

Decisiones conscientes

Preguntas para impulsar estilos
de vida más sostenibles



Tomar consciencia de nuestras decisiones es **el primer paso**

Cada día tomamos más de 35.000 decisiones¹ y en cada una tenemos la posibilidad de preguntarnos si generan impacto negativo, para transformarlo en positivo. Es importante observar el estilo de vida que llevamos hoy para tomar consciencia de las oportunidades que existen a la hora de integrar una visión más integral en todas las decisiones que tomamos, desde los múltiples roles que cumplimos. Como tomadores de decisión, cada uno de nosotros tiene **la oportunidad y la responsabilidad** de pasar de **hacer menos mal, a pasar a hacer el bien**, tomando decisiones conscientes y adoptando un estilo de vida cada vez más sostenible.

¿A qué llamamos estilo de vida sostenible?

Se conoce por estilo de vida a la suma de comportamientos y decisiones, relacionadas con la nutrición, vivienda, movilidad, bienes de consumo, ocio y servicios².

Cuando hablamos de un **estilo de vida sostenible**, desde Kolibri lo definimos como aquel en el que uno es consciente del efecto de sus decisiones y comportamientos, y toma acción para **reducir aquellos con impacto negativo y reforzar los de impacto positivo**. Busca ser sostenible en el tiempo: uno se siente en equilibrio **consigo mismo, con los demás y con la naturaleza**; entendiéndose como parte de un sistema interrelacionado.

Hoy te proponemos empezar a adoptar un estilo de vida más sostenible a través de los productos y servicios que elegimos diariamente.



Te acercamos una guía con **5 aspectos clave** y algunas preguntas a considerar a la hora de tomar tus próximas decisiones de consumo.



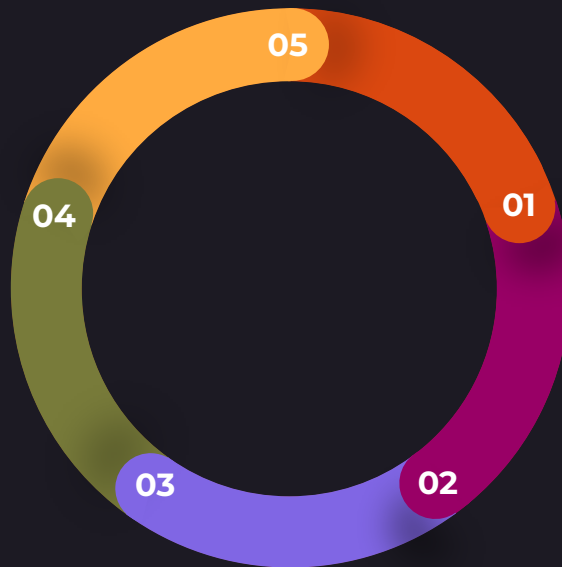
Disposición final



Embalaje



Durabilidad



Materiales e ingredientes

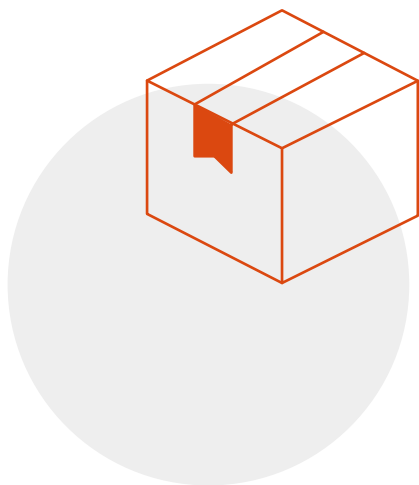


Origen



5 aspectos clave para la toma de decisiones

01 Embalaje



Preguntas



- ¿Cuánto packaging tiene?
- ¿Puedo evitarlo?
- ¿Puedo re-usarlo luego en casa?
- ¿Puedo retornarlo?
- Envíos: ¿Lo puedo buscar?
- ¿Puedo llevar mi contenedor?



Principales consecuencias

- Problemática de los plásticos y materiales de un solo uso.
- Materiales no reciclables.

¿Qué puedo hacer?

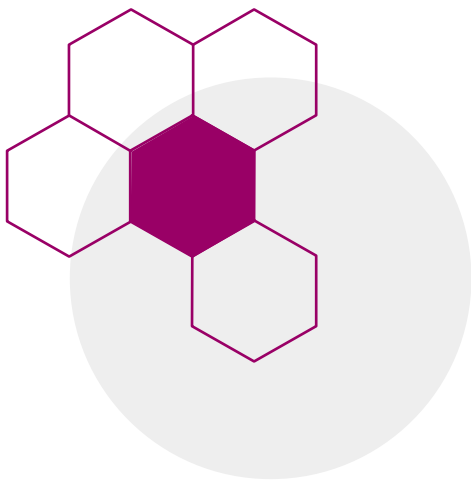


- Priorizar retirarlo por el local y animarse a llevar un contenedor propio.
- Comprar a granel.
- Reutilizar embalaje.
- Priorizar embalajes compostables o retornables.

5 aspectos clave para la toma de decisiones

02

Materiales e ingredientes



Preguntas



- ¿De qué y de cuántos materiales está hecho?
- ¿Cuántos ingredientes tiene?
- ¿Hay alguna alternativa hecha con materiales reutilizados o reciclados?
- ¿Cuán procesados están los ingredientes?



Principales consecuencias

- Huella hídrica.
- Materiales no reciclables.

¿Qué puedo hacer?

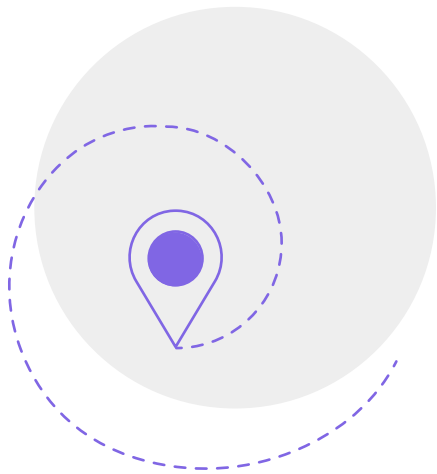
- Comprar usado o remanufacturado.
- Preferir materiales reutilizados, reciclados o compostables.
- Elegir materiales 100% naturales e ingredientes que conozcas.
- Preferir tintes naturales.
- Regalar experiencias.



5 aspectos clave para la toma de decisiones

03

Origen



Preguntas



- ¿Dónde se fabrica?
- ¿De dónde vienen los materiales e ingredientes?
- Contempla todas las etapas: suministro, producción, ensamblaje, venta y descarte.



Principales consecuencias

- Emisiones de GEI.
- Impacto en los comercios locales .
- Huella de carbono.

¿Qué puedo hacer?



- Priorizar productos de industria local.
- Preferir alimentos locales y de estación (mercados, ferias, bazares).
- Elegir empresas que trabajan en comercio justo.

5 aspectos clave para la toma de decisiones

04

Durabilidad



Preguntas

- ¿Cómo es la calidad de los materiales? (uso y disposición)
- ¿Cuántas veces lo voy a usar?
- ¿Alguien me lo puede prestar?
- ¿Lo puedo alquilar?



Principales consecuencias

- Productos de un solo uso vs reutilizables
- Obsolescencia programada
- Aparatos sin repuestos o arreglo posible.

¿Qué puedo hacer?

- Comprá mejor y menos: Cuando puedas, comprá un producto de mejor calidad.
- Adoptar el slow fashion.
- Comprá remanufacturado o usado.
- Garantía de por vida.
- Considerá opciones de alquiler.



5 aspectos clave para la toma de decisiones

05

Disposición final



Preguntas

- ¿Lo puedo retornar o reutilizar?
- ¿Es compostable? ¿Es reciclable?
- ¿Es un residuo peligroso?
- ¿Estoy desperdiciando alimentos aptos para consumo humano?



Principales consecuencias

- Problema de generación de residuos y su recolección.
- Generación de materiales no reciclables.



¿Qué puedo hacer?

- Ubicar los centros de reciclaje o puntos de recolección cercanos.
- Vender o donar eso que ya no uses (siempre que esté en buen estado).

Buscamos que esta guía sea una invitación a conectar con la curiosidad para salir de la automatización. No es necesario desesperarse y descartar todo lo 'no sustentable' que encontramos en nuestro hogar: **lo más sustentable es lo que ya tenemos**. Lo más importante es empezar a ser conscientes y hacernos todas estas preguntas, tomando decisiones que nos hagan bien a nosotros mismos, a los demás y al ambiente.

Tenemos la oportunidad de ser agentes de cambio todos los días, desde cada uno de los roles que cumplimos, tomando decisiones más conscientes que nos permitan adoptar un estilo de vida sostenible.

¿Estás dentro de una organización que busca potenciar su impacto positivo?



Conversemos

Fuentes:

1. The Great Choices of Strategic Leaders - The Leading Edge, Roberts Wesleyan College (2015)
2. 1.5-Degree Lifestyles: Targets and options for reducing lifestyle carbon footprints, -IGES (2019)