

A decorative border of various flowers and greenery surrounds the central text. The flowers include red roses, yellow daisies, orange gerberas, and pink peonies, interspersed with green fern-like leaves. The border is set against a light beige background.

# ENSAYO

# Cuidado Del Medio Ambiente

A pesar de que la **ecología y cuidado de medio ambiente** son dos conceptos que se encuentran estrechamente ligados entre sí, hay que señalar que son dos términos diferentes, con matices que han de conocerse. Es obvio que existen algunas similitudes entre ambas, pero hay que ser cuidadosos de no confundir o utilizar de manera indistinta ambos términos. Cuando se habla de la **ecología** se habla del estudio que relaciona los seres vivos con su entorno, con el medio ambiente, analizando cuál es la influencia que tienen unos sobre otros, la interacción de los seres vivos con su medio. Es decir, es la **biología de los ecosistemas**. Sin embargo, cuando se habla del **cuidado del medio ambiente** se está hablando de la protección del planeta adquiriendo hábitos o costumbres sencillas que permitan reducir la contaminación, ahorrar energía y conservar los diferentes recursos naturales. Como es lógico, cuidar del medio ambiente no implica que, en la actualidad, los seres humanos deban abandonar sus actividades diarias ni renunciar a su vida. Solamente hay que cuidar **pequeños hábitos** que pueden marcar una gran diferencia.





# Cuidado del Medio Ambiente

El cuidado del medio ambiente no ha de ser únicamente una preocupación de las empresas, también son los hogares los que han de poner su granito de arena y ponerse cuanto antes manos a la obra para colaborar en el cuidado de nuestro entorno. Con unos pequeños cambios puede lograrse mucho. Algunos **propósitos ecológicos** que ayudan a cuidar del medio ambiente que pueden marcar la diferencia son:

## Evitar la ingesta de agua embotellada

Beber agua embotellada implica la generación de **grandes cantidades de desperdicios**. Es aconsejable ingerir la mayor cantidad de agua no embotellada para no fabricar demasiadas **botellas de plástico**. Porque no se trata ya de reciclar, la solución pasa por no comprar envases de usar y tirar, ya que realmente sólo llegamos a reciclar entre el 20 y el 30% de los envases reciclados (¡que no te engañen los titulares de la prensa comercial pagada por la industria del reciclaje que dicen que llegamos a cifras del 70 y el 80%, es una falacia muy bien vendida!). Hay que educar a nuestros hijos a beber agua del grifo (allí donde sea posible desde el punto de vista sanitario), ya que ahorraremos al planeta toneladas de residuos y consumo en materias primas.

## Usar el menor tiempo posible el aire acondicionado

Es obvio que durante los meses de calor apetece disfrutar del aire acondicionado, pero es conveniente encenderlo solamente cuando resulte completamente necesario, de lo contrario supondrá un importante **gasto de energía** y para tu bolsillo. Los climatizadores consumen mucha energía, lo que conlleva un empeoramiento del calentamiento global por las altas emisiones de CO<sub>2</sub> a la atmósfera. Aunque su uso esté generalizado, no es bueno para la salud, ¿cuántos de ustedes no se han cogido un buen resfriado en verano por los aires acondicionados? Hay que pensar en construir edificios sostenibles, con un **diseño bioclimático**, que conserven calor en invierno y el fresco en verano, mediante técnicas como los tejados ajardinados, jardines verticales, etc



## Eliminar la basura electrónica correctamente

La basura electrónica también conocida como **e-waste**, se ha convertido en un importante problema que no deja de crecer. Es esencial no mezclar este tipo de basura con la basura convencional que se genera en el hogar, ya que toneladas de estos desechos se arrojan cada día a nuestro medio ambiente, liberando sustancias tóxicas químicas y metales pesados que también pueden afectar seriamente a nuestra salud. Nuestro consejo es que antes que nada compres con cabeza, es decir, trata de comprar productos de empresas serias y responsables con el medio ambiente: busca los identificativos de diseño verde en el envase del producto, por aquello de la **obsolescencia programada** entre otras cosas.

## Evitar los productos de plástico

El plástico es uno de los desechos que más tarda en descomponerse, así como uno de los **productos más contaminantes** que existen. Comienza a sustituir el uso de bolsas de plástico por bolsas de tela. Evita comprar fruta y verdura empaquetada en bandejas de plástico y compra fruta a granel. Apuesta por las botellas de vidrio en lugar de las de plástico, ya que existen más posibilidades de reutilizarlas.

## Crear un espacio verde en tu vivienda

La creación de espacios verdes dentro de la vivienda ayuda a mejorar tanto la humedad como la temperatura, de modo que, apuesta por instalar un **pequeño jardín** en su vivienda, por pequeño que resulte. Puedes empezar a crear tu pequeño rincón verde en tu casa a partir de una buena iluminación LED alimentada con la energía de las plantas. Otras sugerencias pasan por las alfombras verdes de musgo real para pisar descalzos, las mesas verdes como elemento vivo por el que crece el césped, o **paredes verdes** y cuadros vegetales.





Para hablar del **cuidado del medio ambiente**, siempre es necesario recordar qué es y que se incluye cuando se habla de este entorno, pues todos formamos parte de él y es esencial destacar cada detalle que integra el espacio que habitamos; para así contribuir en mantener un planeta completamente conservado y lleno de vida.



[https://www.google.com/search?q=cuidado+del+medio+ambiente&rlz=1C1SQJL\\_esEC883EC883&sxsrf=ALeKk02qdrIQU5PgBnlsh9ha82whKxOa8w:1595352832337&tbm=isch&source=iu&ictx=1&fir=0GV9jRYTSInwoM%252Cgl7ODbAaw5E8CM%252C\\_&vet=1&usg=AI4\\_-kRo9P-](https://www.google.com/search?q=cuidado+del+medio+ambiente&rlz=1C1SQJL_esEC883EC883&sxsrf=ALeKk02qdrIQU5PgBnlsh9ha82whKxOa8w:1595352832337&tbm=isch&source=iu&ictx=1&fir=0GV9jRYTSInwoM%252Cgl7ODbAaw5E8CM%252C_&vet=1&usg=AI4_-kRo9P-)

[v0zJo7wNqwQubdUwgL4zYMg&sa=X&ved=2ahUKEwiwj\\_O28N7qAhUin-AKHWEsBXsQ9QEwDHoECAUQMg&biw=1920&bih=1007#imgsrc=0GV9jRYTSInwoM](https://www.google.com/search?q=cuidado+del+medio+ambiente&rlz=1C1SQJL_esEC883EC883&sxsrf=ALeKk02qdrIQU5PgBnlsh9ha82whKxOa8w:1595352832337&tbm=isch&source=iu&ictx=1&fir=0GV9jRYTSInwoM%252Cgl7ODbAaw5E8CM%252C_&vet=1&usg=AI4_-kRo9P-v0zJo7wNqwQubdUwgL4zYMg&sa=X&ved=2ahUKEwiwj_O28N7qAhUin-AKHWEsBXsQ9QEwDHoECAUQMg&biw=1920&bih=1007#imgsrc=0GV9jRYTSInwoM)

<https://geoinnova.org/blog-territorio/ecologia-y-cuidado-del-medio-ambiente/#:~:text=Es%20decir%2C%20es%20la%20biolog%C3%ADa,conservar%20los%20diferentes%20recursos%20naturales.>

<https://cumbrepuebloscop20.org/medio-ambiente/cuidado/>