



*EL MEDIO AMBIENTE ES UN BIEN COMUN QUE DEBEMOS CUIDAR,  
PUESTO QUE SU DETERIORO ES IRREVERSIBLE.*

*NUESTRO RESPETO Y COMPROMISO CON EL MEDIO AMBIENTE  
DEBE VERSE REFLEJADO EN LA EJECUCIÓN DE LAS TAREAS  
DIARIAS.*

	<b>MANUAL DE BUENAS PRÁCTICAS</b>	<b>Edición: nº0</b> <b>Fecha: 14/12/2.012</b>
---	-----------------------------------	--

## **INTRODUCCIÓN.**

Tecno Oficinas y P.L.V., S.L., de acuerdo a su compromiso con el respeto al medio ambiente ha implantado en su organización un sistema de Gestión Ambiental basado en las normas de referencia UNE-EN-ISO 14001.

Conscientes de la importancia que la protección del medio ambiente tiene sobre el desarrollo de las generaciones presentes y futuras, se compromete con el uso eficiente de los recursos, la minimización de los residuos generados, la prevención de la contaminación y a fomentar una gestión ambiental sostenible de sus actividades.

Este Manual de Buenas prácticas Ambientales nace como una muestra de la intención y compromiso de Tecno Oficinas y P.L.V., S.L. con la protección del medio ambiente y la prevención de la contaminación. Las acciones descritas en este manual deben ser llevadas a cabo por todo el personal de la empresa y partes relevantes.

### **ESTE MANUAL DE BUENAS PRÁCTICAS AMBIENTALES PRETENDE AYUDAR A:**

- Conseguir la disminución del consumo de agua y de los recursos energéticos de toda índole.
- Disminuir la generación de residuos y fomentar la gestión adecuada para facilitar su valoración.
- Minimizar el efecto ambiental de las emisiones atmosféricas, de los ruidos y vertidos de contaminantes a la red de saneamiento.
- Planificar la estrategia y la actividad de la empresa al introducir como factor de mejora continua la protección del medio ambiente.
- Prevenir y controlar los aspectos ambientales antes, durante y después de su generación.
- Mejorar o reforzar la imagen de Tecno Oficinas y P.L.V., S.L. frente a partes externas.
- Formar, concienciar e involucrar al personal de la empresa en la temática ambiental y la correcta implantación del Sistema de Gestión Ambiental.
- Difundir entre las personas que interactúan con la organización, en la medida de lo posible, la filosofía de las 5 r: Reemplazar, Reducir, Reutilizar, Reciclar, Recuperar.

**BUENAS PRÁCTICAS PARA REDUCIR EL CONSUMO ENERGÉTICO.**

- Informar sobre las ventajas del ahorro energético.
- Utilizar equipos de potencia adecuada para ahorrar energía.
- Al sustituir maquinaria, introducir los nuevos equipos teniendo en cuenta el bajo consumo energético de los mismos.
- Apagar los equipos y maquinaria mientras no se estén utilizando, siguen consumiendo en posición "stand by" hasta un 30 % del total.
- Apagar el ordenador cuando no se trabaje en periodos superiores a una hora, y fotocopiadoras, impresoras y faxes durante la noche y fines de semana.
- Minimizar, en lo posible, la utilización de aire acondicionado y calefacción. Apagar los climatizadores cuando no sea imprescindible su uso y, cuando se usen, hacerlo de forma coherente.
- Mantenimiento adecuado y limpieza de los sistemas de aire acondicionado con el objeto de prolongar la vida útil del aparato y fomentar el ahorro de energía.
- Evitar el uso innecesario del alumbrado.
- El mayor consumo de energía de los tubos fluorescentes se produce en el encendido, de ahí que una buena práctica medioambiental sea no apagarlos en lugares donde sea necesario volver a encenderlos en menos de 30 minutos.
- Limpieza de lámparas y luminarias.
- Aprovechar al máximo la luz natural.
- Aprovechar las corrientes de aire para la refrigeración de las instalaciones.

**BUENAS PRÁCTICAS PARA REDUCIR EL CONSUMO DE AGUA.**

- Informar sobre las ventajas del ahorro de agua y promover un consumo responsable del agua.
- Cerrar los grifos correctamente y no emplear agua de forma innecesaria.
- Colocar difusores y limitadores de presión en los grifos (un grifo con limitador gasta unos 8 litros de agua por minuto frente a los 15 que utilizaría sin limitador).
- Cerrar el grifo mientras te lavas las manos, puede ahorrar hasta 200 litros al día.
- No se debe utilizar el inodoro como papelera, de esta forma se evitan problemas de depuración y se ahorra una media de 10 litros de agua por cada descarga.
- Utilizar los sistemas de ahorro en la descarga de la cisterna. Las cisternas con descarga en 2 tiempos ahorran hasta un 60% de agua. También se podría introducir una botella llena de agua en la cisterna.
- Asegurarse que la cantidad de agua empleada en la limpieza es la adecuada.
- En caso de detectar una fuga, cerrar la llave de paso del agua y avisar rápidamente al servicio de mantenimiento.
- Evitar goteos. Un goteo continuo puede desperdiciar hasta 20 litros de agua al día. Realizar inspecciones en la instalación de fontanería para detectar fugas y sobreconsumo por averías.

### **BUENAS PRÁCTICAS PARA REDUCIR EL CONSUMO DE PAPEL.**

- Fotocopiar e imprimir a doble cara, ya que reduce a la mitad el papel usado.
- Reutilizar las caras en blanco de hojas ya impresas, por ejemplo para la recepción de fax, borradores,...
- Fomentar entre el personal el uso del correo electrónico para las comunicaciones internas y externas.
- Utilizar la lectura previa antes de la impresión para evitar errores.

### **BUENAS PRÁCTICAS EN EL CONSUMO DE PRODUCTOS.**

- Atender al criterio ambiental en el aprovisionamiento, mediante la elección de materiales, productos y suministradores con certificación ambiental.
- Utilizar papel reciclado siempre que sea posible, una tonelada de papel reciclado ahorra de 2 a 3 metros cúbicos de madera, equivalente a una tala de 10-12 árboles.
- Utilizar la cantidad justa de los productos, así se disminuye el consumo de materias primas y la cantidad de residuos generada.
- Prolongar la vida útil del cartucho de la impresora. Activar la opción de ahorro de tinta y agotar completamente antes de cambiar. Agitar el tóner cuando la impresora avise que está en un nivel bajo.
- Procurar la compra de productos a granel y con el menor volumen posible de envoltorios.
- No abusar de los productos químicos en las operaciones de limpieza. Utilizar preferiblemente aquellos que se identifican como de menor agresividad ambiental, de ph neutro y que sean biodegradables.
- Evitar el uso de ambientadores.
- Evitar la utilización de aerosoles, los gases de propulsión son considerados nocivos.
- Utilizar extintores que no contengan halones.

### **BUENAS PRÁCTICAS EN LA GESTIÓN Y CONTAMINACIÓN DE LOS RESIDUOS.**

- Realizar campañas de información entre los empleados para la minimización y correcta gestión de los residuos y la contaminación.
- Depositar el papel usado en los contenedores para su posterior reciclado.
- Utilizar productos reciclados o que sean aptos para el reciclaje.
- Reducir la producción de residuos siempre que se pueda.
- Segregar los residuos por tipo para facilitar su reciclado. Entregar posteriormente a un gestor autorizado estos residuos peligrosos y sus envases, previamente identificados en contenedores habilitados para tal fin, que se almacenan en lugares y condiciones adecuadas.

Finalmente, y con carácter general para todas las personas que lean este manual de buenas prácticas ambientales, nos parece oportuno introducir y difundir la filosofía de las 5 erres, a través de la cual se enfocan nuestras acciones individuales hacia el respeto del medio ambiente y los recursos naturales. La consideramos extremadamente positiva y beneficiosa para la buena conservación de nuestro planeta y para evitar su continuo deterioro por parte del ser humano.

## **FILOSOFIA DE LAS 5 r: REDUCIR, RECHAZAR, REUTILIZAR, REPARAR, RECICLAR.**

Las sociedades humanas siempre han producido residuos, pero es ahora, en la sociedad de consumo, cuando el volumen de las basuras ha crecido de forma desorbitada. Además se ha incrementado su toxicidad hasta convertirse en un gravísimo problema.

Al tiempo, las reservas naturales de materias primas y las fuentes energéticas disminuyen mientras los costes de su extracción aumentan y son motivos de graves impactos ambientales y desequilibrios sociales. Estamos inmersos en la cultura del usar y tirar, y en la basura de cada día están los recursos que dentro de poco echaremos en falta.

Cada ciudadano genera por término medio 1 kg. de basura al día (365 kg. por persona al año). Estas basuras domésticas (llamadas Residuos Sólidos Urbanos, RSU) van a parar a vertederos e incineradoras. Buena parte de estos RSU, el 60% del volumen y 33% del peso de la bolsa de basura, lo constituyen envases y embalajes, en su mayoría de un sólo uso, normalmente fabricados a partir de materias primas no renovables, o que aun siendo renovables se están explotando a un ritmo superior al de su regeneración (por ejemplo, la madera para la fabricación de celulosa), y difícilmente reciclables una vez utilizados.

En el hogar también se producen residuos derivados de pinturas, disolventes, insecticidas, productos de limpieza, etc., considerados peligrosos porque suponen un riesgo importante para la salud o el medio ambiente, pese a que sólo representan un pequeño porcentaje de los RSU.

Sin embargo, este es un gran problema con fáciles soluciones, que depende en gran medida de la actitud de los consumidores. Es importante poner en práctica la consigna de las Cinco Erres: Reemplazar, Reducir, Reciclar, Reutilizar, Recuperar/Reparar, en este orden de importancia. De todas formas, el consumidor responsable debería pensar, en primer lugar, si realmente necesita el producto. Después, elegir los que no contribuyan a crear residuos inútiles; por ejemplo, evitar comprar productos descartables y preferir productos reciclables/reciclados.

**CONSIGNA DE LAS CINCO R (Reemplazar, Reducir, Reutilizar, Reciclar, Recuperar):**

- **REEMPLAZAR:** Debemos evaluar los productos e investigarlos, teniendo en cuenta si son agresivos para nuestra salud y con el medio ambiente. Y reemplazarlos, en lo posible, por aquellos que sean más saludables para nosotros y el planeta.

- **REDUCIR:** La reducción ayuda a evitar la extracción de recursos naturales y la utilización de agua y energía para la obtención de nuevos materiales. Es primordial comprar menos y mejor. No sólo pensando en la relación calidad/precio sino también la relación calidad/coste ambiental. Debemos evitar la adquisición de elementos que pronto serán basura, tales como envases descartables o productos con envoltorios innecesarios y envasados excesivos. Volver a usar bolsas de tela, cestas o el clásico carrito de compra, y prescindir de la bolsa plástica. No tenemos que sumarnos a la moda que hace obsoleto lo que se acaba de comprar e incita al despilfarro. Elijamos productos destinados a ser duraderos, que estén construidos con materiales fáciles de reciclar o reciclados y con procesos de fabricación que no empleen contaminantes.

- **REUTILIZAR:** Muchos de los elementos que tiramos podrían volver a ser usados, tales como las bolsas para las compras, los envases retornables, etc. Evitemos productos desechables o de mala calidad. Es mucho más ecológico reutilizar que reciclar, ya que no hace falta gastar energía en la fabricación de los productos.

- **RECICLAR:** El proceso de reciclado comienza en casa, a través de la separación en origen de los diferentes materiales que desechamos y agrupando de esta manera los diversos tipos de basura. El objetivo es, en primer lugar, evitar que los distintos elementos se contaminen, para poder reincorporarlos al ciclo productivo. En segundo lugar, facilitar la operación y distribución de los residuos, mejorando así los porcentajes de recuperación y reciclaje. De esta manera se recuperarán directa o indirectamente los componentes de la basura, reinsertando los productos en el ciclo productivo y procesándolos para darle un nuevo uso, en algunos casos el mismo para el que fueron creados y en otros, elementos de una calidad inferior (como en el caso de los plásticos), o utilizando los desechos orgánicos como fertilizantes naturales para la agricultura. Así ayudamos a conservar los recursos naturales, a ahorrar energía, a disminuir el volumen de residuos y protegemos el medio ambiente.

- **REPARAR:** Debemos cambiar nuestras normas de conductas agresivas para vivir de forma más armónica con el medio ambiente. Es importante no contribuir a seguir sumando desechos, evitando tirar los productos que se nos rompen: arreglarlos en vez de comprar uno nuevo cada vez que tenemos un problema. Esto, además de ser ecológico, también es económico: es un derroche tirar unos zapatos porque se les despegó la suela o un electrodoméstico porque se rompió el enchufe.

Es fundamental que los ciudadanos nos responsabilicemos y actuemos, adquiriendo nuevos hábitos de compra, recuperando buenas costumbres, exigiendo medidas correctas y colaborando con ellas cuando se ponen en práctica.

