posible los bienes y reducir el desperdicio alimentario.

2.1. El desperdicio de alimentos como una de las causas

El Informe sobre el “Índice de desperdicio de alimentos 2024”, elaborado por el PNUMA indica que los hogares de todos los continentes desperdiciaron el equivalente a más de 1.000 millones de

comidas cada día durante 2022, mientras 783 millones de personas padecían hambre y un tercio de la humanidad atravesaba una situación de inseguridad alimentaria. El desperdicio de alimentos sigue perjudicando la economía mundial y exacerbando el cambio climático, la pérdida de naturaleza y la contaminación.

Los datos confirman que el desperdicio de alimentos no es sólo un problema de los “países ricos”, ya que los niveles de desperdicio de alimentos en los hogares difieren en apenas 7 kg per cápita con respecto al promedio observado para los países de ingreso alto, medio-alto y medio-bajo. Al mismo tiempo, los países más calurosos tienden a desperdiciar más alimentos por habitante a nivel de los hogares, lo que puede deberse a un mayor consumo de alimentos frescos con gran cantidad de partes no comestibles y a la falta de cadenas de frío fiables.

Según datos recientes, la pérdida y el desperdicio de alimentos generaron entre el 8% y el 10% de las emisiones mundiales de gases de efecto invernadero (GEI) (casi 5 veces más que el sector de la aviación) y una importante pérdida de biodiversidad al ocupar el equivalente a casi un tercio de las tierras agrícolas del mundo. Se calcula que el coste de la pérdida y el desperdicio de alimentos para la economía mundial es de aproximadamente 1 billón de dólares.

Se prevé que las zonas urbanas se beneficien en mayor medida de los esfuerzos para impulsar la circularidad y la reducción del desperdicio de alimentos. Las zonas rurales suelen desperdiciar menos alimentos, con una mayor desviación de los restos de comida hacia los animales domésticos, el ganado y el compostaje doméstico como explicaciones probables.

En Bolivia, se genera un total 16.200 toneladas de desperdicio de comida, unas 1.800 toneladas son pertenecientes a la ciudad de Cochabamba, según informó el Banco de Alimentos de Bolivia. Esto genera un impacto negativo en el medioambiente dado que para la producción de alimentos se utiliza agua, tierra, energía y otros recursos naturales. El desperdicio está compuesto en un 50% por verduras, el 23% por frutas. En porcentajes menores otros alimentos como cereales, lácteos y carnes. Debido a la corta vida útil que tienen y a pesar del importante aporte nutricional de las frutas y verduras, son los alimentos que más se desperdician (Banco de Alimentos de Bolivia, s.f.).

2.2. El plástico, otro gran problema

Según datos proporcionados por Greenpeace (2020) sobre la contaminación de plásticos, se estima que cada año se desechan más de

300 millones de toneladas de plástico en el mundo. La nefasta gestión de los residuos plásticos durante las últimas décadas se ha convertido en un grave problema mundial, causando un impacto agresivo, peligroso y desmesurado sobre nuestro planeta y, en consecuencia, en la vida de todos los seres vivos. Sin lugar a duda, razones suficientes por las que, más que nunca, el reciclaje de plástico y una producción más responsable y sostenible son claves para recuperar el equilibrio.

El plástico, material altamente contaminante se empezó a utilizar en los años 50 y ha tomado una gran presencia en todos los sectores de la sociedad. Su uso se ha extendido a pasos agigantados ganando un absoluto protagonismo en la vida cotidiana de las personas, sin tener en cuenta las consecuencias que de ello derivan.

El impacto del plástico al medioambiente viene causado por sus propios componentes. Y es que su composición química y su lenta degradabilidad son los elementos causantes del gran perjuicio que conlleva. Se calcula que el plástico puede tardar en descomponerse entre 100 y 1000 años, dependiendo de las condiciones en las que se encuentre, el lugar y los microorganismos que se encuentran a su alrededor (Greenpeace, 2020).

La gran mayoría de lo que se consume tiene plástico, se requiera o no. Los plásticos contribuyen a la emisión de Gases de Efecto Invernadero (GEI) desde la extracción de los recursos con los que se producirán (combustibles fósiles), su fabricación, su transporte, hasta su disposición final. Cada año se producen en el mundo 380 millones de toneladas plásticas para diversos usos; de los cuales, 12.7 millones llegan a los océanos que dañan la vida de más de 700 especies (Greenpeace, 2020). Además, el plástico es una gran fuente de gases de efecto invernadero y que el polietileno, por ejemplo, es capaz de seguir emitiendo gases de efecto invernadero incluso sin recibir la luz del sol.

Los residuos de plástico en el mar, en la naturaleza o en las propias calles aumentan segundo a segundo. Ello provoca consecuencias realmente graves:

- Pérdida de biodiversidad. El plástico tarda mucho en degradarse y eso hace que algunos animales lo confundan con alimento y lo ingieran. Al hacerlo, pueden lastimarse, intoxicarse e incluso morir. Pero, además, también pueden quedarse atrapados en los residuos plásticos, sufriendo malformaciones, amputaciones y llegando a fallecer.
- Perjuicio para la salud pública. Otra de las razones para reciclar plástico es que los humanos, debido a la bioacumulación en la cadena alimenticia, también ingieren plástico. Pero ya

no solo el problema radica en la ingesta, sino que, durante la fabricación de los plásticos, se utilizan compuestos muy peligrosos para la salud, como el Bisfenol A, retardantes de llama, ftalatos y muchas otras sustancias que son cancerígenas.

- Efecto invernadero. Los plásticos proceden del petróleo y, como hemos dicho anteriormente, pueden seguir liberando gases de efecto invernadero sin necesidad de quemarse o estar expuestos a la luz del sol.

2.3. Consumo y consumismo

El consumo de bienes y servicios es una necesidad, sin embargo, cuando este consumo es excesivo e innecesario, se torna un problema medioambiental. A eso se le llama consumismo y es la causa del 60% de todas las emisiones globales de Gases de Efecto Invernadero (GEI), de acuerdo con un estudio de distintas universidades de Estados Unidos sobre el consumo y las emisiones de efecto invernadero en 79 ciudades (Ibarra, 2021).

Los productos de origen animal contribuyen a alrededor del 60% de las emisiones de GEI globales relacionadas con los alimentos. La carne y los productos lácteos son los elementos de la dieta que contribuyen en mayor medida al cambio climático además de que contribuyen a la pérdida de biodiversidad. El sistema alimentario es responsable del 80% de la deforestación actual de algunos de los bosques con mayor biodiversidad del planeta, siendo la expansión de la ganadería y la producción de piensos la principal causa individual de esta destrucción (Portal Ambiental, 2022).

El impacto de la ropa y calzado es cada vez mayor en la salud del planeta. Cada año se fabrican 100 mil millones de prendas de ropa. En promedio cada persona compra 60% más artículos de vestir que hace 15 años y los conserva la mitad de tiempo, con base en datos de Greenpeace (2019). De acuerdo con el Programa de las Naciones Unidas para el Medio Ambiente (2024), la producción mundial de ropa y calzado genera el 8% de las emisiones globales de gases de efecto invernadero.

El sistema económico que impera en el mundo depende del consumismo. Las corporaciones necesitan más consumidores para ampliar su riqueza. Esto dicen, genera empleos y oportunidades de desarrollo para los países. Sin embargo, ese sistema es injusto porque para producir más, devasta y explota los bienes y recursos naturales de las comunidades que los protegen. Daña ecosistemas completos y empobrece a las personas que emplean en su cadena de producción: personas obreras, jornaleras, campesinas y pequeños productores.

Se debe transformar hábitos de consumo bajo la premisa de consumir menos y mejor. Para ello, se puede optar por el consumo local, evitar comprar nuevos productos mediante la reutilización, reparación, renovación o intercambio de lo que ya se tiene en casa. A su vez, los productos o servicios adquiridos deben estar vinculados a condiciones de trabajo justas y también ser positivos para los compradores desde un punto de vista saludable. Los bienes y servicios ofrecidos por los organismos públicos o las empresas deben poseer un valor diferencial respecto al consumo convencional.

Consumir en la medida justa es una de las comodidades que logra la sociedad moderna, ya sea en electrodomésticos que hacen más práctica la vida cotidiana, en alimentos variados y con envases creativos y útiles, en carros cómodos o en sistemas tecnológicos creados para facilitar el día a día. El consumo responsable es una piedra angular en la economía circular. El consumo diario no solo repercute en las personas y la economía, sino también en la salud del planeta (Programa de las Naciones Unidas para el Medio Ambiente, 2024).

El consumo consciente, asume que las personas pueden elegir qué consumir y cuánto, siendo conscientes de las consecuencias de su consumo en cada una de las etapas de la decisión de compra. Es una forma de consumir bienes y servicios que toma en cuenta las características sociales, laborales, y medioambientales del entorno de producción. Es una práctica que puede convertirse en un hábito de vida. Es una forma de consumir productos y servicios que tiene en cuenta los impactos sociales, económicos y ambientales. Debe favorecer siempre que sea posible a la economía local y, por supuesto, a los actores que intercambian bienes y servicios.

Consumir de forma responsable es una práctica de vital importancia y con múltiples dimensiones. Tanto es así que, junto a la producción, el consumo responsable es el objetivo 12 de la Agenda de Desarrollo al 2030.

El Banco Interamericano del Desarrollo (2019) propone cinco acciones clave para mitigar el calentamiento global mediante hábitos de consumo más sostenibles:

- **Reducir y rechazar plásticos:** Disminuir el uso de plásticos, especialmente los desechables, que representan el 40% de la producción, y reciclar lo inevitable para ahorrar recursos como el petróleo y energía.
- **Reutilizar antes de reciclar:** Priorizar la reutilización de objetos, como frascos de vidrio, ya que el reciclaje también genera impacto ambiental al consumir agua y energía.

- **Evitar el desperdicio de alimentos:** Reducir el desperdicio alimentario disminuye la huella de carbono asociada a su producción, transporte y eliminación, además de evitar la generación de metano en vertederos.
- **Compostar residuos orgánicos:** Convertir restos vegetales en abono reduce emisiones de metano y genera tierra fértil para nuevas plantaciones.
- **Plantar semillas:** Promover la germinación de semillas de frutas, incluso colaborando con organizaciones que propagan árboles y plantas, contribuye a la reforestación.

Estas medidas, simples y accesibles, pueden marcar una diferencia significativa en la lucha contra el cambio climático.

3. Conclusiones

En síntesis, una parte del grave problema medioambiental se debe a los hábitos de la sociedad en relación con el consumismo desenfrenado y la generación de residuos a partir de este consumo imprudente y que no contempla la posibilidad del fin de los recursos naturales.

La atención de esta problemática requiere la adopción de responsabilidades compartidas y complementarias, desde el Estado, el sector productivo empresarial y los consumidores. Los objetivos son claros: minimizar la emisión de gases de efecto invernadero, mantener los bienes en el ciclo productivo el mayor tiempo posible y resolver la demanda energética. Comenzar a pensar en la basura como un recurso, pasar a prácticas de cero residuos y garantizar una transición justa para recicladoras/es, y para las disparidades de género y socioeconómicas en esas comunidades.

Desde el Estado, en sus diferentes niveles, corresponde implantar y poner en práctica políticas y normativas que recojan medidas como el establecimiento de objetivos para reducir la generación de residuos, el fomento de prácticas de economía circular, y el apoyo a políticas de contratación sostenible. La adopción de una economía circular implica diseñar productos duraderos, reparables y reciclables. También implica promover prácticas como la reutilización, el reacondicionamiento y el reciclaje de productos para minimizar los residuos y el agotamiento de los recursos.

Desde las empresas, es urgente eliminar los plásticos de un solo uso e innecesarios. Rediseñar los productos para que no utilicen plásticos o los utilicen en menor cantidad. Este rediseño implica, a su vez, utilizar menos recursos naturales y generar menos residuos tóxicos, incorporar materias primas recicladas. Algo que solo es

posible si se implementan soluciones para la gestión de los residuos, tales como compactadoras de residuos, compostadores industriales, sistema reciclaje. En manos de este sector está producir bienes duraderos, de vida útil prolongada e incrementar el uso de energías limpias y renovables. Estas estrategias deben acompañarse de la difusión de campañas de comunicación internas y externas que pongan en valor los beneficios del consumo y la producción responsables.

A nivel de consumidoras/es, se hace urgente adoptar un estilo de vida más sostenible: consumir menos, elegir productos con menor impacto ambiental y reducir la huella de carbono en las actividades cotidianas. La reducción de residuos generados y la elección consciente de lo que se consume bajo una convicción de sostenibilidad ambiental, evitaría el desperdicio de comida y minimizaría el consumo de plástico, una de las causas principales de contaminación. Conocer la huella ecológica de un producto o servicio es fundamental para convertirse en auténtico consumidor consciente y responsable. Son muchas las acciones cotidianas que el ciudadano puede adoptar: emplear productos reutilizables como bolsas y vasos, negarse a usar pajitas de plástico, reciclar botellas de plástico, entre otras. Comprar productos sostenibles y locales puede suponer una diferencia, además de que estas acciones en bloque ejercerían presión sobre las empresas para que adopten prácticas sostenibles.

El consumo responsable trae consigo un menor impacto en el medioambiente y la salud de los organismos, supera el reduccionismo de considerar sólo las variables de precio y calidad de los productos y servicios. Se basa en valores, como la responsabilidad, la austeridad, alternativas al despilfarro y al consumismo. Es solidario con las generaciones futuras y con otros pueblos ya que se respetan sus derechos. Es socialmente justo ya que se basa en los principios de no discriminación y no explotación.

A modo de conclusión, es preciso dejar atrás el falso dilema entre la protección del planeta y el desarrollo económico o la creación de empleos. Cada día nacen nuevos modelos de negocios basados en una cultura cero residuos que ofrecen productos libres de plásticos, productos locales que son responsables con el ambiente y la salud. Son muchas las ciudades que llevan años implementando medidas para ser más sostenibles y, en todas ellas, la gestión de residuos sólidos urbanos es una pieza clave. Queda patente, por tanto, que el control de los residuos urbanos son un nuevo y valioso recurso para mejorar la salud del planeta y de los seres humanos. Sobre ellos se sustenta gran parte del nuevo paradigma económico de la circularidad.

4. Referencias bibliográficas

- Banco de alimentos (s.f.). ¿Es posible ser una empresa social y prosperar en el proceso? <https://acortar.link/r7cUcx>
- Banco Interamericano del Desarrollo (2 de agosto, 2019). *Hablemos de sostenibilidad climática. 5 formas para combatir la crisis climática revisando tu basura*. <https://acortar.link/qYAkfd>
- Comisión Económica para América Latina y el Caribe (2017). *La gestión y manejo de residuos sólidos y sus propuestas regulatorias e impositivas*. Impreso en Naciones Unidas, Santiago. <https://acortar.link/AK0mAy>
- Greenpeace (13 de julio, 2020). *Cambio Climático*. <https://acortar.link/9POR2>
- Ibarra, P. (20 de abril, 2021) *El consumismo y su impacto al medio ambiente*. Proyecto Puente. <https://acortar.link/MbrYK2>
- Junta de Andalucía (s.f.). *Qué es consumo responsable*. <https://acortar.link/IOYh0f>
- Oficina Económica y Comercial de la Embajada de España en La Paz (2022). *El mercado de la gestión de residuos sólidos en Bolivia*. Editado por ICEX España Exportación e Inversiones, E.P.E. <http://bolivia.oficinascomerciales.es/>
- Portal Ambiental (30 de septiembre, 2022). *Sistemas alimentarios contribuyen al 80% de la deforestación de los bosques*. <https://acortar.link/mQHrHw>
- Programa de las Naciones Unidas para el Medio Ambiente (2024). *Informe Perspectivas mundiales de gestión de residuos 2024 (GWMO 2024)*. <https://acortar.link/hV7nHg>