

# GUÍA DE BUENAS PRÁCTICAS EN EL USO DE LOS RECURSOS

**Consumo Responsable:  
UN COMPROMISO DE TODOS**

## ¿Quiénes Somos?

Crece en todo el mundo la conciencia sobre la necesidad de generar un cambio de hábitos respecto de cómo nos relacionamos con los recursos para la satisfacción de nuestras necesidades. Convocados por la Agencia para el Desarrollo Económico de la ciudad de Córdoba –ADEC–, las empresas e instituciones que formamos parte de CoRe –Córdoba Responsable– compartimos el desafío de generar estrategias y acciones que faciliten y aceleren el proceso de cambio que necesitamos.

Quienes integramos este espacio de articulación contamos con una trayectoria en la contribución al desarrollo sostenible y entendemos que el camino que propone Naciones Unidas para alcanzar las Metas del Desarrollo Sostenible necesita de la colaboración de todos, en espacios colaborativos, en los que cada uno aporte su mayor valor y conocimiento.

Entendemos que cada vez es mayor la creencia de que es posible la transformación, el cambio, aunque a veces las acciones parecen dispersas y los resultados casi invisibles. Pero así y todo en un momento el cambio se produce y se visibiliza de una manera suave y sutil. Estamos en el momento en el que la transformación que esperamos aun no ha ocurrido, pero esto no disminuye la urgencia ni la necesidad de que ocurra.

Este es el momento de la oportunidad, concepto que está directamente ligado a la responsabilidad. No se puede esperar ni un minuto más para impulsar el lanzamiento de un marco de colaboración que ayude a adoptar nuevos hábitos de consumo y relación con los recursos, anticipándonos a los retos futuros.

Actuamos juntos para construir un futuro que vale la pena elegir.



Caseros 621 · Planta Baja  
Pisos 1 y 2, Centro.  
X5000AHM Córdoba.  
Teléfono: 0351 428-5600

*"La tierra tiene suficientes recursos para satisfacer las necesidades de los hombres, pero no para saciar su codicia".*

*M. Ghandi*

# Introducción

---

El gran crecimiento y los avances logrados por la sociedad en los últimos años nos ha permitido alcanzar una buena calidad de vida, con acceso a múltiples comodidades y servicios. Sin embargo, este crecimiento ha conllevado un impacto ambiental, con contaminación de ríos y suelos, e incluso llegando a generar cambios en el clima. Aumento de temperaturas, grandes tormentas, inundaciones, sequías, etc. parecen haberse convertido en moneda corriente. La actual crisis ambiental es fundamentalmente una oportunidad de cambio. No es posible seguir produciendo y consumiendo como si tuviéramos varios planetas. Sólo tenemos uno. Y con recursos finitos. Por eso es necesario empezar a pensar que es posible hacer más con menos: utilizar menos recursos naturales y menos energía, así como reducir los residuos y disminuir la contaminación es definitivamente positivo para el ambiente, pero también es beneficioso para los ciudadanos.

Pequeños grandes cambios en la vida cotidiana, teniendo en cuenta las buenas prácticas en el uso de recursos, son una parte fundamental del camino para construir entre todos una relación más armoniosa con nuestro ambiente, que nos permita tener a nosotros y a nuestros hijos una vida plena y saludable.

## ¿Qué Proponemos?

### Guía de Buenas Prácticas en el Uso de Recursos

#### Objetivos

- Sensibilizar sobre la necesidad del uso responsable y seguro de los recursos.
- Fortalecer los valores solidaridad y responsabilidad respecto de los recursos naturales.
- Reconocer la necesidad de mitigar el impacto del uso de los recursos naturales a través de la suma de acciones individuales.
- Disminuir la generación de residuos.
- Fomentar la gestión adecuada de residuos para facilitar su valoración.

# ¿Qué son las Buenas Prácticas en el Uso de los Recursos?

.....

Las Buenas Prácticas en el Uso de los Recursos son medidas sencillas y útiles que podemos adoptar en la vida cotidiana para reducir el impacto ambiental negativo de las actividades y para potenciar los impactos positivos que se estén generando.

Son acciones que implican cambios en el comportamiento y los hábitos de las personas para disminuir riesgos ambientales, promover el ahorro de recursos y una gestión sostenible de cualquier actividad. En la mayoría de los casos son cambios simples, de aplicación relativamente sencilla y de gran aceptación; son medidas que pueden mejorar la calidad de vida a cambio de un nulo o bajo costo económico de implementación.

Todos y cada uno de nuestros actos afectan al ambiente, por lo que tenemos un gran potencial como motor de cambio. Todos somos responsables del cuidado del ambiente, por este motivo, si se toma conciencia del impacto que tienen nuestras acciones y se adquieren hábitos de comportamiento de uso eficiente y responsable de los recursos, tanto en nuestra vida personal como laboral, se contribuirá a que nuestra sociedad sea más sostenible.

En cada espacio se usa gran cantidad de recursos: agua y energía así como diversos materiales y equipos. Optimizar nuestro consumo de agua, energía y materiales contribuirá a disminuir el impacto ambiental negativo y a atenuar la presión que la naturaleza soporta por el elevado consumo de recursos naturales y la contaminación y generación de residuos que ello conlleva.



CORDOBA RESPONSABLE  
Entidades Trabajando por una Sociedad Responsable



# AGUA



## CONSUMO RESPONSABLE DE LOS RECURSOS EN LAS INSTALACIONES

# Cuidemos el agua entre todos

---

El agua es esencial para la vida y todos tenemos mucho que hacer para cuidarla.

El acceso al agua potable fue incorporado como Derecho Humano en el 2010. Según la Organización Mundial de la Salud, son necesarios entre 50 y 100 litros de agua por persona por día para garantizar que se cubran las necesidades básicas y preservar la salud.

En la ciudad de Córdoba, localidad caracterizada por la sequía y el estrés hídrico, el consumo diario de agua potable es de 350 litros por persona, ascendiendo incluso a picos de 420 litros en épocas de calor. Ambos valores se ubican muy por encima de lo recomendado por la OMS y se asemejan a lo registrado en aquellos lugares del mundo en que más se derrocha.

### ¿Qué podemos hacer para cuidarla?

Es posible mejorar las prácticas de consumo de agua potable en nuestra vida cotidiana. Recordemos que cada gota cuenta. Además implementar sistemas o dispositivos que hacen más eficiente el uso del recurso, cada persona puede revisar sus rutinas para ahorrar agua en el día a día, reutilizarla y evitar su contaminación.

**Caseros 621 · Planta Baja**  
Pisos 1 y 2, Centro.  
X5000AHM Córdoba.  
**Teléfono: 0351 428-5600**



## Algunos consejos para el uso responsable:

---

- Cerrar bien las canillas de agua. Una canilla que gotea puede perder hasta 80 litros en un día. Si pierde un hilo de agua derrocha hasta 300 litros diarios.
- Revisar periódicamente las instalaciones para reparar fugas y evitar pérdidas de agua. Una pérdida de este tipo derrocha entre 300 y 700 litros de agua por día.
- Controlar el estado de los artefactos (canillas, inodoros, duchas, tuberías).
- Cerrar la canilla al cepillarse los dientes, afeitarse o lavarse las manos. Así se ahorran 12 litros de agua por minuto.
- Utilizar agua caliente solo si es necesario, de esta forma se contribuye con el ahorro de energía
- Implementar sistemas de descarga dual en el inodoro.
- Disponer de un tanque de reserva que permita una autonomía de provisión de agua al inmueble de 24 horas. Además, debe contar con una tapa que lo cierre herméticamente para evitar el ingreso de elementos extraños desde el exterior.
- Limpiar el tanque de reserva de agua al menos una vez al año. El mantenimiento frecuente los mismos es indispensable para conservar la calidad de agua dentro del hogar
- Elegir plantas autóctonas para plantar en el jardín porque necesitan poco riego y las variedades de césped "Bermuda" y "Gramma Bahiana.
- Regar con regadera, temprano por la mañana o luego del atardecer para evitar que se evapore. Recordemos que una manguera abierta en un jardín puede llegar a derrochar unos 700 litros por hora.
- Lavar el auto con balde. Una manguera desperdicia unos 700 litros de agua por hora.

**Caseros 621 · Planta Baja**  
Pisos 1 y 2, Centro.  
X5000AHM Córdoba.  
**Teléfono: 0351 428-5600**



## Sugerencias para reutilizar el agua y evitar su contaminación:

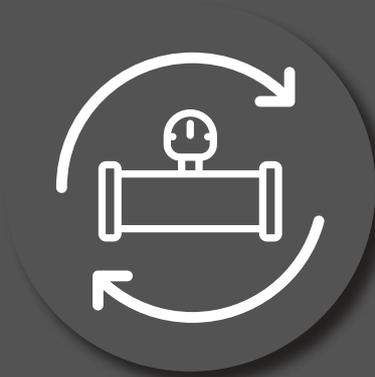
.....

- Utilizar el agua sobrante del lavado de verduras para regar las plantas.
- Vertir en un recipiente el aceite usado que sobre. No tirarlo nunca por el desagüe: un solo litro de aceite, contamina miles de litros de agua, al tiempo que se destroza las cañerías.
- Evitar la utilización de detergentes con fosfatos, uno de los principales contaminantes de las aguas.
- Cosechar agua de lluvia para utilizarla en las tareas cotidianas, logrando, en algunos casos, reducir a la mitad el consumo de agua potable.
- Conservar el agua de las piletas durante el año. Debe rehusarse, y no debe ser desagotada en la vía pública. El uso de productos químicos como cloro, precipitante, entre otros, permite mantener el agua en buen estado por mucho tiempo.

**Caseros 621 · Planta Baja**  
Pisos 1 y 2, Centro.  
X5000AHM Córdoba.  
**Teléfono: 0351 428-5600**



CORDOBA RESPONSABLE  
Entidades Trabajando por una Sociedad Responsable



# GAS



## GAS

# Cuidemos el gas natural. Es un recurso no renovable

.....

El uso responsable, seguro y eficiente del gas natural ayuda a preservar este recurso.

### ¿Qué podemos hacer para cuidarlo?

Con la llegada del invierno es importante tener en cuenta los siguientes consejos para el consumo responsable y uso seguro del gas natural.

## CONSEJOS PARA EL CONSUMO RESPONSABLE DEL GAS NATURAL

### Para calefaccionar los ambientes:

- Calefaccionar sólo aquellos ambientes donde haya gente y a una temperatura razonable (18° C aproximadamente).
- Utilizar el termostato para regular la temperatura adecuada en los ambientes. No abrir las ventanas para bajar la temperatura.
- Reducir las infiltraciones de aire en puertas y ventanas usando burletes. No obstante, también es importante controlar que haya una ventilación correcta.
- No utilizar artefactos de calefacción para secar prendas. De esta manera se evitan accidentes y se mejora el aprovechamiento calórico de los mismos.
- Usar ropa abrigada dentro de la casa.
- No usar las hornallas y/o el horno para calefaccionar los ambientes. No es seguro, y tampoco resulta eficiente.

**Caseros 621 · Planta Baja**  
Pisos 1 y 2, Centro.  
X5000AHM Córdoba.  
**Teléfono: 0351 428-5600**



# GAS

.....

## Para agua caliente

- Utilizar el agua caliente sólo cuando sea necesario y calentarla a la temperatura necesaria.
- Si tiene calefón, regular la temperatura del agua con la perilla o botonera. Evitar mezclar el agua caliente con el agua fría. Así ahorrarás gas y prolongarás la vida útil del artefacto.
- Usar la ducha con flor en buen estado y que disperse bien el agua.
- Si tiene termotanque, regular su temperatura y aislar térmicamente el artefacto cuando esté colocado fuera de la vivienda.
- Al ducharse, hacerlo en un tiempo razonable.

## Para cocinar

- Usar el horno con moderación (el gasto en gas del horno equivale al consumo de tres hornallas chicas aproximadamente).
- Cocinar con la olla tapada y reducir la llama cuando se llegue al punto de hervor.
- Sacar con anticipación los alimentos que vas a preparar del congelador o freezer.
- Ajustar la llama de las hornallas al diámetro del fondo de los recipientes y mantenerlos tapados. La llama que sobresale no aporta mayor calor al recipiente y si está destapado se pierde temperatura.

## El Piloto

- Encender los artefactos a gas solo cuando sea estrictamente necesario. Mantener los aparatos con el piloto encendido es un gasto innecesario que representa un 5% del total de Gas Natural que consumimos en el país.
- Si tiene que cambiar alguno de los artefactos a gas en su hogar, preferir aquellos con etiquetas de eficiencia energética Clase A.

**Caseros 621 · Planta Baja**  
Pisos 1 y 2, Centro.  
X5000AHM Córdoba.  
**Teléfono: 0351 428-5600**



## GAS

Los accidentes por inhalación de monóxido de carbono se pueden evitar. El monóxido de carbono es generado por una combustión deficiente y es imposible percibirlo porque no tiene color, no tiene olor ni sabor y no irrita las mucosas.

Para prevenir la presencia de gases tóxicos como el monóxido de carbono en nuestros hogares es importante hacer un control periódico de todos los artefactos a gas. Revisar que los aparatos realicen una buena combustión, nos permitirá ganar en seguridad y eficiencia de consumo.

- Hacer revisar periódicamente los artefactos de gas por un gasista matriculado.
- No usar artefactos de cámara abierta en baños o dormitorios. Para este tipo de ambientes solo está autorizado el uso de artefactos de tiro balanceado o radiador de agua.
- No tapar los calefactores ni instalarlos cerca de cortinas. Estos artefactos no están diseñados para ser tapados y puede producir una mala combustión.
- La instalación y reparación de los artefactos de gas siempre deben ser realizadas por gasistas matriculados.
- Evitar realizar combinaciones o conexiones de conductos de ventilación de dos artefactos diferentes (calefones y campanas extractoras). Eso está prohibido y resulta peligroso.
- Instalar siempre artefactos de gas aprobados por Organismos de Certificación acreditados por el ENARGAS.
- Controlar que la llama del quemador de los artefactos sea siempre de color azul y que su geometría sea uniforme. Si fuera amarilla, significa que está produciendo monóxido de carbono. Llamar inmediatamente a un gasista matriculado para que lo revise.

**Caseros 621 · Planta Baja**  
Pisos 1 y 2, Centro.  
X5000AHM Córdoba.  
**Teléfono: 0351 428-5600**



# ENERGÍA ELÉCTRICA



## ENERGÍA ELÉCTRICA

# Consumo racional de la energía, una conducta responsable con el ambiente

Una importante cantidad de la electricidad generada en Córdoba es consumida a nivel hogareño. Naturalmente, este consumo depende (entre otros aspectos) de las dimensiones de cada hogar, el número de sus habitantes y la cantidad de artefactos eléctricos que se usen. También de nuestros hábitos de uso.

Aquí algunos consejos prácticos que ayudan a optimizar este uso

### ¿Qué podemos hacer para cuidarla?

En nuestra actividad diaria necesitamos energía constantemente, adquirir buenas prácticas para ahorrar energía supondrá, además del ahorro del recurso, que por cada kilovatio de electricidad no consumida evitaremos la emisión de más de medio kilo de dióxido de carbono.

Las sugerencias a considerar en la búsqueda de mejoras en el consumo energético están agrupadas en tres ítems:

#### Medidas Generales:

- Controlar y regular las instalaciones eléctricas
- Cablear según las normas
- Evitar uso de triples

Caseros 621 · Planta Baja  
Pisos 1 y 2, Centro.  
X5000AHM Córdoba.  
Teléfono: 0351 428-5600



## ENERGÍA ELÉCTRICA

.....

### **Climatización:**

- Aprovechar la regulación natural de la temperatura antes de usar sistemas de climatización, por ejemplo abriendo las ventanas para crear corriente o bajando las persianas para evitar la insolación directa.
- Ajustar la temperatura a 25°C en verano y 20°C en invierno.
- Limpiar filtros.
- Optar por el uso de ventiladores en lugar de equipos de aire acondicionado, ya que bajan 5° o 6°C la temperatura consumiendo un 90% menos de energía y en ningún caso contienen gases perjudiciales para la capa de ozono.

### **Iluminación:**

- Usar lámparas y luminarias eficientes (preferentemente LED).
- Organizar los espacios para poder aprovechar al máximo la luz natural. Abrir contraventanas, cortinas y persianas y mantener limpias las ventanas para permitir la entrada de luz natural.
- Regular los sistemas de iluminación en función de la luz diurna disponible.
- Utilizar interruptores para sectorizar.
- Preferir interruptores automáticos de ocupación en zonas de poco uso.
- Apagar las luces cuando sean innecesarias, incluso en breves periodos de tiempo (es un falso mito que volver a encender las bombillas fluorescentes consume más que dejarlas encendidas).

### **Equipamientos:**

- Apagar los equipos cuando termina la jornada o si van a estar inactivos durante más de 1 hora (si los móviles u otros aparatos se apagan por la noche sólo se necesitan cargar la mitad de las veces que si se mantienen siempre encendidos).
- Recargar los equipos sólo el tiempo necesario y desenchufar los cargadores al terminar para evitar consumos excesivos (los cargadores siguen consumiendo hasta un 95% de energía aunque no estén conectados al aparato).
- Apagar el monitor la computadora cuando no se esté utilizando, ya que gasta un 70% del consumo energético total del equipo

**Caseros 621 · Planta Baja**  
Pisos 1 y 2, Centro.  
X5000AHM Córdoba.  
**Teléfono: 0351 428-5600**



CORDOBA RESPONSABLE  
Entidades Trabajando por una Sociedad Responsable



# RESIDUOS



## RESIDUOS

# Reducir, reutilizar, reciclar, 3r para el uso responsable de nuestros recursos.

El manejo racional de los residuos sólidos urbanos impacta positivamente en la conservación de los recursos naturales. Esto es así porque cada producto o cada envoltorio que descartamos tiene su origen en la naturaleza, y a su vez, para su producción son necesarias importantes cantidades de agua y energía eléctrica.

**REDUCIENDO, REUTILIZANDO Y RECICLANDO** los residuos se ahorran recursos tales como petróleo, árboles, agua, arena, etc. y se generan nuevos ciclos productivos y consecuentemente nuevas ocupaciones laborales. Todo esto sumado al ahorro de aquellos espacios que actualmente se utilizan para la disposición final de los residuos, impactando en una mejora de la calidad ambiental de las poblaciones cercanas a dichas locaciones.

Caseros 621 · Planta Baja  
Pisos 1 y 2, Centro.  
X5000AHM Córdoba.  
Teléfono: 0351 428-5600



# RESIDUOS

## ¿Qué podemos hacer en nuestra vida cotidiana?

El destino que le damos a los residuos depende en primer lugar, de las personas que los generamos. Somos los primeros responsables de la acción que vamos a realizar con ellos, y en la actualidad, las mismas van desde la desatención hasta el compromiso total.

Es por ello que propiciamos una actitud responsable dando un destino adecuado a cada una de las cosas que desechamos. A continuación sugerimos algunos consejos fáciles de aplicar en las actividades cotidianas; a saber:

### REDUCIR LA GENERACIÓN DE RESIDUOS

- Eligiendo productos que se encuentren presentados a granel o con el mínimo embalaje.
- Llevando tu propia bolsa para hacer las compras.
- Usando vajilla reutilizable en eventos con mucha gente o salidas al aire libre.
- Reparando los productos averiados en lugar de cambiarlos por nuevos.
- Utilizando correo electrónico y medios informáticos para las comunicaciones.
- Prolongando la vida del cartucho de la impresora.
- Imprimiendo ambas caras de cada hoja de papel, en calidad borrador y blanco y negro, siempre que sea posible.

**REUTILIZAR** los materiales potencialmente desechables, para usos similares o alternativos (envases, cajas, carpetas).

**RECICLAR** lo que no se puede reutilizar, separando los residuos en las siguientes fracciones:

- Reciclables (fracción seca): papel, plástico, cartón, vidrio, aluminio, hojalata, telgopor, telas y trapos, tetrabrik (limpios y secos).
- Putrescible: restos de alimentos, vegetales, etc.
- Eléctrico/ electrónico/ pilas y baterías.
- Desechos de obras y demoliciones.
- Resto de los residuos.

**Caseros 621 · Planta Baja**  
Pisos 1 y 2, Centro.  
X5000AHM Córdoba.  
**Teléfono: 0351 428-5600**



# RESIDUOS

## Más consejos que suman a una actitud responsable:

.....

- Utilizar los cestos papeleros para disponer los residuos en la vía pública.
- Colocar cada fracción de residuo en el cesto identificado para tal fin.
- Disponer los vidrios rotos o elementos punzantes en envases de cartón o plástico, evitando poner en riesgo la salud del recolector.
- Sacar los residuos en el horario que pasa la empresa recolectora para evitar olores, y contaminación visual.
- Depositar las bolsas en cestos de altura, especialmente los días de lluvia. Esto evita que se tapen las bocas de tormenta.
- Evitar la formación de basurales a cielo abierto, no arrojando basura en los terrenos baldíos.

**Caseros 621 · Planta Baja**  
Pisos 1 y 2, Centro.  
X5000AHM Córdoba.  
**Teléfono: 0351 428-5600**

# GRACIAS

**Caseros 621 · Planta Baja**  
Pisos 1 y 2, Centro.  
X5000AHM Córdoba.  
**Teléfono: 0351 428-5600**