

MARGARET FENWICK y EL NUEVO PARADIGMA

Margaret Fenwick, autora del libro *EcoChic: Pequeños gestos para cuidar de ti y de tu planeta*, es especialista en el desarrollo sostenible y la responsabilidad corporativa. Trabaja con empresas privadas, organizaciones no-gubernamentales y el sector público para promover la transparencia, la responsabilidad social, y las buenas prácticas medioambientales.

EL PODER DEL HÁBITO Pequeños gestos y grandes cambios

La sostenibilidad, la huella ecológica, la biocapacidad...Hace una década casi nadie utilizaba estos términos que hoy en día aparecen por todas partes. Son conceptos necesarios, herramientas muy útiles y debemos saber qué significan y cómo integrarlos en el desarrollo de la sociedad.

Pero en el día a día de nuestras propias vidas, ¿qué queremos *de verdad*? ¿Más *sostenibilidad*? ¿Un poco menos *huella de carbono*? ¿Mayor *biocapacidad* para el Planeta?

Al final del día, es mucho más sencillo que todo eso.

La mayoría de la gente quiere simplemente lo mismo: **Disfrutar de una vida sana en un mundo mejor**. Queremos respirar aire limpio, beber agua pura, y comer comida libre de toxinas. No queremos que nuestras acciones dañen a nadie y si es posible, nos gustaría que mejoren la vida de otros y el bienestar del planeta.

Con algo más de información y un poco de práctica, empezarás a ver que hay miles pequeños gestos que puedes hacer en tu día a día para allanar el camino hacia una vida un poco más sana y un mundo mucho mejor.

Aquí tienes algunas sencillas pautas para ayudarte empezar a ver cómo tus pequeños gestos pueden formar parte de grandes cambios.

¿Qué te interesa a TI?

¿No te importa el oso polar tirado en el iceberg? Pues, no pasa nada. No todo nos puede interesar y tampoco es fácil comprender todas las repercusiones de nuestras acciones diarias.

Pero tal vez hay unos temas que sí te interesan un poco más que otros. Quizás quieres saber más sobre las posibles sustancias tóxicas en los productos de limpieza o la calidad del aire que respiras cuando paseas por la calle. Quizás quieres ahorrar en la factura de la luz o saber cómo ir en coche sin gastar tanto combustible. Quizás no te importa el oso polar, pero sí te importa el atún rojo del mediterráneo y los niveles de mercurio en el pescado que comes.

Sea la razón que sea – por el medioambiente, por tu propia salud, por la sociedad en sí – el primer paso hacia una vida más sana y un mundo mejor es encontrar un tema, una causa, un problema que a ti te interesa y utilízalo como punto de partida.

Pregunta, aprende, mejora (y repite).

Parece que tomamos miles de decisiones todos los días: ¿Qué ropa llevo? ¿Qué leche compro? ¿Cómo voy al trabajo? Pero al final, muchas de estas decisiones, a partir de la segunda o tercera vez que las tomamos, ya son inmediatas. No pensamos sobre qué estamos haciendo y casi nunca cuestionamos los impactos que nuestras decisiones pueden tener más allá. Por eso, cuando ya has encontrado un tema que te interesa, aprende más sobre ello e investiga cómo está liado a los tres pilares de la sostenibilidad: la sociedad, el planeta, y la

®Este texto ha sido redactado por Margaret Fenwick para ser incluido en *Moda Ética* para un futuro sostenible pero al no ser posible se ha incluido en www.cuidandolasformas.com. Cualquier reproducción total o parcial requiere nombrar a la autora y/o la fuente de origen.

economía. Con esta nueva información, cuestiona tus decisiones y acciones diarias, aprende cuáles son las mejores opciones y toma medidas para elegir las mejores opciones para ti, tu familia, y tu Planeta.

Al mayor impacto primero.

Si te atreves a calcular tu propia huella ecológica (myfootprint.org) verás como poco a poco cada decisión que tomas aumenta el consumo de recursos del Planeta hasta que recibes un resultado final: la cantidad de planetas Tierra se necesitaría si todas las personas del mundo viviera tu estilo de vida.

Aunque el resultado final es nada menos que abrumadora cuando vives en el mundo "desarrollado", si prestas atención mientras calculas tu huella, verás que unas decisiones tienen mayor impacto que otras pero muchas veces son igual de fáciles de implementar.

Por eso recomiendo lo siguiente: reducir o eliminar las acciones, los productos, o los hábitos que tienen el mayor impacto negativo en el medioambiente y en la sociedad, especialmente cuando los beneficios personales que recibes son pocas.

Para tener una idea algunos pequeños gestos que tienen un gran impacto, comparto mi lista personal de los *Top 10*.

1. LA ROPA Como dijo Vivienne Westwood, "Compra menos, elige bien y mézclalo todo."
2. LA COMIDA Come más verduras, frutas y legumbres. Tu cuerpo y el planeta te lo agradecerán.
3. EL AGUA Qué una jarra siempre esté en la mesa y una botella rellenable te acompañe.
4. LA CASA No toques el termostato. Mejor abrigar tu hogar e invertir en un buen aislamiento.
5. LA LIMPIEZA Cuanto menos producto, mejor. Y si puede ser natural, ¡excelente!
6. LA COMPRA Cuidado con la compra impulsiva. Piensa, compara, y utiliza el sentido común.
7. EL COCHE La clave está en el *cuánto* y el *cómo*: que tus desplazamientos sean *menos frecuentes y sin prisa*.
8. EL VIAJE Calidad en vez de cantidad. Si vas en avión, que sea para buena razón.
9. LA ÉTICA Apoya empresas transparentes, responsables y que operan de manera justa.
10. LA VOZ Una llamada, una carta, un email, una petición, o una votación. Tu voz tiene poder.

Decisiones con las que podamos vivir.

Seamos realistas. Si queremos avanzar hacia una vida más sana y un mundo mejor, tenemos que ponernos pautas que podamos seguir, fijarnos metas que podamos lograr, y tomar decisiones con que las que podemos vivir.

Hay que tener en cuenta que hemos llegado al estado en que encontramos nuestro Planeta poco a poco, en el transcurso de muchas décadas, decisión por decisión, acción por acción. Y al igual que los problemas, las soluciones las vamos a encontrar de la misma manera: poco a poco, pequeños gestos seguidos de pequeños gestos, y por acciones llevadas a cabo por todos: empresas, gobiernos e individuos como tú y yo.

Cada uno tiene una responsabilidad real e importante, cada gesto cuenta, cada acción importa, y — viendo como está la situación actual — cada esfuerzo, por pequeño que sea, es sumamente necesario si queremos lograr grandes cambios hacia una vida más sana en un mundo mucho mejor.