Lámparas

- *Características de las lámparas*

Tipodelámpara	*Ventajas*	*Desventajas*
Incandescentes	Barata Mantienebiensu producción	Cortavida Bajorendimiento Granproducción
Fluorescentes	Altamenteeficiente Largavida Luzclara	Altainversióninicial
Halógenas demercurio	Vidamedia Buenareproducción colores Mantienebiensu producción	Altainversióninicial Bajaeficiencia

- Una lámpara fluorescente de 40W produce la mismacantidaddeluzque4incandescentesde40W

Residuos

- Llevar bolsas de tela cuando se vaya a hacer la compra permite generar menos basura

- Comprar bolsas de basura compostable. Son biodegradables porque están hechas con almidón de maíz y no de plástico.

Productos Ecológicos

- Adquirir el hábito de comprar productos ecológicos.

- Exigir información completa sobre los productos. El etiquetado de los productos tiene que ser correcto segúnlalegislacióncorrespondiente.

- Elegir aquellos productos cuya producción supongaelmenorcosteambientalposible,evitando sobretodo,consumirproductosde"usarytirar".

- Rechazar el papel blanqueado y de color (higiénico,decocina,filtrosparacafetera,...)yaque en su fabricación se emplean colorantes y tinturas quecontaminanelagua.Resultaigualdeútileluso depapelreciclado100%.

- Evitarelusodeinsecticidasyherbicidas.

- Sustituirlosaerosolesporpulverizadores.

- Comprar productos del tamaño adecuado a las necesidadesdeconsumo,yaquepequeñas unidades multiplican el número de envoltorios, envases y embalajes,al igual que tamañosgrandes inducen al consumo indiscriminado, generando una mayor cantidadderesiduos.

- Elegir productos con empaquetados reducidos comoporejemplo,losproductosconcentrados.

- Comprarlasbebidasenenvasesretornablesoensu defecto, enenvasesdevidrio,demodoquedespués de su utilización puedan depositarse en los contenedoreshabilitadosparasureciclaje.

- Evitarlacompradebebidasenenvasesmulticapas (Brick).

- Si se pretende pintar la casa, utilizar pinturas al agua que, al no llevar disolventes orgánicos, no liberanCOVs.(Compuestosorgánicosvolátiles)

- Utilizar pinturas ecológicasyremediosnaturales. Laalternativanaturalalaspinturasplásticas son las pinturasallátex**.**

- Evitar los esmaltes o las pinturas al aceite por su peligrosidad y, en general,nocomprarpinturasque desprendanunolorfuerteyaqueestoessignodeque contienendemasiadosdisolventes.

- Asegurarse de que productos derivados de la madera (muebles, parqué, armarios, etc.) lleven el logotipo del FSC (Forest Stewardship Council). El citado logotipo informa de que la madera ha sido correctamentegestionada.

- Utilizar gamas de pinturas que cuenten con el etiquetadoecológico que concedeAENOR.

- Consumir los productos que lleven impreso el distintivo de las diferentes etiquetas ecológicas ya que tienen una menor incidencia sobre el medio ambiente, al cumplir una serie de criterios ecológicos.Éstassonalgunas:

EtiquetaEcológicadelaUniónEuropea.

EnEspañalaconcedelaAsociaciónEspañola deNormalizaciónyCertificación(AENOR)y,ensu caso,por las entidades designadas por las ComunidadesAutónomas.

El certificado europeo evalúa los efectos medioambientales de un producto a lo largo de su

ciclo de vida: consumo de materias primas, producción, distribución, utilización y desecho. Se otorgaalosproductosquegarantizanunaltonivelde protección ambiental dentro de los siguientes grupos: productos de papel, electrodomésticos, equipos de ofimática, ordenadores, productos de limpieza, productos de bricolaje y jardinería, iluminación,camasycolchones,ropayzapatos.

MarcaAenor-MedioAmbiente.

LaAsociaciónEspañoladeNormalizacióny Certificación (AENOR) concede su etiqueta a los productosfabricadosenEspañaqueseadaptanalas normas técnicas voluntarias UNE de criterios ecológicos.Losproductoscertificadosgarantizanun menor impacto ambiental que otros productos homologadosalhabersidosometidosaunanálisisde ciclo de vida. Se concede a pinturas y barnices, bolsasdebasura,máquinasderepografíayproductos depapel.

CRAE, España (Consejo Regulador de AgriculturaEcológica).

En cada Comunidad Autónoma existe un comitéreguladorqueotorgaycontrolalosproductos certificados. El distintivo es similar en todas las autonomíasparafacilitarsuidentificación.Entrelas principalesgarantíasquecertificaseencuentralano utilizacióndefertilizantesoplaguicidasdesíntesis**.**

AvalVidaSana

La Asociación Vida Sana otorga varios certificados,siemprequelosproductoscumplanuna serie de requisitos verificados por la asociación:

Producto biológico: hasta que se creó la etiqueta de agricultura ecológica era el único distintivoqueexistíaparaproductosalimentarios.Lo concede laasociaciónalosproductosquetienenla etiquetadeagriculturaecológica.

Productonomanipuladogenéticamente:

certifica que el producto no contiene organismos modificadosgenéticamente(OMG)

Producto natural: aval para productos alimentariosqueacreditenquenosehanutilizadoen suelaboraciónsustanciasquímicassintéticas.

Productorecomendado:seconcedeadiversos productos quecontribuyen a mejorar la calidad de vidayelmedioambiente.

Elsímbolodelastresflechasencírculoqueindica queelmaterialpuedereciclarse.

Indicaqueelmaterialdeenvasesesreciclable

PuntoVerde

Seotorga a aquellos envasesadheridos a un sistema integrado de gestión que asegura su recogida, lo que facilita la posterior valoración y recicladodelmaterialdeestosenvases.

EnergyStar:garantizalacalidadyeficienciaenlos productos.

ÁngelAzulAlemán

La Agencia Federal Alemana de Medio Ambientecertifica que el papel reciclado es100% proveniente del post-consumo (fabricado con residuos de papel) y libre de cloro. Se concede también a barnices, calentadores de gas y conducciones, material de construcción, plafones, pinturas,etc.

ForestStewardshipCouncil(FSC)

Una organización no gubernamental sin ánimodelucrofijaloscriteriosquehanderespetarse en la gestión de los bosques (especialmente tropicales) para que la gestión sea sostenible y no perjudique a las poblaciones autóctonas. Esta certificación puede encontrarse en muebles y productos fabricadosconmadera.

Etiquetas para la carne procedente de animales criadosdemaneratradicionaly/oextensiva.

Alimentación

- Adquirir y ofrecer productos procedentes de la agriculturayganaderíaecológica.Debeconocersela etiqueta que certifica la autenticidad del producto ecológico.
- Comprar productos locales y que dispongan del distintivode"denominacióndeorigen".

- Comprar, en la medida de lo posible, productos procedentes depaísesenvíasdedesarrolloatravés decanales de comercialización que garantizan que los beneficios recaen sobre los productores, y no sobre intermediarios: Comercio Justo. Se puede adquirircafé,chocolate,frutossecos,etc.

- Tratar de adquirir alimentos cultivados de forma orgánica (biológica, ecológica..). Hay alimentos en el mercado que utilizan la palabra "BIO" y no provienendelaagriculturaecológica.Lalegislación comunitaria no permite el uso de la palabra "Bio" para alimentos que no procedan de la agricultura biológicayecológica.Lalistacompletadelosfalsos "Bio": puede conocerse a través de la siguiente páginawebwww.Vidasana.org.

- Evitar la compra de alimentos que tengan en su composición **organismos modificados genéticamente** (OMG).La contaminacióngenética suponeungraveriesgoparalabiodiversidadytiene efectos irreversibles e imprevisibles sobre los ecosistemas.Se desconocen los efectos que pudieran tener sobre la salud de las personas. Lista actualizada de productos con OMG: www.gmo-ogm.org/

- Elegirlosalimentosquemenosaditivostengan.El 20 febrero de 2002 se publicó el Real Decreto 142/2002 que recoge la lista positiva de aditivos distintosdeloscolorantesyedulcorantesparasuuso en la elaboración de productos alimenticios, así comosuscondicionesdeutilización.

E.- ELMANTENIMIENTO

Energía

- Conocer la evolución del consumode energía del alojamientodeturismorural.

CONSUMOENERGÉTICO

	Electricidad (kw/h)	Gas (m3)	Gasoil (litros)	Butanoopropano (litros)
Mes				
Enero				
Febrero				
Marzo				
.....				
Totalanual				

- Sustituir los apliques opacosya queminimizanla efectividad delailuminación artificial produciendo unmayorconsumodeenergía.

- Noapagar lostubosfluorescentes en zonasdonde vayan a encenderseenmenos de3horas,yaqueel mayor consumo de energía se produce en el encendido.

- Instalar interruptores temporizados, que aseguren la desconexión de la iluminación (de patios, exteriores,etc.)odisponededetectoresdepresencia queactivenydesactivenlaluz(pasillos,etc.)

- Colocarfocosde25Wdondenoserequieramucha iluminación(ej.Pasillos).

- Utilizar, en la medida de lo posible, energías limpias como la solar mediante la instalación de panelessolarestérmicosparaaguacalienteypaneles fotovoltáicosparaproducirelectricidad.

- Reservarelusodelaelectricidadparafuncionesen las que resulte, a corto plazo, insustituible por las energías renovables: iluminación y electrodomésticos. Los otros combustibles que deben utilizarse para cubrir las necesidades de calefacción, agua caliente y cocina, son los que proporcionan el calor directamente, como el gas naturalolabiomasa(restosdemaderatriturados).

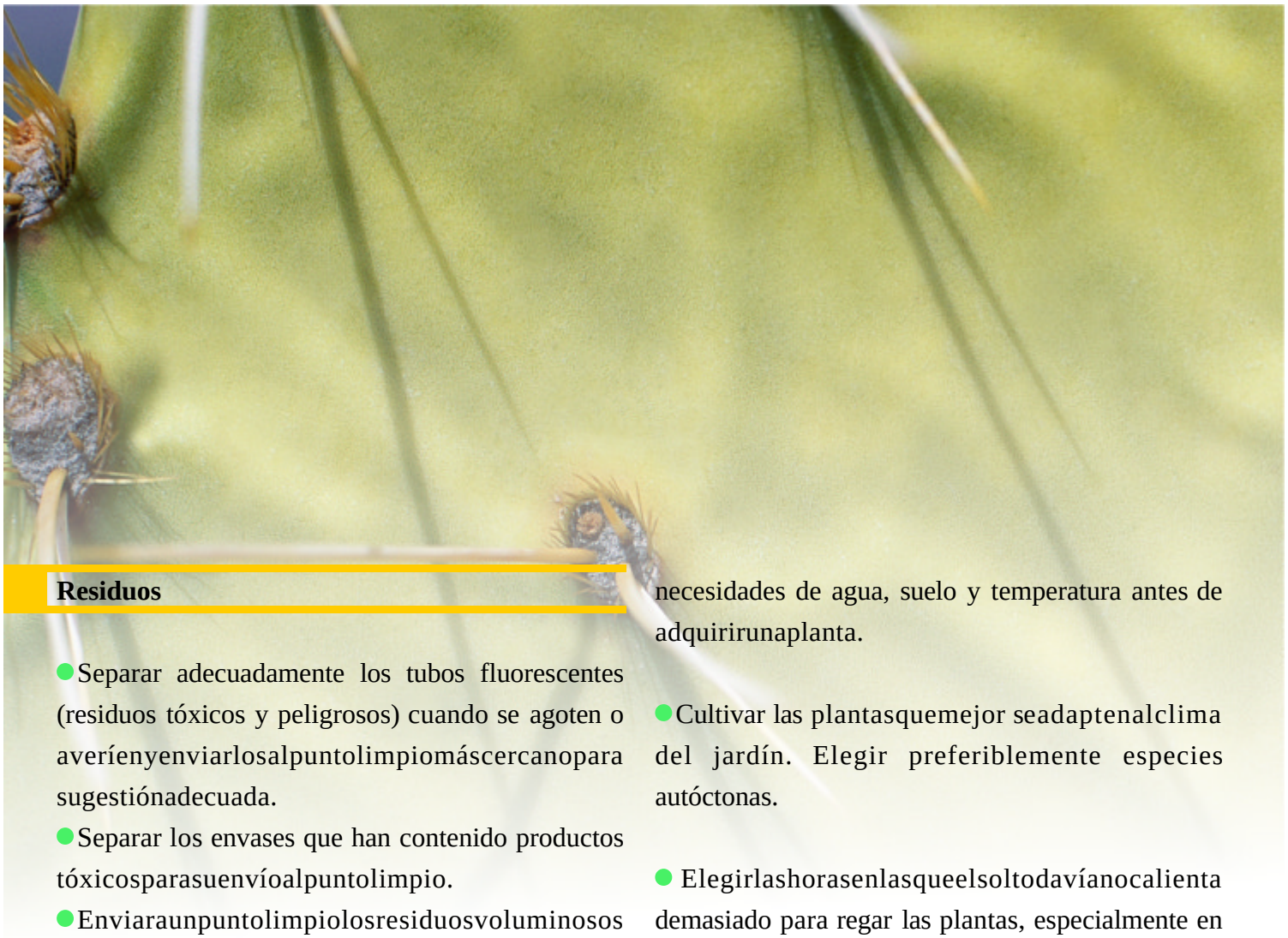
- Informar a losclientesparaqueadoptenconductas quereduzcanelconsumodeenergía.

- Ventilarlashabitacionesdurante10minutos.

- Cada grado más de temperatura supone un consumoextradeenergíadealrededordel6%,

- Instalar burletes a puertas y ventanas para no perdercaloryahorrarenergía.

- Siempre que sea conveniente, instalar doble acristalamientoenventanasparaproducir unmayor ahorroenergético.



Residuos

- Separar adecuadamente los tubos fluorescentes (residuos tóxicos y peligrosos) cuando se agoten o averíenyenviarlosalpuntolimpiomáscercanopara sugestiónadecuada.
- Separar los envases que han contenido productos tóxicosparasuenvíoalpuntolimpio.
- Enviaraunpuntolimpiolosresiduosvoluminosos (muebles,colchones,somiers,etc.).
- Notirarlaspilas(salinas,alcalinasydebotón)enel cubo de la basura. Depositarlos en contenedores adecuados.

Agua

- Revisarlas instalaciones defontaneríaparaevitar fugasoderrames.
- Favorecer la depuración de las aguas residuales generadas así como la recogida de agua de lluvia preferentementedelascubiertasyatravésdealjibes, parasuposteriorreutilizaciónenelriegodehuertasy jardines.

F.- EL JARDÍN

- Informarsedelosrequerimientosencuantoa necesidades de agua, suelo y temperatura antes de adquirirunaplanta.
- Cultivar las plantasquemejor seadaptenalclima del jardín. Elegir preferiblemente especies autóctonas.
- Elegirlashorasenlasqueelsoltodavíanocalienta demasiado para regar las plantas, especialmente en verano.Loidealesporlamañanaoaúltimahorade la tarde.El aguadebeirdirectamentealaszonasde enraizamiento.
- Sisedisponedeárbolesopequeñosarbustosenel jardín, cubrir el suelo alrededor los mismos con hojas, cortezas, ramas…, ya que de esta manera se retendrá la humedad de la tierra alrededor de las plantas.
- Regar los arbustos pocas veces pero con abundancia. De esta forma desarrollarán mejor sus raícesyseharánresistentesalassequías.
- Evitarelusodepesticidasyherbicidas.
- Combatir en la medida de lo posible las plagas y enfermedadesdeformanatural.
- Alimentareljardínconabonoorgánico“compost”

(quepuedeserelaboradoconlamateriaorgánicaque segeneraenlacasa)uotrosproductosnaturales.

- Introducir todaslasmedidasquesuponganahorrar agua.

- Riego por aspersión. El agua se distribuye en pequeñas gotas. Se puede optar por aspersores giratoriosydegranalcanceodifusores.

- Riego por goteo. Consisteenunamangueracon orificios donde aproximadamente cada 40 cm va saliendo el agua gota a gota. No tiene pérdidas por evaporación.

- Por exudación. La manguera está provista de infinidaddeporos.Cuandolamangueraestállenade agua,comienzaasudarellíquidodesuinterior.

- Instalar un programador de riego para adaptar el tiempoderiegoalascaracterísticasdeljardínyalas condicionesambientalesexistentes.etc.).

- Cuando sea factible, también se puede ver la posibilidaddeemplearaguadepuradaprocedentede lapropiacasa.

Piscina

ParaaquellosalojamientosdeTurismoRural quedispongandepiscina, serecomienda:

- Situar la piscina en un lugar soleado para que el aguaestétemplada.

- Pintar marcas de profundidad que indiquen la profundidaddelagua.

- Nosedebenmezclarlosproductosquímicos.

- Aplicarlos por separado para evitar reacciones químicas.

- Los productos químicos deben estar fuera del alcancedelosniñosy situadosenun lugarcerrado, frescoyseco.

- Nosedebedosificar"aojo"losproductos.

- Utilizarsistemas automáticos paraladosificación delosproductosquímicos.

- Colocarequiposautónomosdefiltrado segúnlas características delapiscina.

- Equipar la piscina con un circuito cerrado de depuración.

- Cubrirlapiscinacuandonoseestéutilizando.

G.- TRANSPORTE ECOLÓGICO

El uso del coche genera un importante impacto ambiental, especialmente por lo que respectaalconsumodeenergía,sucontribuciónala contaminación atmosférica y al efecto invernadero. Conscientes de esta situación y bajo nuestra responsabilidad ambiental, es indispensable promover un cambio de actitud en todos nuestros turistas-conductores basado en un estilo de conducciónmásrespetuosocon elmedio ambiente. Para ello se detallarán las siguientes "buenas prácticasambientales" en cuantoalautilizacióndel coche.

- Conducir con suavidad, adoptando un sistema de conducciónanticipado,respetando las distanciasde seguridad.

- Noapretardeformainnecesaria el acelerador del cochealponerenmarchaelmotor.

- Evitar durante el viajelas aceleracionesbruscasy mantenerunavelocidadregular.Laacciónde frenar deberealizarsedeformaprogresiva.

- Respetarloslímitesdevelocidad.Conduciramás de100 Km/h consumemáscombustible y almismo tiempo se emiten mayor cantidad de gases a la atmósfera.

- Pasarcuantoantesalasmarchaslargas,cambiando deprisaysinagotarlasvelocidades.

- Evitarlosdesplazamientoscortos.

- Seleccionar itinerarios poco transitados, evitando losatascosylaconducciónenhoraspunta.

- Utilizar el aire acondicionado cuando sea realmente necesario ya que su uso provoca un aumento del consumo entre un 10% y un 20%. Circular con las ventanas abiertas representa un aumentodel5%delconsumo.

- Parar el motor y volverlo a arrancar cuando nos encontremos en un atasco, o en paradas cuya duración va a sersuperior a 1 minuto. Esta acción consumemenosenergíaquemantenerloenralentí.

- Noirconprisaenrecorridosurbanos.Llegartres minutos antes en un recorrido de 10 Km. puede suponer un incremento en el consumo de

combustibledemásdel50%.

- Realizarunadecuadomantenimiento(neumáticos adecuadamenteinflados,filtrodelaire,etc)alcoche ya que de esta forma se minimizan las emisiones contaminantes, se ahorracombustibleyseaumenta laseguridadylavidadelvehículo.

- Lavar el coche en lugares apropiados que dispongandelasinstalacionesadecuadas.

- Evitar los ruidos innecesarios (claxon, aceleraciones bruscas, tomar las curvas a una velocidad moderadaparano producirel chirridode lasruedas...).

- Poner a disposición de los clientes planos de transporte colectivo indicando las paradas más próximas al alojamiento de turismo rural así como loshorarios.

H.-INTEGRACIÓN DELASCASASENEL ENTORNO

- Conservarlomáximo posibleel carácter local del establecimiento (materiales de construcción tradicionales,etc).

- Introduciraspectos bioclimáticos,como:

-Utilización de aislamiento térmico y ventilaciónnatural.

-Máximoaprovechamientodelaluznatural

-Evitar el uso del PVC como material de construcción.

- Utilizarunadecoraciónacorde con laedificación, eliminado mobiliario de plástico e incorporando mobiliario preferentemente tradicional, hecho por artesanoslocales.

- Introducir criterios ecológicos en la adecuacióny decoracióninterior.

- Utilizar muebles de madera que tengan un tratamiento ecológico: Pinturas y barnices sin disolventes.

I.-FORMACIÓNEINFORMACIÓN MEDIOAMBIENTAL.

- Establecer un programa de formación ambiental entrelospropietarios/asypersonal quegestione los alojamientos,paraquesepancomunicaralosturistas lasmejorasmedioambientalesquesehanimplantado

enlagestiónyorganizacióndelascasasdeturismo rural.

- Sensibilizar a los propietarios/as y al personal de lospeligrosambientalesquesuponelautilizaciónde productos químicos para las labores de limpieza doméstica.

- Ofrecer a los turistas la oportunidad de colaborar activamente enlaprotecciódelmedioambiente,a través de una adecuada información sobre las mejorasmedioambientalesqueserealicen.

- Informara losturistas delaimportanciaquetiene elahorrodeaguaydeenergíadurantesuestanciaen lacasadeturismorural.

- Evitar la publicidad medioambiental sobre productososerviciosquepuedallevaraequívocoso aengaños.

- Informaralosclientessobrequétipodeenvasesse debendepositarenelcontenedorverde(nosedeben depositar cristales, bombillas, envases de pintura, lámparas,etc.).

- Informar a los clientessobre qué tipo de papel se debe depositar en el contenedor azul. No se debe depositar papel de autocopiado,papeltérmico para fax, etiquetas adhesivas, papel encerado o parafinado,papelhigiénico,grapas,precintos,tintas,

- Informaralosclientessobrequétipodeenvasesse debendepositarenelcontenedoramarillo(envasesy bolsas de plásticos, polietileno de alta y baja densidad,latasdehierroyaluminio,etc.)

- Algunos mensajes que pueden ayudar a sensibilizar a nuestros clientes y que debemos colocarenlugaresvisiblesdelbañoylacocina:

PARAELBAÑO

El agua es un recurso natural limitado e imprescindible para la vida. Por ello le agradecemos:

- Usarladeformaracional.
- Cerrarelgrifoduranteelafeitadoocepilladode dientes.
- Noemplearelinodorocomounapapelera.
- Volver a pulsar la cisterna para interrumpir la descarga,puestoqueesunsistemadeahorro.

PARALACOCINA

Leagradecemos:

- Nofregar losplatoscon elgrifo abierto.
- Nointroduciralimentoscalientesenlanevera.
- Apagar la vitrocerámica y terminar decocinar conelcalorresidual.

4.-DIRECCIONES

InstitucionesyEntidades

AgenciaEuropeadeMedioAmbiente
www.local.es.eea.eu.int
MinisteriodeMedioAmbiente
www.mma.es
Centro Nacional de Educación Ambiental (CENEAM)
www.mma.es/edu/ceneam
Consejería de Medio Ambiente y Ordenación Territorial.GobiernodeCanarias
www.gobcan.es/medioambiente

AsociacionesyGruposEcologistas

AsociaciónVidaSana
www.vidasana.org
EcologistasenAcción
www.ecologistaenaccion.org
Greenpeace
www.greenpeace.es
AmigosdelaTierra
www.tierra.org
ADENA
www.wwf.es
CientíficosporelMedioAmbiente
www.cima.org.es
FundaciónNatura
www.fundacionatura.org

AhorrodeAgua

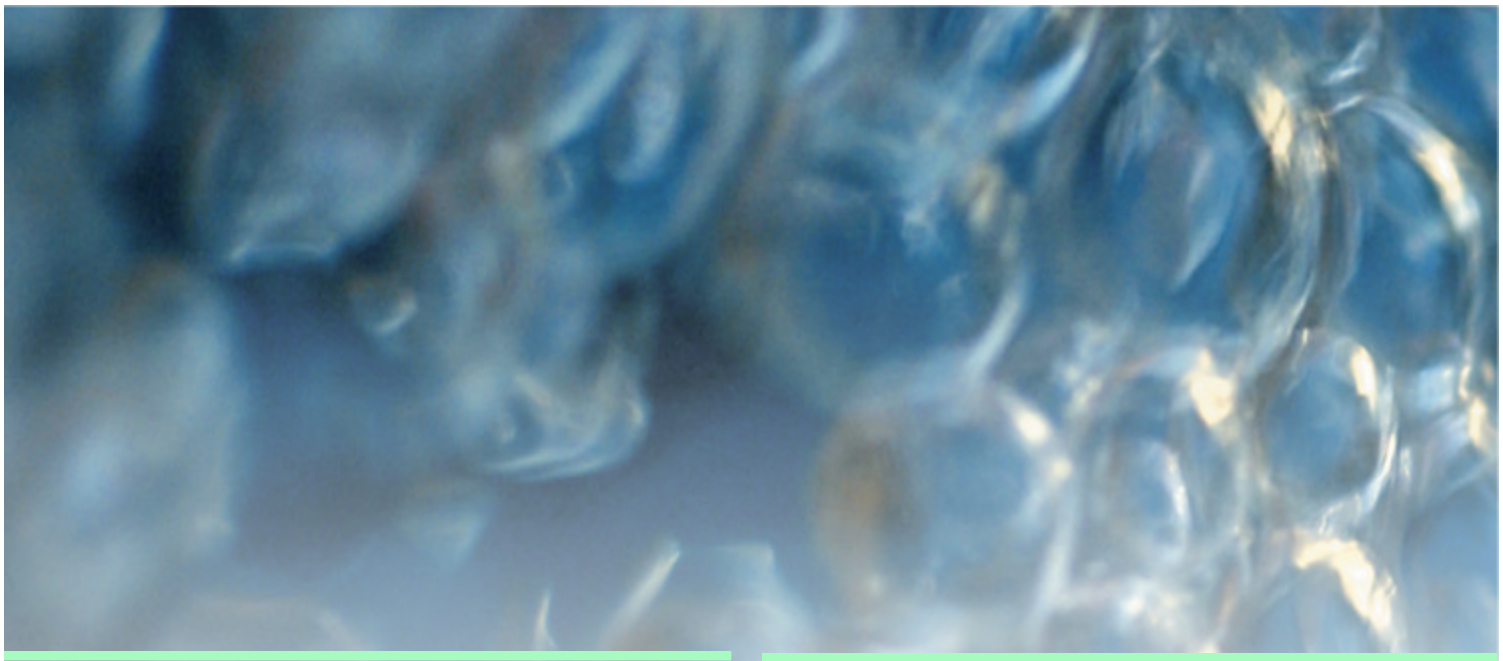
www.agua-dulce.org
www.aguasdesevilla.com
www.h2ouse.org
www.ecodes.org
www.ugr.es (InstitutodelAgua)
www.adecagua.org (AsociaciónparalaDefensadela CalidaddelAgua).

AhorrodeEnergía

www.agecam.es
www.energuia.com
www.csostenible.net

Residuos

www.redcicla.com
www.revistaresiduos.com
www.ecoembes.com
www.ecovidrio.es
www.fedemco.com
www.aluminio.org
www.ategrus.org



ArquitecturaBioclimática

www.ambientum.com/revista/2003_04/arquitectura.htm

Energías Renovables

www.energiasrenovables-larevista.es
www.agores.org

Agricultura Ecológica

ConsejosReguladoresdelaAgricultura Ecológica
www.craega.es

Consumo Responsable

www.setem.org
www.pangea.org/ropalimpia
www.from.mapya.es
www.greenpeace.org
www.gmo-ogm.org

Publicaciones Ecológicas

www.terra.org/home_revistas.phpl
www.turismosostenible.info

Certificaciones

EcoetiquetaEuropea
www.eco-labetourism.com
Fundación GlobalNature
www.fundacionglobalnature.org
InstitutoparalaCalidadTurísticaEspañola
www.icte.es
www.calidadturistica.es (InformaciónGeneral SistemasdeCalidadTurísticaEspañola.)
Asociación EspañoladeNormalizacióny CertificaciónAENOR
www.aenor.es
GreenGlobe21
www.greenglobe21.com

Turismo Sostenible

www.ecoagroturismo.com

Otras

PortalesdeMedioAmbiente

www.ambiente-ecologico.com
www.ambientum.com
www.ecoportal.com.ar

BuscadoresAmbientales

www.lineambiental.com

Elaboración de JabónCasero

www.anape.es/pdf/ficha4.pdf

CómoElaborarCompost

www.infoagro.com/abonos/compostaje.asp

TrucosCaseros

www.restamueble.galeon.com

InformaciónparaPymes

www.empresasostenible.info
www.fundacionambiente.org

5.-BIBLIOGRAFÍA

- Cámara Oficial de Comercio e Industria de Guadalajara:"Guía de Buenas Prácticas AmbientalesenelSectorTurismoRural."2005

- Cámara Oficial de Comercio e Industria de Guadalajara:" Guía de Buenas Prácticas Ambientales en el Sector Turístico y en la Hostelería."2005.

- Generalitat Valenciana: "Ecología de Andar porCasa."2004.

- Fundación Formación y Empleo:"Manual de SensibilizaciónMedioambiental."2004.

- Junta de Andalucía. Consejería de Turismo y Transporte:"Guía de Buenas Prácticas Medioambientales para Alojamientos en el MedioRural."2004.

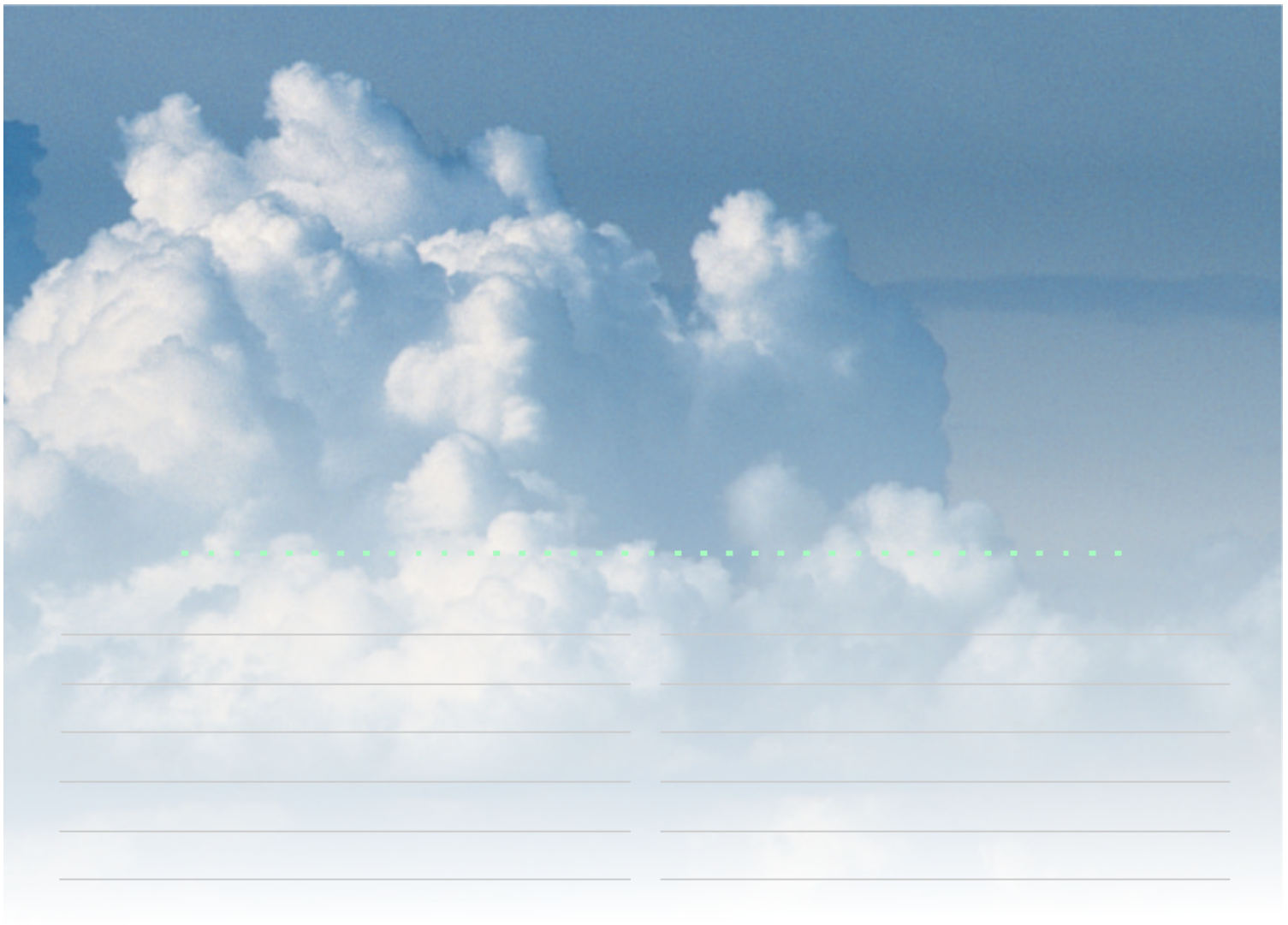
- Generalitat Valenciana.Consejería de Medio Ambiente:"Las Buenas Prácticas MedioambientalesenlaHosteleríayOcio."2003.

- Fundación Ecología y Desarrollo: "Guías de Buenas Prácticas Ambientales para Alojamientos TurísticosenlaHoyadeHuesca."2003.

- Esteve, Carmen: "La Ecología empieza en Casa".2000.

- Camprubi Bosch, Ramón:"Turismo y Medio Ambiente"1998.

Notas:



MANUAL DE BUENAS PRÁCTICAS AMBIENTALES

PARA LOS ALOJAMIENTOS DE TURISMO RURAL

CABILDO DE TENERIFE