

ESFERA

Nuestro Ecosistema

Hogar sustentable

P.4

Ahorrar energía:
Responsabilidad de todos

P.6

Elaboración de huertos ecológicos

P.7

Ejemplar Gratuito

Edición #7



¡No te pierdas el
programa todos los
martes de 5 a 6 pm por
Canal 29 PSNBC TV Aerea!
En vivo por internet en:
livestream.com/canal29ensenada

Editorial

Meses atrás comenzó este proyecto con la finalidad de fomentar el conocimiento de prácticas sustentables, artículos de divulgación relacionados al medio ambiente. No obstante sigue siendo en favor del cuidado del medio ambiente y los ecosistemas que nos rodean, la llamada: Esfera ambiental. Adicional a la ideología que dio origen a este proyecto en este y los siguientes volúmenes incorporamos temas de índole

cultural, social, inocuidad y económicos además de los temas medio ambientales porque todos ellos conviven en esta esfera que llamamos planeta tierra. Esperamos sea de tu interés y que nos apoyes a divulgar nuestros contenidos que siempre buscaran un mejor lugar donde vivir.

Directorio

Editor:

Steephen Arturo Martínez Guerrero

Diseño:

Omar Negrete López

Compilación:

Alma Edith Carpio Ramírez

Autores:

Amaya Miguel Barrera
Catherine Cesa
Jhyovani López
Yair O. Santiago Sáenz
Norma Laura Lucio Martínez

Reciclaje en casa

El hablar de hogar sustentable hoy en día son frases que se escuchan a diario, pero yo hijo de casa ¿Qué hago para poder apoyar este hecho?

Bueno pues aquí te damos algunas ideas ya que existen muchísimas cosas en las que puedes apoyar, lo importante aquí es echar a volar tu imaginación ya que existen muchísimos desechos en casa que podemos darle un segundo uso, por ejemplo has imaginado decorar tu habitación con tubos del rollo de servilletas que desechamos cuando se terminan estas. Es una idea que puedes emplear cortándolos (los tubos) en un ancho de 2cm que puedes darle forma de corazón, hojas o cuadros tal como lo muestra la imagen, esto puede ser del tamaño o forma que quieras tanto

Por: Norma Laura Lucio Martínez

como tu imaginación te lo permita. Ahora bien hablando sobre decoración, ¿te imaginas poder decorar el exterior de tu casa con botellas de plástico? en las que puedas sembrar desde que harán ver muy linda tu casa hasta chiles, cilantro o hierbas de olor que pueden ser empleadas en la cocina diaria. ¡Esto es lo que se conoce como huerto urbano!

El reciclaje no solo es decoración también puedes dar un segundo uso a tus playeras en desuso poniéndolas a la moda, corta tus jeans para hacer bolsas de mano, forra tus cuadernos con trozos de tela de colores, lo importante es que eches a volar tu imaginación, no te limites a cualquier lado que voltees

hay desechos que puedes darle un segundo uso, piensa en el planeta, trata de dejar la menor huella que puedas para que las generaciones futuras tengan la oportunidad de ver las maravillas que tiene nuestra Esfera ambiental llamada TIERRA.



Entérate de las últimas noticias con:

el Vigía
PERIODISMO CON LA GENTE



Hogar Sustentable



Actualmente el término "sustentable" es constantemente nombrado para denominar la actitud de la sociedad hacia los recursos naturales.

Por: Amaya Miguel Barrera

El desarrollo sustentable significa el uso responsable de los bienes y servicios medioambientales para cubrir nuestras necesidades garantizando el disfrute de los mismos para generaciones futuras. Generalmente se piensa que las soluciones al cambio climático o la escasez de recursos naturales no están en nuestras manos, sin embargo eso no es verdad porque el concepto de hogar sustentable es un ejemplo de como nosotros podemos aportar nuestro granito de arena en la conservación y cuidado del planeta.

Los hogares sustentables son una forma de reducir la "huella" que dejamos en nuestra convivencia con la naturaleza. Con solo cambiar de manera muy sencilla algunos hábitos de la vida cotidiana se puede ayudar al medio ambiente más de lo que imaginamos. Pero no sólo eso, ya que vivir en un hogar sustentable ayudara en la economía de cada persona al reducir muchos gastos debido al mal uso que normalmente se les da a los recursos ambientales. Un hogar sustentable se basa en el principio de las tres R's: Reducir, Reciclar y Reutilizar.

Por ejemplo, el reutilizar las bolsas de plástico de la compra del mandado en las próximas compras o utilizarlas como bolsas de basura ayudara a disminuir considerablemente el consumo de plástico. Cambiar los focos incandescentes por lámparas de bajo consumo disminuirá el gasto de electricidad que se reflejara en el recibo de luz. Reutilizar ropa vieja en la fabricación de utensilios de limpieza es una manera de reducir el consumo y la producción de estos. Quizá algo más complicado, debido a las características del hogar es producir composta mediante desechos orgánicos que diariamente son generados dentro del hogar, la cual puede ser utilizada para el cuidado de sus plantas, huerto o jardín. La compra de productos a granel en lugar de productos envasados disminuye el cartón, papel o plástico utilizado dentro del proceso de producción de estos productos. Otras alternativas a incorporar en nuestros hábitos de vida es disminuir o cambiar el uso individual del auto, tomando como primera opción el compartirlo, usar el transporte público, la bicicleta, hasta caminar cuando las dist

recorrer sean cortas. Lo anterior, además de ayudar al medio ambiente, beneficiara nuestra salud y economía.



El desarrollo de "hogar sustentable" es una forma de vida que las personas pueden adoptar sin demasiado esfuerzo y cuyos beneficios son mayores de los que se imagina, tanto para nuestro como para todos los que vivimos gracias a él.



Ahorra energía es responsabilidad de todos

Por: Catherine Cesa / Jhyovani López








Uno de los mayores problemas ambientales en la actualidad es el excesivo consumo energético.

El incremento del consumo de energía por quema de hidrocarburos ha llevado a la principal causa de las emisiones de gases de efecto invernadero, los cuales son precursores del cambio climático. Tomando presente el termino sustentabilidad que implica vivir una vida que no comprometa los recursos del futuro y nosotros, optemos por dejar vivir desperdiciando gran cantidad de energía sin pensar en que tarde o temprano este recurso se agotara. Es importante tomar conciencia y aprender a optimizar el consumo energético.



Uso eficiente de energía en el hogar

Un buen ahorro energético puede lograrse:

-  *Desconectando cargadores y aparatos electrodomésticos que no se utilicen*
-  *Cambiando los focos tradicionales por ahorradores, como es el uso de focos LED*
-  *Optando por el uso de paneles solares*
-  *Apagando las luces cuando no se necesiten*
-  *Utilizando pilas recargables*
-  *Reemplazando electrodomésticos viejos por aquellos con certificación energética*
-  *Evitando el uso excesivo de calefactores y aire acondicionado*



Sardina Ahumada
Búscanos en Facebook
“Blueblue fish”
o pedidos al
646-178-0017



Busca recetas en Facebook
“Hoy Toca Sardina”

Elaboración de huertos ecológicos

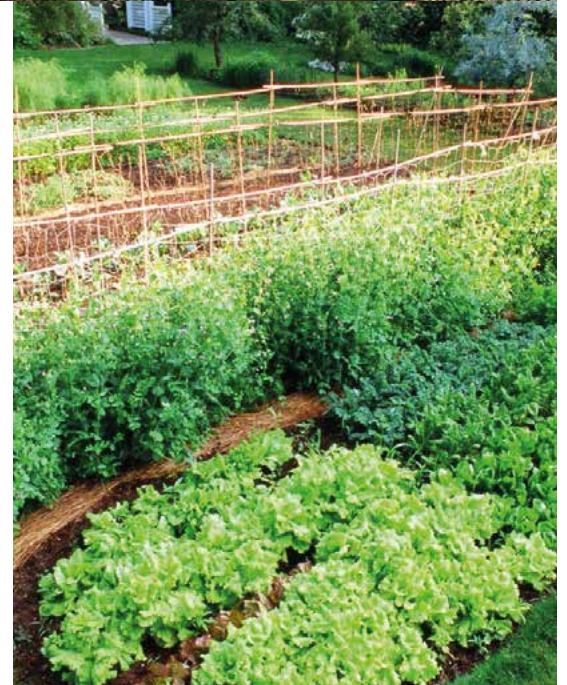
Por Yair O. Santiago Sáenz.*

La interacción microbiológica en los cultivos, con enfoque en seguridad alimentaria, disponibilidad de alimentos y desarrollo sostenible a favor de la ecología y el medio ambiente.

Actualmente la disponibilidad de alimentos en calidad y variedad, afecta en gran medida a los hogares mexicanos que no cuentan con los recursos económicos suficientes, por lo que cada vez es más difícil obtener productos necesarios para un adecuado estado de nutrición. En el caso de las personas que si están dentro de sus posibilidades obtener productos de los tres grupos de alimentos, se enfrentan a los tratamientos a los que son sometidos con componentes químicos, sustancias altamente tóxicas para la salud humana (Cáncer, enfermedades gastrointestinales por decir algunas) y para el medio ambiente, con el fin de mejorar rendimientos y controlar diversidad de plagas dentro de cultivos.

La mayoría de los hogares cuenta con espacios en patios traseros para crear huertos, sin embargo cultivar comprende para algunos un gran reto, ya que se necesita de un buen cuidado de nuestras plantas.

Los huertos hoy en día son una estrategia para obtener alimentos sanos, sin la necesidad de invertir demasiado dinero, pero sobre todo fáciles de crear, tomando en cuenta las recomendaciones para nuestras plantas, y que mejor cuando se utiliza algún fertilizante con microorganismos vivos (Bacterias). Estos microorganismos han sido ampliamente estudiados y probados con resultados positivos, al establecer diversidad de interacciones simbólicas con cultivos, tales como maíz, papa, tomate, lechuga entre otros. Estas bacterias, son capaces de contrarrestar efectos de plagas que dañan nuestras plantas, se puede decir que tienen una utilidad equivalente a los componentes químicos, pero a diferencia que no afectan la ecología y mucho menos a nosotros, ya que no son patógenas. Por ejemplo, en la BUAP (Benemérita Universidad Autónoma de Puebla) se cuenta con una suspensión que contiene microorganismos estudiados, se le conoce como EMMIM-1. Estos inoculantes promueven el crecimiento de los cultivos, de esta manera tendremos alimentos sanos y en mayor cantidad.



De esta manera para tener éxito en este proyecto necesitaremos:

- 1) Tener un lugar adecuado para nuestro huerto, protegido de animales y agresiones físicas.*
- 2) Usar un componente orgánico para ayudar a nuestras plantas a crecer (fertilizantes con microorganismos)*
- 3) Cantidad de fertilizante adecuado para nuestro cultivo*
- 4) Conocimiento de recomendaciones para las plantas que cultivaremos*
- 5) Un sistema de riego (Podría ser un tinaco conectado a mangueras con orificios, distribuidas uniformemente sobre nuestro huerto)*
- 6) Sistema para controlar plagas como trampas cromáticas, pediluvios, entre otros (El EMMIM-1 contrarresta los efectos de distintos hongos)*

#7

MARECA



Manejo de Recursos Ambientales
Consultoría Ambiental

Ofrecemos soluciones en:

Estudios oceanográficos

Inocuidad

Soluciones ambientales

Ingeniería y calidad de agua

Proyectos de inversión

Av. Ryerson 1307-1, zona centro, C.P. 22800 Ensenada Baja California, México
Tel: (646) 175-32-15 / Búscanos en: www.marea-consultores.com.mx y en
Facebook como: "Manejo de recursos ambientales"