

# Manual sobre el manejo comunitario de los desechos sólidos

El manual es para conocer y saber más sobre el manejo adecuado de la basura y...

...para facilitar las capacitaciones. Además, organizar y realizar jornadas sobre el problema de la basura.



Nos sirve para reforzar y recordar lo aprendido en charlas y reuniones relacionadas con la basura.

Debemos leerlo en grupo para compartir lo que sabemos, y como apoyo a las actividades que se realizan en familia y con la comunidad.

¡ QUE BIEN !



## Participación y organización comunitaria

Con la participación ciudadana se toma conciencia del lugar en que se vive, y de todas las actividades que hacemos a nivel individual, familiar y en la comunidad.

De esta forma logramos vivir mejor en un ambiente sano y digno para todas y todos.



En principio debemos de conseguir información. Por ejemplo:

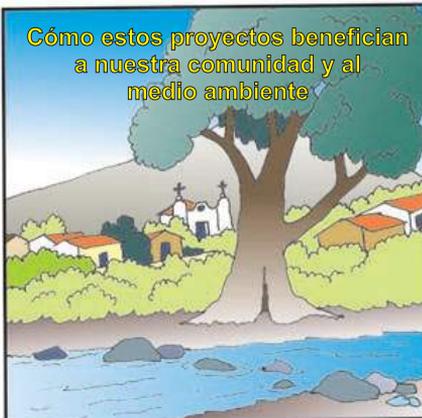
¿Y qué debemos de hacer para meternos en el rollo?



**Conocer los proyectos que se realizan en la comunidad**



**Cómo estos proyectos benefician a nuestra comunidad y al medio ambiente**



**Conocer quiénes nos pueden informar, orientar y entusiasmar**

**En qué nos gustaría participar, y cómo nuestro trabajo podría ser mejor y tener mejores resultados**



**Debemos de aclarar con los técnicos (as) nuestras dudas acerca de los proyectos**



**Acerquémonos a las actividades que se realizan en la comunidad, y observemos la participación de los demás para decidir cómo y cuál sería nuestra participación**

¡ Para iniciarnos en el proceso debemos empezar colaborando en las tareas pequeñas !

No debemos de olvidar que los problemas se resuelven más fácil y mejor si participamos todos (as).



Además, nos mantenemos unidos(as) en el desarrollo de nuestro propio proceso.



**La organización de nuestra comunidad es para que participemos en actividades que nos mejoren a todos(as) y al medio ambiente en general**

Los proyectos en la comunidad muchas veces no avanzan por: la distancia y el trabajo, por desconocer las ventajas de estar organizados, y por la poca participación de hombres y mujeres comprometidos(as) con su comunidad.



Para que la comunidad progrese debemos tomar decisiones que necesitan de la aprobación de todos(as), porque, se trata de situaciones que nos dañan o nos benefician a la mayoría.



¿ Y cómo hacemos para organizarnos en la comunidad ?



**DEBEMOS:**

- **Identificar a nuestros líderes y lideresas.**
- **Buscar las organizaciones que ya existen.**
- **Formar comités o grupos de trabajo.**
- **Reunirse en asambleas de vecinos.**
- **Comentar en la comunidad los problemas que se tienen.**

¿ Y qué tipo de grupos podemos formar?

Podemos formar: juntas directivas, ADESCOS. Comités de: gestión de riesgos, emergencias, ambientales, salud, mujeres, jóvenes, grupos de trabajo, etc.

**¡ Y para hacer estas cosas, no es necesario estar legalizados !**



El trabajo organizado es más productivo y nos evita el problema de depender de otras instituciones para resolver todos los problemas de la comunidad.

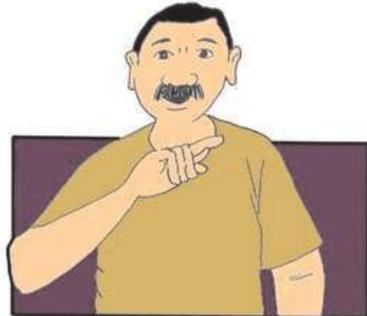
De esta manera, muchas comunidades están avanzando en la reconstrucción y su desarrollo. Mediante Comités Ambientales Comunitarios se están valiendo por sí solas para mejorar sus condiciones de vida y las de su entorno.



¿ Y qué es un Comité Ambiental Comunitario ?

Es un grupo de personas de una comunidad que hacen suya la problemática ambiental, y que, con el apoyo de la ADESCO y de otros comités locales deciden colaborar para resolverla.

Expliquen entonces, ¿ Qué hace el mentado Comité Ambiental Comunitario ?.



1. El Comité debe reconocer los problemas ambientales que afectan a la comunidad.

2. Proteger y conservar los recursos naturales.

3. Concientizar a la comunidad de la importancia de proteger y conservar el medio ambiente.

4. Debe buscar soluciones y denunciar los problemas ambientales que otros provoquen.



¿ Y cuáles son los problemas ambientales comunitarios ?

Son aquellos causados por gente de la comunidad o de otros lugares, que por ignorancia o con intención, le ocasionan a familias que viven ahí y en sus alrededores, por ejemplo:

- Tala de árboles
- Formación de basureros
- Quema de basureros
- Caza de animales silvestres
- Usurpar áreas verdes para construir
- Contaminar ríos y quebradas con agua sucia, excrementos, pesticidas, etc.
- Sobre explotación de algún recurso.
- Etc.



¿ Y cómo hacemos para formar un Comité Ambiental Comunitario ?

Con una ADESCO que esté legal o no, se puede convocar a una reunión o asamblea general con la comunidad

Allí se forma el Comité Ambiental con la colaboración de toda la gente de la asamblea general, y se explica de la importancia de dicho comité.



**El Comité Ambiental debe tener entre 4 y 7 personas, procurando que haya igual número de hombres y mujeres.**

**El Comité Ambiental así formado debe ser juramentado por el presidente(a) de la ADESCO, o por la junta directiva comunal.**

**En esta oportunidad se debe levantar el acta de conformación del Comité Ambiental**

El coordinador(a) que sea elegido, debe saber leer, escribir, sumar, restar, dividir y multiplicar.

Además, establece los días de reunión con el comité que dirige y con la junta directiva



¿Y qué debe de hacer el Comité Ambiental?

1.- Debe velar por el medio ambiente de la comunidad, y...



**2- Trabajar en las acciones que favorezcan el ambiente y la salud de la comunidad.**

**3- Denunciar, en donde sea necesario, los daños que pueda ocasionar la expansión de casas, el comercio, o, la industria en su comunidad.**



¡ Y todo eso lo debe hacer el comité sólo !

¡ Que va !, Lo hace con la alcaldía, hospitales y unidades de salud, la UNES, el CESTA y Salvanatura.

Y si se quiere denunciar algo, ¿a adónde vamos?

En este cartel podemos ver donde hacerlo:

**Alcaldía, PNC, Hospitales, Unidades de Salud, Derechos Humanos, Fiscalía, Ministerio de Medio Ambiente y Recursos Naturales, la radio y la televisión, periódicos, la UNES y el CESTA.**



¿ Y cuáles son esos problemas ambientales ?

En esta oportunidad veremos solamente los desechos sólidos.



# !La basura o desecho sólido!

Los seres humanos y demás seres vivos siempre hemos producido desechos, y durante mucho tiempo, fue la naturaleza que sin ningún perjuicio se encargó de ellos.



El problema se complicó cuando los seres humanos se asentaron en pueblos y ciudades y empezaron a crecer sin medida. Con ello vino el desarrollo de la industria y la producción y acumulación de basura, y como consecuencia: la contaminación del agua, suelo, atmósfera y muchas enfermedades.

¿ Y qué son los desechos sólidos o basura ?

La basura o desechos sólidos, es lo que botamos porque ya "no nos sirve", por ejemplo: desperdicios de comida, plástico, latas, vidrio, cartón, trapos, etc.

Pero, para conocer mejor los desechos sólidos es necesario clasificarlos en:



## Los desechos sólidos se clasifican según el sitio donde se producen

- 1- **Domésticos:** Salen del hogar, restos de comida de origen animal y vegetal.
- 2- **Comerciales:** Los generan los almacenes, depósitos, cafetines, restaurantes, hoteles, etc., y son: restos de comida, papel, cartón, latas, vidrio.
- 3- **Públicos:** Se producen en plazas, mercados, zonas de recreación, parques, estadios, etc., y son: materia orgánica e inorgánica, papel, cartón, latas, vidrio, etc.
- 4- **Industriales:** Todo aquello que desecha el sector industrial.
- 5- **Institucionales:** La generan aeropuertos, centros educativos, iglesias, ejército, cárceles, terminales, oficinas de gobierno, etc.
- 6- **Especiales.** Son todos los desechos generados por hospitales: algodones, jeringas, compresas, gasas, ropa, frascos, papel, etc.



## Según su composición los desechos sólidos pueden ser

- 1- **Causantes de enfermedades:** Producidos en hospitales, clínicas, laboratorios y universidades.
- 2- **Tóxicos:** Sustancias que pueden causar la muerte, o contaminar el ambiente donde se encuentran.
- 3- **Combustibles:** Son aquellos que por acción de una chispa pueden arder.
- 4- **Inflamables:** Sustancias que arden por sí solas en condiciones normales.
- 5- **Explosivas:** Sustancias que por descomposición pueden explotar.
- 6- **Volátiles:** Sustancias que a temperatura ambiente se evaporan y pueden intoxicar y causar muerte y contaminación.



¿ Y por qué producimos tanta basura?

Hay muchas razones por las que la basura aumenta cada día. Por ejemplo:



- 1- El rápido crecimiento de la gente.
- 2- Al comprar lo que no necesitamos se producen desperdicios, basura y afecta nuestro bolsillo .
- 3- No hay una política ambiental del Estado.
- 4- No se aplican las leyes ambientales.
- 5- La recolección de basura es mala o no hay.
- 6- No hay lugares adecuados para depositar la basura (reellenos).
- 7- No hay educación ambiental ni conciencia ciudadana de los problemas ambientales y su solución.

Por manejar mal la basura se está enfermado la gente, el medio ambiente y todo el país.

Tanto basurero por todos lados nos enferma del estómago y de las vías respiratorias.



Cerca de los basureros no se aguanta el tufo, da asco, duele la cabeza y arde la garganta.

En la basura se encuentran muchos animales transmisores de enfermedades, por ejemplo:

- Las ratas y ratones transmiten: leptospirosis, fiebre por mordedura, peste tífus, etc.

- Las moscas transmiten: amibiasis, cólera, tifoidea, shigelosis, etc.

- Los mosquitos transmiten: dengue, paludismo, fiebre, etc.

-Las cucarachas transmiten: coromeningites linfática.

-Etc.

Además, la gente que vive cerca de los basureros pasan preocupadas, enojadas, desganadas y resentidas.

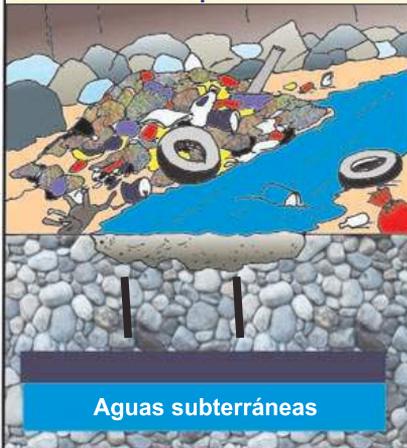
Se sienten marginados y con la incertidumbre de cuándo recogerán la basura.

**Con la basura las comunidades apestan, hay humo, papeles y plásticos regados por todos lados. Mucha gente no las quieren visitar por su mal aspecto, suciedad y lo feas que se ven.**

La basura no sólo tiene efecto directo sobre la salud de todos los seres vivos, sino que, también afecta el agua, el aire y el suelo.



La basura contamina ríos, lagos, nacimientos de agua, y las aguas subterráneas. No importa si está lejos o cerca, pues la lluvia se encarga de arrastrar las sustancias tóxicas que generan los desechos sólidos en su proceso de descomposición.



La contaminación del aire y la atmósfera se da porque la basura se pudre y se fermenta, y además, es quemada sin ningún control. De esta forma produce sustancias venenosas, gases inflamables, incendios, humo, malos olores, ratas y ratones, etc.

Los contaminantes de los desechos sólidos y lo que ellos producen alteran el suelo volviéndolo estéril y erosionado. También se filtran hacia las aguas subterráneas.



# Conociendo los desechos sólidos

## La basura orgánica

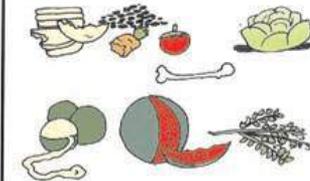
Los desechos orgánicos provienen de los vegetales y animales.



Los desechos orgánicos originan más de la mitad de nuestros desperdicios, que al pudrirse se pueden transformar en suelo orgánico rico en nutrientes.

Podemos considerar como desechos orgánicos los:

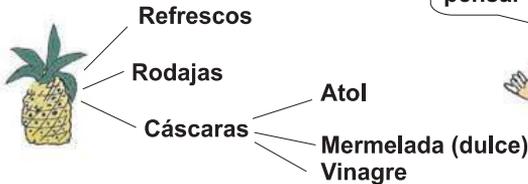
Restos de comida: tortillas, frijoles, arroz, frutas, chapoda, etc.



Restos de animales: cueros, vísceras, huesos, pelos, etc.



Antes de tirar algo debemos pensar si tiene otra utilidad.



No tirar la basura en cualquier lugar porque se ve feo y hay animales que pasan enfermedades.



La rata se ve poco durante el día. Cuando se ve una en la claridad hay más de 10 en las cercanías y otras 100 en la oscuridad.

## El Aluminio: otro desecho sólido

**Para obtener una tonelada de aluminio se gasta una cantidad de energía equivalente a tener 440,000 focos de 60w encendidos durante una hora**

El aluminio lo encontramos todos los días por todas partes en forma de: envoltorios, latas de gaseosa, jugos, cerveza, trastos, ventanas, tubos, etc.

Es muy liviano y dura muchos años en el ambiente, pues no se corroe con facilidad.



Debemos de difundir entre la gente la ventaja de reciclar el aluminio y proponer campañas de colecta para obtener ganancias colectivas. !Pero sobre todo, no debemos tirarlas para evitar causar daños!.

En nuestro país se consumen 3,200,000 latas de aluminio por año, muchas de las cuales pasan a ser contaminantes de nuestro medio ambiente.



## Papel y cartón: más desechos sólidos

El papel ha servido a los seres humanos desde hace mucho tiempo para transmitir sus ideas y para otras cosas como: envoltorios, dinero, uso personal, empaacar, adornar, etc.

¿ Y qué es lo que se considera papel y cartón ?



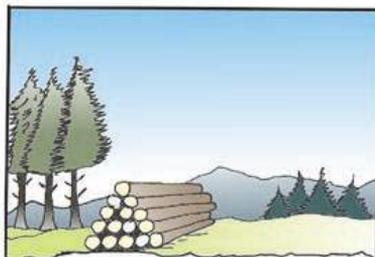
Es todo lo que esta hecho a base de pasta de papel como: periódicos, cajas, revistas, cuadernos, servilletas, papel higiénico, vasos de cartón, conos, folletos, etc.



El papel debemos reutilizarlo de manera creativa, pues, lo que ya no sirve para una cosa, puede servir para otra.



Y no debemos tirar el papel en cualquier lugar porque contamina.



Para fabricar una tonelada de papel se utilizan 15 árboles de pino.



## El plástico un desecho sólido abundante

Desde que se inventó el plástico, éste forma parte de nuestras vidas. Lo utilizamos como: envoltorio, trastos, frascos y recipientes, repuestos, utensilios deportivos, en medicina, etc.

¿Y qué es el plástico ?

El plástico se saca del petróleo, del gas natural y del carbón mineral. Se puede moldear, y tanto él, como su fabricación, produce contaminantes.

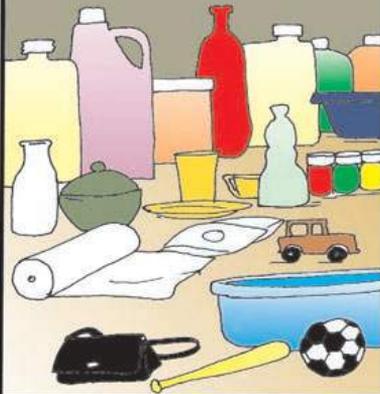


¿Y por qué se produce tanto plástico?

Porque su obtención, fabricación y comercio, resulta más barato; además, no se quiebra y se mueven grandes cantidades con menos costo y facilidad.



El plástico lo podemos encontrar en: botes y bolsas con agua; botes para: aceites, jugos, leche, detergentes, desinfectantes, champú, botellas de gaseosas, limpiadores; bolsas, etc.



Los plásticos están regados por todo el mundo, por eso no debemos de seguir botándolos en cualquier lugar ya que duran muchos años sin descomponerse.

Por esta razón, debemos de utilizar lo menos posible: objetos, recipientes y bolsas de plástico.

Los plásticos matan al año unos dos millones de aves marinas, cien mil mamíferos marinos, miles de tortugas y peces del mar.

## El vidrio como desecho sólido

No obstante del uso masificado del plástico, el vidrio tiene aún mucha aceptación y es preferido por muchas personas, a pesar de que con él se construyen casi todos los mismos objetos que se fabrican con el plástico.

El vidrio está hecho de arena, soda y piedra caliza. Es duro y se quiebra con relativa facilidad. Se fabrica transparente y de muchos colores.



Por su composición el vidrio no se descompone con facilidad, es por eso que puede durar mucho tiempo en el ambiente.



Si utilizamos embases retornables nos ahorramos el costo del embase, y si no, se pueden utilizar para otra cosa en la casa o venderlos para reciclarlos.



Lo que no debemos de hacer es tirarlos en cualquier lugar, pues es fácil herirse y se ve muy fea la comunidad.



## También el caucho o goma es otro desecho sólido

El problema es el caucho artificial o sintético, porque el caucho natural ya casi no existe debido a que casi todos los árboles que lo producen han sido talados

El caucho natural se extrae del árbol de caucho, éste es elástico, impermeable y muy resistente al desgaste. El caucho sintético es un gran contaminante porque no se descompone con facilidad y se acumula a gran velocidad, por ejemplo: las llantas y los neumáticos.



Fíjense que para producir una tonelada de caucho artificial se necesitan la energía equivalente a tener 152,000 focos de 60w encendidos durante una hora.



Con las llantas que no se usan se pueden hacer barreras muertas, juegos para niños, macetas para jardín, suelas para caites y reparación de calzado.



La verdad es que, los desechos sólidos si son un gran problema

¡Lo peor que podemos hacer es: no hacer nada!

¿Y cómo podemos ayudar?





Si la mitad de la basura que sale en la casa es orgánica, y se pudre o se descompone, ¿cómo hacemos para reducirla?

Cambiando nuestros hábitos de comida, consumiendo todo lo que preparamos y no botar desperdicios.



¡Innn!, tampoco me imagino cómo podemos REUTILIZAR toda esta basura.

Depende de dónde vivamos. En la ciudad se le puede dar a las mascotas o hacemos abono para el jardín. En el campo se la damos a los animales o hacemos abono orgánico para los cultivos.



¡Entonces, para RECICLAR hagamos abono orgánico, también llamado COMPOST !

¡Cábal!, Pero teniendo cuidado en su preparación para evitar contaminarlo con otros desechos.



Aplicar la ERRES al aluminio está más fácil ¿verdad?

Para REDUCIRLO, no hay que comprar jugos ni gaseosas en lata, es mejor y más saludable tomar jugos naturales.

Ya no compremos trastos ni papel de aluminio.

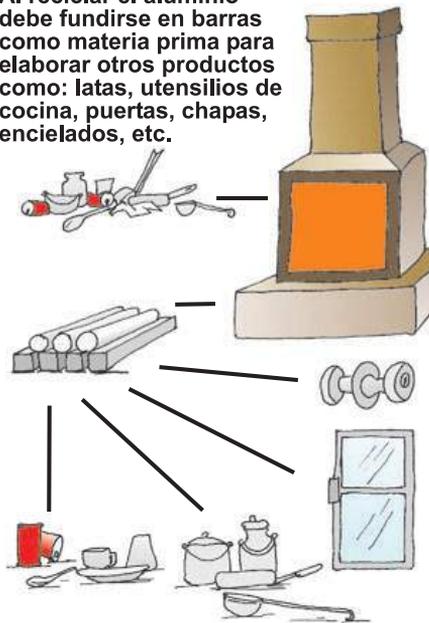




¿Y del papel qué nos pueden decir?

¡Uhh! del papel se puede decir mucho. Para REDUCIRLO lo mejor es utilizarlo racionalmente.

Al reciclar el aluminio debe fundirse en barras como materia prima para elaborar otros productos como: latas, utensilios de cocina, puertas, chapas, enclados, etc.



En este cuadro podemos ver algunas acciones para reducir el uso del papel.

**Medidas para reducir el uso del papel**

1. No utilizar envoltorios innecesariamente.
2. No comprar todos los periódicos, ni comprarlos todos los días.
3. Utilizar el papel para escribir, y de fotocopias, por las dos caras.
4. Cortar las servilletas por mitad.
5. Usar bolsas de tela para las compras y no aceptar bolsas de papel.



Hoy que ya sabemos algo sobre la formas de REDUCIR el papel, díganme cómo hacemos para REUTILIZARLO.

El papel manchado de un lado puede servir para hacer libretas de dibujo o de ejercicios. Los libros y revistas que no se usan se regalan a otras personas para que las utilicen.

Las cajas se usan para guardar cosas, o para manualidades de los escolares. Se puede elaborar papel macerado para hacer artesanías y venderlas, etc.

**El RECICLAJE del papel usado** consiste en su trituration hasta convertirlo en pasta, y luego, la separación de las tintas . De esta manera está listo para producir los diferentes tipos de papel y sus derivados.

**PROCESO:**

PAPEL- Consumo- Recolección

↓ ↓

Productos — Reciclado

### Ventajas del RECICLAJE del papel

1. Disminución del consumo de madera, agua, y energía.
2. Reducción de desechos.
3. Disminución de la contaminación del agua y del aire.
4. Disminución de la tala de bosques.
5. Disminución de la importación de papel usado.
6. Se maximiza la utilización del producto.
7. Ahorro para el consumidor.

ETC.

Un mismo papel se puede reciclar de 6 a 15 veces. Hay papel reciclado para varios usos. El papel reciclado es igual de resistente al elaborado por primera vez, y es igual de higiénico, etc.

¡Ahora le toca al **PLÁSTICO!**

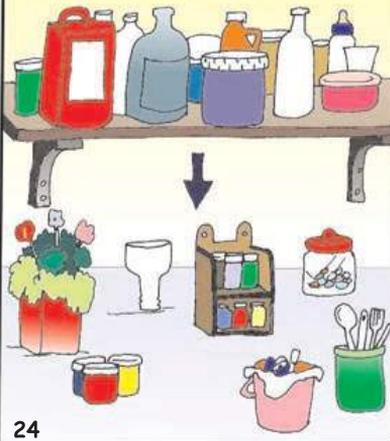
En **PLÁSTICO** encontramos una gran variedad de formas, no pesa, es más barato que el vidrio y que el metal. Sin embargo, hay que aplicarle las **ERRES** porque también es otro contaminante.



En la **REDUCCIÓN** del plástico es importante que en la fabricación de productos se utilice menos material y evitar elaborar cosas innecesarias. En la casa debemos comprar menos productos empaquetados en plástico, y los que ya tengamos, utilizarlos en otras cosas.



En la **REUTILIZACIÓN** se requiere creatividad: de los recipientes vacíos podemos hacer macetas, embudos, especieros, alcancillas, guarda clavos y tornillos, artesanías, juguetes, etc. Las bolsas, para guardar cosas o para echar basura.



24

¿Y sobre el **RECICLADO** del plástico qué nos pueden decir?

El proceso para reciclar el plástico es: recolección-almacenamiento-separación por su composición-clasificación por color-triturado-fundido-fragmentado para elaborar nuevos productos.



¡ Hoy le tocan las ERRES al vidrio !

¡ Lo que es válido para el plástico, lo es para el vidrio !

¡ Exactamente !  
Y casi lo mismo  
para su  
reutilización:  
usándolo para  
varios propósitos.

Veamos aquí  
el resumen  
del reciclaje  
del vidrio:



¿Y cómo se  
recupera el  
vidrio?

¡Fácil niña!  
Devolviendo los  
envases  
retornables, y  
recolectando  
vidrio para  
vendersele  
al reciclador.

Ya que conocemos los diferentes  
desechos sólidos o basura, veremos  
más detenidamente, cómo aprovechar la  
materia orgánica que producimos en  
nuestros hogares, y de manera general,  
cómo elaborar el abono orgánico  
o compost.



El abono orgánico o compost es una sustancia similar al humus o tierra negra que se utiliza como nutriente para fincas, jardines, macetas, viveros, etc. Es recomendable que, para elaborar compost, tengamos en la cocina un recipiente donde depositar los desechos orgánicos (cáscaras, huesos, semillas, restos de comida, etc.), y seguir los siguientes pasos:



7  
Seleccionar un lugar en el patio de la casa

2  
Hacer un hoyo de 0.50x0.50x1 m de profundidad

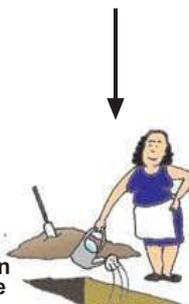


3  
Colocar un fondo de materia vegetal seca (hojarasca)



4  
Vaciar los desechos orgánicos en el hoyo

5  
Tapar con tierra la composta (como se hace con el estiércol) para evitar malos olores, las moscas y otros insectos.



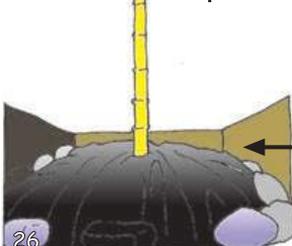
6  
Mantener húmeda la composta, pero sin inundarla

10  
El abono estará listo aproximadamente entre 1 y 2 meses.



9  
Voltee las capas una vez por semana

8  
Cubrir la abonera con plástico negro, un costal o zacate. Dejarle un respiradero con un tubo, o una vara de bambú a la que se le han perforado los nudos por dentro



7  
Hacer agujeros de vez en cuando, pues el hoyo se llenará entre 3-6 meses ya que el volumen de compost se va reduciendo.

## Consejos para utilizar adecuadamente los basureros en la comunidad y en el hogar



En la comunidad  
lograremos que:

1. La ciudad esté limpia y ordenada.
2. Se facilite la recolección de la basura, y que esa actividad sea lo más digna posible.
3. Los contenedores o lugares donde se deposita la basura no huelan mal y estén menos sucios.

En nuestras casas no estamos preparados para guardar basura separada, normalmente nos falta espacio. Sin embargo, estos consejos los podemos implementar de alguna manera:



Conseguir recipientes, o bolsas, para separar la basura (restos de comida, latas, etc.)



Comprimir los embases de lata y de plástico, para que ocupen menos espacio

Los embases de vidrio, plástico, o de lata, bien lavados, pueden ser almacenados largo tiempo y sin malos olores.

Algunos desechos pueden guardarse en un lugar apartado y pasar inadvertidos



Desechos que no desprenden olores como: papel, cartón, madera, vidrio, etc., se pueden guardar al aire y ordenados en un sitio que no esté a simple vista

## Acciones que ayudan a mejorar nuestras actitudes y costumbres en el manejo adecuado de la basura

1. Debemos tener presente en el momento de decidirse a comprar algo, que los envoltorios de cartón y papel, así como los embases de vidrio, son los menos dañinos.

2. Cuando se va de compras debemos llevar una bolsa de tela o hilo, canasta, o reutilizar otras bolsas que se tengan en casa. Rechacemos siempre las bolsas o envoltorios innecesarios o que no se necesitan.



3. Antes de comprar algo que viene con etiqueta debemos leer para ver qué riesgos o precauciones deben tomarse, o para ver si el producto no está vencido. Generalmente las etiquetas no mencionan todos los peligros.

4. Cuando se compre algún artículo de uso, debe elegirse aquel de más larga duración y que pueda ser reparado. Esto vale para calzado hasta aparatos eléctricos.



5. Procura comprar los alimentos que se produzcan o vendan cerca de la casa, así se ahorra en el transporte y se evitan los envoltorios.

6. Procura comprar, si es posible, para la semana o para el mes, así evitas envoltorios innecesarios, ahorras transporte y energía. Además, aprendes a administrar adecuadamente el presupuesto del hogar.



7. Si el agua que cae en el chorro de la casa es de buena calidad, no consumas agua embotellada o en bolsa. Es mejor cargar una botella llenada en casa.

8. Cuando compres bebidas embotelladas escoge las de mayor tamaño, para reducir el número de embases. Prefiere aquellos embases de vidrio, y de preferencia, que sean retornables.



9. Es preferible comprar alimentos frescos porque son mejores para tu salud y tu paladar, además, evitas los envoltorios.

10. Procura no utilizar, o hacerlo lo menos posible, el papel de aluminio y plástico; y si lo haces, procura reutilizarlo.

11. Utiliza cantidades de detergente mínimas y las necesarias en el aseo de tu ropa.

12. Utiliza jabones naturales siempre que sea posible, porque contaminan menos.



13. Procura utilizar sustancias naturales que dan mejor resultado que los productos químicos, por ejemplo el vinagre es un buen detergente, desengrasante y fijador de color en las prendas de vestir.

14. No compres desodorante ambientales en spray, es mejor ventilar las habitaciones, colocar plantas aromáticas, o vaporizadores de aceites esenciales.



15. No utilices desodorantes ni crema de afeitar en spray. Usa los de barra o pulverizadores manuales. Los spray contaminan la atmósfera y dañan la capa de ozono.

16. Utiliza champús suaves y naturales a base de hierbas y jabones neutros.



17. No uses sustancias químicas para evitar la caspa.

18. Cuando construyas algo, por pequeño que sea, compra lo necesario y justo lo que se va a utilizar, y aplica las ERRES a los desechos que obtengas.

19. Cuando utilices pintura prefiere la de agua; ésta es menos contaminante.



20. No compres aparatos de baterías como: relojes, calculadoras, radios, etc., prefiere los automáticos o energía solar.

21. Si compras aparatos de energía mixta (pilas y red), procura utilizar sólo la red. La energía de baterías cuesta 450 veces más que la de la red de energía eléctrica.



22. Si te es necesario utilizar baterías, compra recargables; son más caras pero, a mediano plazo, son más rentables.

23. Evita las pilas de “botón”, y si tienes que comprar utiliza las de litio, zinc o de óxido de plata, ya que éstas tienen poco, o no tienen mercurio.



24. Si utilizas insecticidas y herbicidas no uses los de spray, sino pulverizadores manuales e insecticidas orgánicos.

25. Recurre a la sabiduría popular cuando utilices insecticidas para tus plantas de jardín, pues los hay más eficaces que los químicos.



26. Si usas repelente de insectos en la piel, no utilices los de origen químico pues causan problemas cutáneos y daños a la salud. Es mejor frotarse vinagre rebajado, aceite de limón, lavanda, etc.

27. La ropa fabricada con tejidos naturales como lana, lino y algodón, son mucho más fáciles de reciclar y son menos contaminantes que los sintéticos.

28. Procura comprar ropa usada y en buen estado, y no te dejes engañar por la moda.



29. No tires la ropa ni el calzado en buen estado simplemente porque “ya no está de moda”.

30. Si tienes ropa y calzado que no te guste, o que no te quede buena, regálala a otras personas o entidades benéficas.

31. Reutiliza la ropa que ya no te pones por inservible. Con ella puedes hacer trapos para cocina, para sacudir u otras cosas más.

**Bueno compañeros y compañeras ahora que ya sabemos algo del manejo comunitario de los desechos sólidos, no nos queda más que incorporamos a trabajar todos juntos(as) por nuestra salud, la del medio ambiente y la del país en general**



## GLOSARIO

1. ADESCO: Asociación de Desarrollo Comunal.
2. Aguas subterráneas: son las aguas que se acumulan bajo la superficie de la tierra.
3. Atmósfera: es la masa gaseosa que rodea la tierra y que permite el desarrollo de la vida en todas sus manifestaciones.
4. Biodegradable: proceso de descomposición de un organismo que tuvo vida.
5. Capa de ozono: zona superior de la atmósfera que contiene el gas ozono, el cual bloquea los peligrosos rayos ultravioleta.
6. Carbón mineral: sustancia fósil, resultante de la descomposición lenta de la materia leñosa, arde con facilidad y da más calor que el carbón vegetal. Se usa mucho en la industria química.
7. Caspa: escamas blancas que se forman en el cabello o en su raíz.
8. Contaminación: la presencia o introducción al medio ambiente de sustancias o elementos nocivos para la flora, la fauna y para la vida en general, o que degraden la calidad de la atmósfera, del suelo o de los bienes y recursos naturales.
9. Contenedor: es un depósito para guardar o almacenar algo.
10. Desechos sólidos: materiales no peligrosos que son descartados por la actividad humana o generados por la naturaleza, y que no teniendo una utilidad inmediata para su actual poseedor, se transforman en indeseables.
11. Detergente: sustancia que limpia químicamente. Limpia y purifica.
12. Erosión del suelo: es cuando la capa superficial (de encima) se pierde (volatilizada por el viento o llevada por la lluvia) debido a la agricultura intensiva, deforestación o riego pobre.
13. Especiero: mueble pequeño para almacenar frascos o bolsas con especias (condimentos)
14. Estado: cuerpo político de una nación y territorio y población a los que se extiende su autoridad.
15. Estéril: que no da fruto, o hijo; que no produce nada.
16. Etiqueta: señal que se coloca en algo para su identificación o clasificación.
17. Gas natural: fluido que procede de formaciones geológicas (de la tierra) o aceites naturales.
18. Higiénico: limpio aseado, tiene por objeto conservar la salud y la prevención de enfermedades.
19. Humus: residuos de origen animal o vegetal que existen en el suelo y se hallan en proceso de descomposición; se excluye la hojarasca que aún no se ha descompuesto.
20. Lavanda: perfume obtenido de la planta del mismo nombre.
21. Ley: en este caso, normas de conducta a la que el estado somete a la sociedad.
22. Litio: elemento químico metálico.
23. Mascota: se dice del animal de compañía, o cosa que trae suerte.
24. Materia inorgánica: es aquella que no tiene, ni nunca ha tenido vida, es decir, los minerales.
25. Materia orgánica: es aquella que es o fue parte de un organismo vivo (tiene carbono).

26. Medio ambiente: sistema de elementos vivos y no vivos, socioeconómicos, culturales y estéticos que actúan entre sí, con las personas, y con la comunidad en la que viven.
27. Mercurio: elemento químico metal, líquido de color plateado brillante, se usa en la fabricación de termómetros, es muy venenoso y contaminante.
28. Óxido de plata: compuesto que resulta de la combinación de la plata con el oxígeno.
29. Piedra caliza: roca compuesta sobre todo de calcita, muy abundante en la naturaleza y que se ocupa en la construcción.
30. Política: doctrina u opinión que se refiere al gobierno de los Estados. Manera de dirigir los asuntos de un Estado.
31. Pudrir o podrir: es la materia orgánica que por acción de hongos y bacterias se descompone.
32. Pulverizador: reducir a polvo un material duro, o bien reducir un líquido a partículas pequeñas.
33. Reciclar: obtener materias primas, a partir de los desechos, introduciéndolos nuevamente en el ciclo de reutilización. Por ejemplo: el reciclado de residuos domésticos, botellas, plásticos, papel, cartón, aluminio, etc.
34. Recursos Naturales: elementos que existen en la naturaleza y que el ser humano puede aprovechar para satisfacer sus necesidades económicas, alimenticias, de salud, sociales y culturales.
35. Retornable: devolver, restituir, es decir, que vuelve al lugar o a la situación en que estuvo.
36. Tala: eliminación de un árbol desde su base.
37. Tren de aseo: servicio de colecta de basura en la ciudad. Puede ser mecánico (camiones), tirado por animales o por el hombre.
38. Zinc: elemento químico metálico.