



ecocycle®

en el hogar

REFRIGERADOR

En el refrigerador usa envases de vidrio para guardar: leche, jugo o agua.

Otra manera de ahorrar energía en el refrigerador es mantenerlo lleno; dejando lo menos posible la puerta abierta para evitar que la energía se escape.

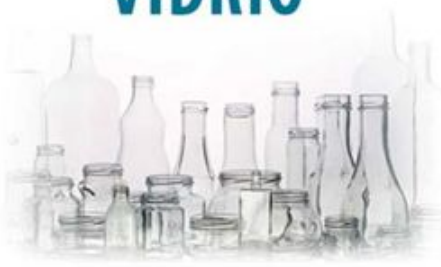
Cambia tu refrigerador por uno socialmente responsable, esto quiere decir que algunas marcas optimizan la energía del refrigerador, reduciendo su impacto ambiental contaminante.

Este tipo de refrigeradores se empezaron a construir después de 1994, esto implica que si tu refrigerador es anterior a esta fecha probablemente este gastando energía de más en tu cocina, ya que el refrigerador es el electrodoméstico que más energía consume dentro de ella.



No está por demás el ser parte de las siguientes recomendaciones para el hogar, de manera específica en la cocina, ya que es el lugar que más contamina en el hogar, por lo cual el tener en cuenta lo siguiente ayudará en gran medida a la conservación del planeta.

USA ENVASES DE VIDRIO



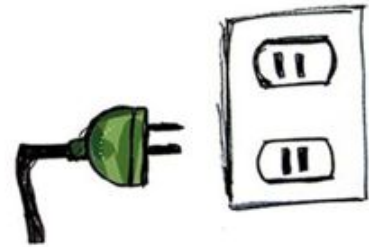
Los contenedores plásticos pueden fisurarse y al calentarse junto con la comida pueden llegar a contaminarla.

Los envases de vidrio son más reusables; los puedes utilizar para guardar alimentos secos en la despensa, como el arroz, frijol, avena, chocolate en polvo café, etc., o para almacenar líquidos como a-ceite, vinagre, etc



DESCONECTA LOS ELECTRÓNICOS

La cafetera, el tostador de pan, la licuadora, etc. Al dejarlas conectadas aun cuando ya terminamos de usarlas, seguirán consumiendo un porcentaje de energía; lo mejor es desconectar todos los electrónicos una vez que los utilizamos.



Los demás aparatos que usamos en la casa como el celular, el iPod, el iPad, la BlackBerry, etc, en vez de conectar uno por uno, podemos comprar un multicontacto, conectarlos todos juntos en el tiempo requerido (1 o 2 horas máximo, Según la descarga del aparato) y pasado este tiempo apagar el multicontacto para reducir el consumo de energía eléctrica y las radiaciones de calor dentro de la casa.



Esto resulta mucho mejor que dejar cargando toda la noche los aparatos, pues los conectamos y nos acordamos de ellos hasta el otro día justo antes de salir de casa.



AIRE LIMPIO GRATIS

Podemos tener un economizador al tener dentro de nuestra casa plantas que nos ayuden a purificar en gran medida el interior de la misma, ya que a la vez que son un descanso visual y embellecen nuestro hogar, eliminarán también el bióxido de carbono y toxinas del interior; las plantas que más ayudan a purificar el aire son:

Las plantas trepadoras o enredaderas, que a la vez de crear un jardín en vertical, (Depto. o casas con poco espacio interior) mantendrán la humedad adecuada dentro de la casa; los helechos en sus distintas variedades y las cunas de moisés, que darán un punto focal a una esquina olvidada de la casa.

CREA TU ECO LIMPIADOR

Agrega dentro de un atomizador de agua vacío (reúsalo), una taza de vinagre blanco y una y media taza de agua; esta combinación de elementos hará maravillas en tu hogar, ya que es un multilimpiador de superficies en la cocina y sirve para quitar las manchas de los vidrios dejándolos impecables.

BOLSAS REUSABLES

Hay bolsas reusables para el super, que además de ser resistentes, están hechas con fibra de bambú, ya que además de ser ecológicas, garantizan su durabilidad, y entre más las uses menos contaminas.



Mtra. en Arq. Ma. Ángeles Saloma
Egresada B.U.A.P. y Universidad
Politécnica de Catalunya.

E-mail: angeles.saloma@gmail.com
angelesaloma@yahoo.com.mx



Síguenos: Becocycle

DESCANSA LA ESTUFA

Dale un descanso de un día a la semana a tu estufa, esto quiere decir que no la prendas, cocina ese día alimentos que no requieran de ella para su preparación, prepara ese día alimentos en frío, como ensaladas, sushi, ceviche, tabule, paninos, sándwich, etc.

