



Guía de buenas **Prácticas Ambientales**

ÍNDICE

1.	Introducción	3
2.	Objetivos	4
3.	Buenas Prácticas Ambientales	5
3.1	Uso de la energía	5
3.1.1	Equipos de ofimática	5
3.1.2	Climatización	6
3.1.3	Iluminación	7
3.2	Uso del Agua	8
3.3	Gestión de los Desechos	9
3.3.1	Aplicar las 3R:	10
3.3.2	Uso de papel	11
3.3.3	Uso de Plástico	12
3.4	Consumo responsable	13





1 Introducción

Los sistemas de infraestructura sostenibles se caracterizan por su enfoque integral en la planificación, diseño, construcción, operación y desmantelamiento de manera que aseguran la sostenibilidad en aspectos económico-financieros, sociales e institucionales a lo largo de todo el ciclo de vida de la infraestructura (Programa de las Naciones Unidas para el Medio Ambiente, 2021).

Este concepto se encuentra ganando cada vez más fuerza a nivel mundial. Mientras los países se esfuerzan por abordar las deficiencias más urgentes en infraestructura, construir resiliencia ante las crisis y fomentar la recuperación económica después de la pandemia de COVID-19, muchos reconocen la importancia de alinear estos planes con la Agenda 2030 para el Desarrollo Sostenible y el Acuerdo de París. Sin embargo, históricamente, la inversión en infraestructura ha estado dominada por proyectos "grises". Incluso en la actualidad, la mayor parte del gasto en infraestructura destinado a la recuperación sigue enfocándose en estas soluciones convencionales (Vivid Economics, 2021).

Al presente, estamos inmersos en una cultura de consumo, donde compramos, usamos y desechamos sin considerar las consecuencias. Es crucial tener en cuenta que los residuos generados en nuestra vida cotidiana contribuyen a la contaminación ambiental, al igual que el derroche de recursos como el agua, la energía y el papel, además del uso inadecuado de los automóviles. Por lo tanto, estamos generando una serie de problemas ambientales que requieren la adopción de medidas tanto a nivel personal como institucional para mitigarlos.

La Prefectura Ciudadana del Guayas, a través de su Dirección de Gestión Ambiental, con el objetivo de promover cambios y motivar acciones para proteger nuestro planeta, hemos elaborado esta guía dirigida a funcionarios de la institución; donde se muestran conceptos básicos sobre la gestión ambiental en la entidad.

Esta guía establece prácticas en las dependencias administrativas que contribuyen a reducir el impacto ambiental generado por las actividades, especialmente a nivel individual de cada trabajador. Además, presenta una serie de directrices sobre el comportamiento en relación con los aspectos ambientales significativos identificados en la institución. Estos aspectos se refieren a elementos de las actividades, productos o servicios de la entidad que interactúan con el medio ambiente y generan un impacto asociado.



2 Objetivos

Objetivos Generales

Promover la mejora de la sostenibilidad ambiental en la Prefectura Ciudadana del Guayas, mediante el conocimiento de los problemas derivados de las prácticas ambientales deficientes.

Objetivos específicos

-  Fomentar una cultura ambiental entre los funcionarios de la Prefectura Ciudadana del Guayas.
-  Implementar medidas y acciones que impulsen la eficiencia en el manejo de recursos y desechos con impacto ambiental.
-  Reducir el consumo innecesario de agua, energía eléctrica, suministros y combustibles, aprovechándolos de manera eficiente.
-  Promover la sensibilización, capacitación y participación de todos los funcionarios públicos y privados en la aplicación de buenas prácticas ambientales.
-  Minimizar la cantidad de residuos sólidos generados y fomentar su reutilización y reciclaje.





3

Buenas Prácticas Ambientales

3.1 Uso de la energía

El consumo de energía representa el principal componente de gasto controlable en la dependencia administrativa.

El creciente uso de dispositivos eléctricos ha generado un notable aumento en los niveles de consumo y, en consecuencia, en los costos asociados.



Sin embargo, al implementar una serie de prácticas en la gestión administrativa, es posible lograr ahorros de hasta un 40%. Existen diversas prácticas que se pueden adoptar con el fin de reducir el consumo energético, entre las cuales se incluyen:

3.1.1 Equipos de ofimática

Al concluir la jornada laboral, asegúrate de apagar las luces, impresoras, computadoras y demás dispositivos eléctricos.

Si te ausentas por más de una hora, es recomendable apagar el monitor de la computadora o ponerlo en modo de hibernación, ya que consume aproximadamente el 70% de la energía total del equipo. Un monitor encendido consume alrededor de 60 W, mientras que en modo de espera consume alrededor de 6,5 W, y apagado solo 1 W.

Reduce el uso de papel y secadores de manos; en su lugar, utiliza tu propia toalla.



Utilizar las escaleras en lugar de los ascensores, ya que es una opción más saludable, económica y ecológica. Si solo tienes que subir o bajar un piso, considera hacer ejercicio y utilizar las escaleras, lo cual también beneficia tu salud.

Evita conectar múltiples dispositivos al mismo tiempo, ya que puede provocar sobrecargas, apagones y un deterioro a largo plazo de las instalaciones.

Ajusta la configuración de los dispositivos de tu área administrativa, como computadoras, copiadoras e impresoras, en el modo de "ahorro de energía" para disminuir el consumo eléctrico.

Informar a Dirección Provincial de Tecnologías de la Información y Comunicación (TIC's) sobre cualquier daño o dificultad en el uso de los equipos informáticos, ya que requieren un mantenimiento adecuado para garantizar un rendimiento óptimo.

3.1.2 Climatización

Apagar o reducir al mínimo los sistemas de aire acondicionado en las salas no ocupadas, como las salas de reuniones durante los horarios fuera de trabajo.

Mantener la temperatura alrededor de los 24°C para reducir el consumo de energía.

Asegurarse de que los equipos de climatización se programen para funcionar únicamente durante el horario laboral.





Buenas Prácticas Ambientales

Asegurarse de que las puertas y ventanas estén cerradas mientras los equipos de climatización están en funcionamiento para evitar pérdidas y desperdicio de energía.

3.1.3 Iluminación

La iluminación puede representar hasta el 40% del total de la factura de energía en una dependencia administrativa. Algunas consideraciones importantes incluyen:

Reemplazar gradualmente las bombillas incandescentes y los tubos fluorescentes antiguos, que utilizan tecnología ineficiente y emiten más calor que luz.

Utilizar interruptores independientes para iluminar solo las áreas necesarias dentro de una misma zona.

Aprovechar la iluminación natural organizando los espacios de trabajo de manera que se mantenga una iluminación adecuada, manteniendo las ventanas limpias y abriendo persianas o cortinas, entre otras medidas.

Garantizar una gestión adecuada de los tubos fluorescentes y las bombillas, ya que se consideran residuos especiales.





Buenas Prácticas Ambientales

3.2 Uso del agua

El consumo de agua está aumentando rápidamente y, aunque el agua es considerada un recurso renovable, su calidad está disminuyendo gradualmente. Además, es importante tener en cuenta que el verdadero costo del agua va más allá de los costos de suministro y tratamiento, lo que resalta la importancia de adoptar prácticas que reduzcan su consumo. Actualmente, se registra un consumo significativo de agua, destacando que más de dos tercios de este consumo ocurre en los baños. Por lo tanto, la implementación de sistemas de ahorro de agua no solo reduciría dicho consumo, sino que también serviría como ejemplo para las personas que trabajan o visitan nuestras dependencias.

Colocar temporizadores o detectores de presencia para grifos. Esto puede suponer ahorros entre el 20 y el 40% del recurso.

Utilizar sistemas de detección de fugas en las cañerías enterradas u ocultas.

Las fuentes de consumo humano deben estar dotadas de sistemas temporizadores o limitadores de caudal.

Soltar el agua del inodoro cuando así lo requiera y no usarlo como cesto de residuos (papel higiénico).



3.3 Gestión de los Desechos

Algunas medidas que se pueden tomar para reducir la generación de residuos sólidos incluyen:

Centralizar los contenedores de basura en un solo lugar con los colores y etiquetas correspondientes (verde para residuos orgánicos, gris para papel y cartón, azul para plástico, blanco para vidrio y latas, negro para desechos ordinarios). Esto facilitará una mejor clasificación de los desechos.

3.3.1 Aplicar las 3R:

Reducir: Antes de comprar, es importante considerar realmente lo que necesitamos y evitar envoltorios innecesarios. Muchos productos vienen con excesivos envoltorios de plástico o espuma que tardan mucho tiempo en descomponerse y se fabrican con materiales escasos como el petróleo, agua y madera.

Reutilizar: En lugar de desechar productos después de usarlos, podemos encontrar formas de reutilizarlos o darles otros usos prácticos en el hogar o en la dependencia administrativa. Esto reduce la cantidad de residuos generados.

Reciclar: El reciclaje implica adquirir materiales viejos o usados y procesarlos química o físicamente para obtener materia prima y fabricar nuevos productos.

Evitar el uso de botellas de plástico individuales y en su lugar utilizar agua del dispensador con botellas reutilizables o vasos personales.

Reducir el uso excesivo de bolsas plásticas y optar por bolsas reutilizables.

Estas prácticas contribuirán a la reducción de la generación de residuos sólidos y fomentarán un enfoque más sostenible hacia el manejo de los desechos.





Buenas Prácticas Ambientales

3.3.2 Uso de papel

La implementación de nuevas tecnologías ha tenido un impacto significativo en la reducción del consumo de papel. Sin embargo, la visión de una dependencia administrativa sin papel aún es más una promesa que una realidad, ya que hasta el 90% de los residuos generados en este entorno son papel.

Para disminuir el uso de papel, se deben aplicar las siguientes medidas:



Almacenar documentos en formato digital en lugar de imprimirlos.



Optimizar la cantidad de copias necesarias y compartir información en lugar de generar copias individuales para cada persona, aprovechando las herramientas como Internet, correos electrónicos y teléfono.



Dar preferencia al uso de papel reciclado en la medida de lo posible, recordando que puede tener una calidad similar al papel convencional.



Evitar imprimir documentos innecesarios o aquellos que contengan mucho espacio en blanco, como presentaciones de PowerPoint.



Antes de imprimir, revisar el documento en la vista previa para corregir posibles errores y mejorar su presentación, ajustando los márgenes, dividiendo párrafos de manera eficiente, reduciendo el tamaño de la fuente, entre otros aspectos.



Utilizar papel por ambas caras al fotocopiar o imprimir documentos, siempre que sea posible. Asimismo, ajustar los textos para que dos páginas de un documento, libro o publicación quepan en una hoja estándar.



-  Para los documentos internos, imprimir en papel reutilizado o utilizar papel reciclado e imprimir por ambas caras.
-  Priorizar el uso de medios de comunicación electrónicos en lugar de impresoras.
-  Reutilizar todo el papel impreso en una sola cara para fines como imprimir borradores o fabricar blocs de notas.
-  Utilizar papel reciclado para realizar fotocopias.
-  Imprimir en calidad de borrador para evitar el desperdicio de tinta y facilitar la reutilización, especialmente en documentos internos, y promover el reciclaje.
-  Separar el papel no utilizable y depositarlo en los contenedores designados para tal fin.
-  Colocar pequeñas papeleras en cada mesa de trabajo para mejorar la reutilización y el reciclaje de los residuos de papel.



3.3.3 Uso de Plastico



Dirección Provincial de
Gestión Ambiental

COMUNICADO

Estimados colaboradores:

Estamos fomentando una cultura interna amigable con el ambiente y para la conservación de nuestra provincia. Parte de las acciones que hemos tomado es la reducción del uso de plásticos de un solo uso.

Recomendamos evitar:

- ☒ Botellas de plástico para bebidas
- ☒ Tapas de botellas de plástico
- ☒ Envoltorios de comida
- ☒ Bolsas de plástico de supermercado
- ☒ Sorbetes
- ☒ Empaques de espuma para llevar
- ☒ Otros de materiales similares



¡Agradecemos y valoramos tu compromiso!

Buenas Prácticas Ambientales

3.4 Consumo responsable

Ajusta tus compras según las necesidades reales de tu lugar de trabajo para evitar adquirir productos innecesarios.

Utiliza y comparte de manera adecuada el material de la dependencia administrativa para prolongar su vida útil y generar ahorros para la institución.

Cuando almuerces, evita comprar alimentos que vengan en envases de polietileno (espuma flex) que no se puedan reciclar y contaminen el ambiente durante mucho tiempo. En su lugar, lleva tus propios recipientes y pide que te sirvan los alimentos en ellos. Seamos coherentes tanto con nosotros mismos como con la institución en la que trabajamos.

Da preferencia a las pilas recargables en lugar de las pilas comunes, ya que las últimas contaminan grandes cantidades de agua (entre 3 mil y 175 mil litros) dependiendo de sus componentes, como el mercurio. Las pilas recargables pueden ser utilizadas hasta unas dos mil veces, dependiendo del tipo y su uso adecuado.

Opta por comprar lápices y marcadores recargables para evitar generar más desechos. Prefiere productos que tengan envases con el logotipo de reciclable o reutilizable.

Adquiere productos naturales para tu higiene personal, ya que el uso de aerosoles perjudica al medio ambiente.





**PREFECTURA
CIUDADANA
DEL GUAYAS**

Guayas ↗
SE MUEVE