



Cámara
Madrid



AYUNTAMIENTO DE TRES CANTOS
Concejalía de Economía y Consumo
Concejalía de Medio Ambiente

feman
federación empresarial madrid norte
CEIM

Guía de Buenas Prácticas Ambientales y Energéticas

para el ciudadano y la pequeña empresa



Colabora:

ΣM
La Suma de Todos

Dirección General de Industria,
Energía y Minas
CONSEJERÍA DE ECONOMÍA
E INNOVACIÓN TECNOLÓGICA



AYUNTAMIENTO DE TRES CANTOS

Concejalía de Economía y Consumo

Concejalía de Medio Ambiente

Guía de Buenas Prácticas Ambientales y Energéticas

para el ciudadano y la pequeña empresa

www.lineambiental.com



902 118 757 - infoambiente@lineambiental.com

PEMA

Comunidad de Madrid

pacto de la
empresa
madrialeña
por el medio
ambiente



La Guía de Buenas Prácticas Ambientales ha sido realizada con la participación de:
EMGRISA

Elaboración: Cristina Mora Navarro
Colaboración: Almudena López Tello / Patricia Ruiz Carmona



EMGRISA

Empresa para la Gestión de Residuos Industriales. Sociedad Estatal.

Diseño y maquetación: OH!CAMALEÓN S.C.

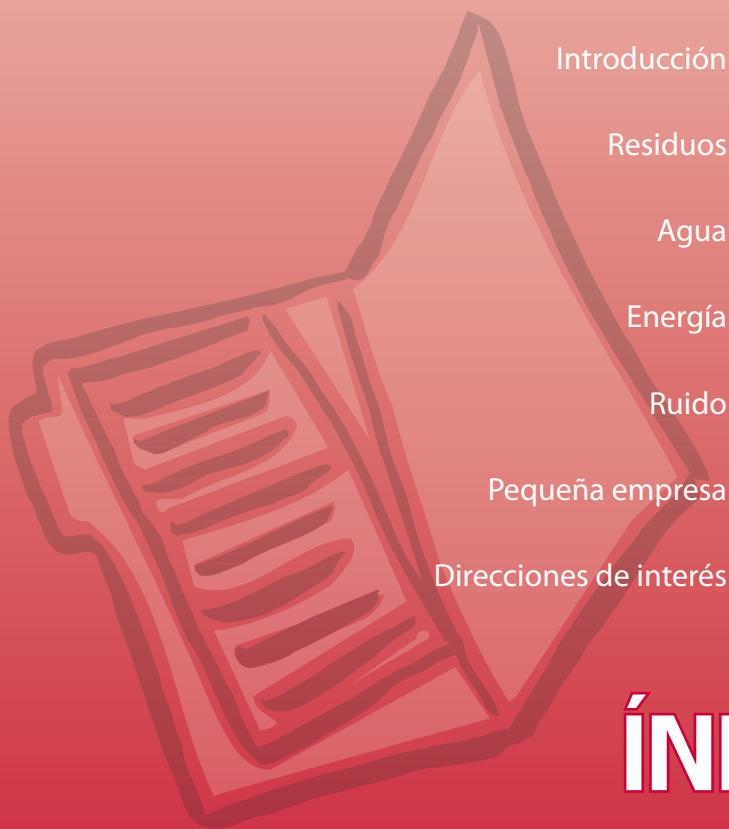
PRESENTACIÓN

El Ayuntamiento de Tres Cantos, junto con la Cámara Oficial de Comercio e Industria de Madrid y la Federación de Empresarios de Madrid Norte (FEMAN-CEIM), y con la colaboración de la Comunidad de Madrid, editan la presente Guía de Buenas Prácticas Medio Ambientales y Energéticas, con el objetivo de poner a disposición de los ciudadanos y de las pequeñas empresas del municipio de Tres Cantos toda la información ambiental necesaria para facilitar la adopción de pautas de conducta más sostenibles en las actividades de nuestra vida cotidiana.

El desarrollo de esta Guía surge con la idea de implicar a todos los agentes económicos, sociales y ambientales en el desarrollo de un municipio que no entiende el desarrollo, la innovación y el progreso si no es compatible con el respeto al entorno que nos rodea.

Tres Cantos, un modelo de ciudad responsable que está elaborando la Agenda 21¹, exige unas condiciones de sostenibilidad para beneficio de toda la comunidad, medidas que se plasman en buenos consejos para optimizar la gestión de los residuos, en la eficiencia en el consumo de agua y energía, en la reducción de la contaminación acústica y en los ahorros que las pequeñas empresas como los comercios, los bares o restaurantes y las pequeñas oficinas, si aplican estas recomendaciones, pueden conseguir.

(1) La Agenda 21 es un plan de acción que se implanta en los Ayuntamientos con el objetivo de mejorar la ciudad, con la participación de todos los agentes económicos y sociales, a través del desarrollo sostenible, que permite "satisfacer las necesidades de las generaciones actuales sin poner en peligro la capacidad de las generaciones futuras para satisfacer las suyas".



Introducción Pág. 7

Residuos Pág. 9

Agua Pág. 17

Energía Pág. 21

Ruido Pág. 27

Pequeña empresa Pág. 29

Direcciones de interés Pág. 33

ÍNDICE

El medio ambiente es el entorno en el que se desarrolla la vida. Los modelos actuales de producción y consumo y el aumento de la calidad de vida en las sociedades desarrolladas, han llevado a la humanidad a una crisis ambiental. Cada vez se ejerce una presión mayor sobre el medio ambiente, de manera que nuestro entorno está cada vez más deteriorado.

En los últimos años ha cobrado especial relevancia el término desarrollo sostenible, que hace referencia al nivel de desarrollo que es capaz de satisfacer las necesidades actuales sin comprometer las de las próximas generaciones. Para que las generaciones venideras hereden un mundo como el nuestro, la sociedad debe realizar un esfuerzo a favor del medio ambiente y del desarrollo sostenible, implicándose en la resolución de los problemas que afectan a nuestro entorno.

El objetivo de esta Guía de Buenas Prácticas Ambientales y Energéticas es el de difundir entre los ciudadanos una serie de prácticas, consejos y recomendaciones contrastadas, basadas en criterios de respeto hacia el medio ambiente, con el fin de disminuir los impactos negativos que el hombre ejerce sobre la naturaleza y su entorno.

La Guía se estructura en varias secciones, en las que se tratarán los principales problemas ambientales sobre los que el ciudadano puede incidir durante su vida cotidiana: residuos, agua, energía y ruido. Por último, se presenta un capítulo con algunas indicaciones para pequeñas empresas de hostelería, oficinas o comercios. La Guía se cierra con un listado de sitios y direcciones de interés, a los que el ciudadano puede acudir en caso de requerir información más detallada.

Adoptar los consejos que se muestran en esta guía, constituye una manera fácil de asumir responsabilidades e implicarse en el reto ambiental al que se enfrenta la sociedad actual. Por otra parte, la aplicación de buenas prácticas ambientales conlleva la reducción de los consumos energéticos y de agua, lo que supone un ahorro importante para el usuario.



Vivimos en una sociedad de consumo, en la que se genera una gran cantidad de residuos que la naturaleza no es capaz de asimilar. Este impacto negativo sobre el medio ambiente se agrava aún más con la generación de los residuos catalogados como peligrosos.

En este capítulo de la Guía se recogen buenas prácticas ambientales para reducir la cantidad de residuos generados y facilitar su gestión.

¿Qué es un residuo?

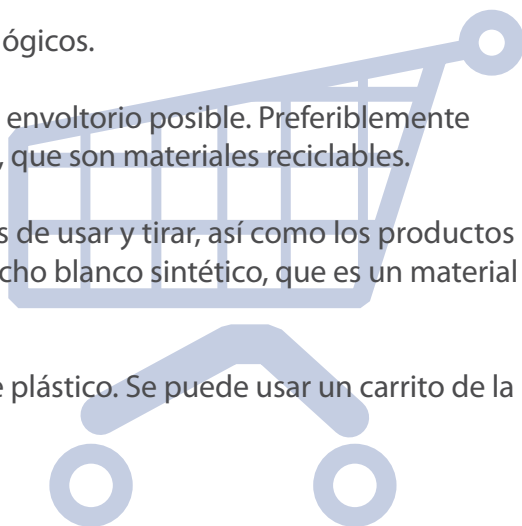
En nuestro lenguaje cotidiano nos referimos a la **basura** como a aquellos materiales que quedan inservibles después de haber realizado un trabajo u operación, y de los que nos tenemos que deshacer, porque han perdido su valor o han dejado de ser útiles para nosotros.

Las tres R: Reducir, Reutilizar y Reciclar

Un consumidor comprometido debería intentar cumplir la regla de las **tres R**. En primer lugar, preguntándose si necesita lo que va a comprar; posteriormente, seleccionando los productos adecuados, y, por último, separando activamente los residuos para favorecer su gestión posterior.

Buenas prácticas en el supermercado:

- Elegir productos reciclados o ecológicos.
- Comprar productos con el menor envoltorio posible. Preferiblemente empaquetados en papel y cartón, que son materiales reciclables.
- Reducir el consumo de productos de usar y tirar, así como los productos envasados en las bandejas de corcho blanco sintético, que es un material artificial e innecesario.
- Reducir la utilización de bolsas de plástico. Se puede usar un carrito de la compra o una bolsa reutilizable.



¿Cómo distinguir los productos ecológicos?

La Etiqueta Ecológica Europea indica que un producto es ambientalmente más eficiente que otros similares. Los criterios para conceder o denegar esta etiqueta son los mismos en todo el ámbito de la Unión Europea.



Los productos con Punto Verde garantizan que sus envasadores y productores pagan unas tasas para la recogida selectiva de los envases y embalajes, ya sean de papel, cartón, plástico o vidrio.



El triángulo de Moebius es una etiqueta que indica el material del producto para facilitar su recogida y reciclaje, se encuentra en los envases que se pueden reciclar.



La etiqueta de agricultura ecológica de la Unión Europea indica al consumidor que el producto ha estado sometido al régimen de control que establece la normativa europea, desde su cultivo hasta el envasado y etiquetado final.

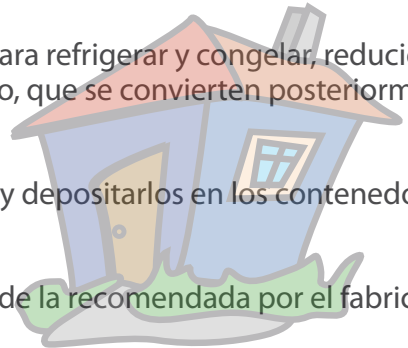


Si además dicho producto ha sido producido y/o envasado y/o etiquetado en la Comunidad de Madrid, se puede identificar mediante el logotipo del Comité de Agricultura Ecológica de la Comunidad de Madrid.



En casa:

- Utilizar envases de vidrio y fiambreras para refrigerar y congelar, reduciendo así el uso de papel de aluminio y plástico, que se convierten posteriormente en residuos.
- Separar los diferentes tipos de residuos y depositarlos en los contenedores adecuados.
- No utilizar más cantidad de detergente de la recomendada por el fabricante del producto.



Al elegir los productos de limpieza:

- Conviene utilizar, si es posible, detergentes sin fosfatos que resultan igual de eficaces y menos dañinos para el medio ambiente.
- Los productos de limpieza muchas veces contienen sustancias químicas peligrosas o tóxicas. Conviene intentar reducir el uso de estos productos.

Los productos químicos peligrosos se distinguen por los pictogramas indicativos del riesgo del etiquetado:



Cuidado con el papel:

- Reducir el consumo de papel. Imprimir a doble cara y reutilizar, si es posible, el papel usado por una cara como borrador de documentos o papel de notas.
- Utilizar papel reciclado.
- Utilizar papel libre de cloro. Se pueden distinguir los papeles ECF, libres de cloro elemental, en los que no se ha utilizado cloro elemental durante el proceso de blanqueado, pero sí dióxido de cloro, y el papel **TCF, totalmente libre de cloro**, en los que se ha eliminado por completo el uso de cloro.



Fabricar una tonelada de papel reciclado supone evitar la tala de 14 árboles, reducir el consumo de agua un 47%, el consumo de energía un 62,5% y la generación de residuos un 93%.

¿Cómo separar los residuos adecuadamente?

Los ciudadanos deben segregar los residuos domiciliarios en las fracciones siguientes:

Envases

Materia orgánica

Papel y cartón

Vidrio

Pilas

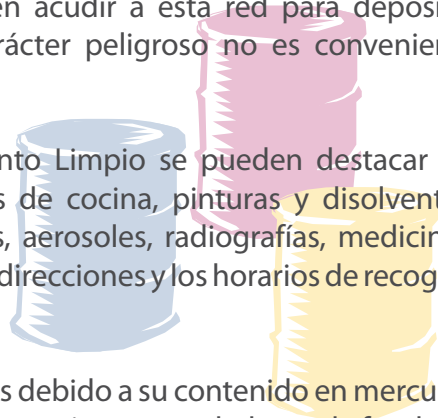
Ropa usada

Cada residuo a su contenedor:

	Se debe depositar	No se debe depositar
Cubo amarillo tapa amarilla	Latas, bricks, envases plásticos de postres lácteos, hueveras, bolsas, poliexpan, sprays y aerosoles, papel de aluminio, envases de aluminio, chapas de botellas y cubiertos desechables.	Papel, vidrio, ropa, juguetes, envases de aceite de coche y electrodomésticos.
Cubo gris tapa naranja	Restos de alimentos, calzados, maletas o bolsos, juguetes, restos de jardinería, vídeos y dvds. Igualmente vidrio como vasos, espejos y cristal que no sean botellas (envases), así como loza y vajillas.	
Contenedor azul vía pública	Papel, cartón, prensa escrita, sobres, cuadernos y libros.	Bolsas de plástico y papel y cartón manchados de grasa o plastificados.
Contenedor verde vía pública	Envases de vidrio	Tapas, taponos, chapas, espejos, vasos y copas de cristal, loza o cerámica.
Contenedores Red de Puntos Limpios	Pilas y baterías.	
Contenedores Red de Puntos Limpios	Ropa usada y textiles.	

La Comunidad de Madrid posee una Red de Puntos Limpios, gestionada por los propios ayuntamientos. Los ciudadanos deben acudir a esta red para depositar aquellos residuos que por su volumen o carácter peligroso no es conveniente eliminar con la basura convencional.

Entre los residuos que se deben llevar al Punto Limpio se pueden destacar los aceites minerales de motor, aceites vegetales de cocina, pinturas y disolventes, electrodomésticos, ordenadores, fluorescentes, aerosoles, radiografías, medicinas, pilas, baterías, etc. Las cantidades admitidas, las direcciones y los horarios de recogida pueden consultarse en el Ayuntamiento.



Los tubos **fluorescentes** son residuos peligrosos debido a su contenido en mercurio. Para evitar su rotura cuando se sustituyan, es conveniente guardarlos en la funda de cartón del tubo nuevo para transportarlos al punto limpio de recogida.

i

Un tubo fluorescente puede contaminar 30.000 litros de agua

También es importante llevar al punto limpio los aceites que se generan en nuestra actividad diaria como son los **aceites usados de cocina**.

El **aceite mineral** de los motores de los vehículos y las latas que lo han contenido, aunque estén vacías, también se consideran residuos de carácter peligroso, por lo que deben depositarse en el Punto Limpio.

Está prohibido depositar **muebles en desuso** u otros enseres de gran volumen en los contenedores de la basura, o en la vía pública, para que sean retirados por los camiones colectores de los residuos domiciliarios. Estos residuos requieren recogida domiciliaria concertada con los servicios municipales o deposición en el Punto Limpio.

Las **pilas** también generan residuos altamente contaminantes, especialmente las pilas botón, por lo que es conveniente reducir su uso al máximo. Utilizar si es posible pilas recargables y siempre depositarlas en el contenedor apropiado o llevarlas al Punto Limpio.

Los **teléfonos móviles** se consideran también residuos peligrosos. Pueden depositarse en los Puntos Limpios municipales o gestionarse a través del *Programa Tragamóvil*. Con las nuevas tecnologías es posible reciclar el 90% de los componentes de un móvil, así que es importante depositar los móviles que no se necesiten más en los contenedores Tragamóvil, que pueden encontrarse en tiendas de telefonía, servicios técnicos o superficies comerciales.

¿Dónde puedo llevar los medicamentos?:

Los medicamentos deben depositarse en los Puntos SIGRE ubicados en las farmacias. Este sistema de recogida selectiva de envases y restos de medicamentos es una iniciativa de la industria farmacéutica, con la colaboración de las farmacias y de la distribución, para facilitar que los ciudadanos puedan desprenderse de los envases vacíos o con restos de medicamentos.

Los medicamentos que no se necesiten o hayan caducado y los envases vacíos deben depositarse con su caja y prospecto. En los contenedores blancos de SIGRE no se deben depositar termómetros, radiografías, prótesis, agujas ni objetos cortantes.



i

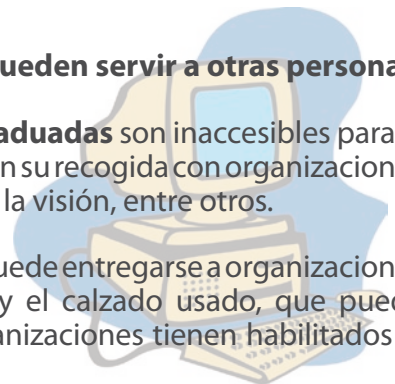
Cada madrileño genera más de 600 kilogramos de residuos al año

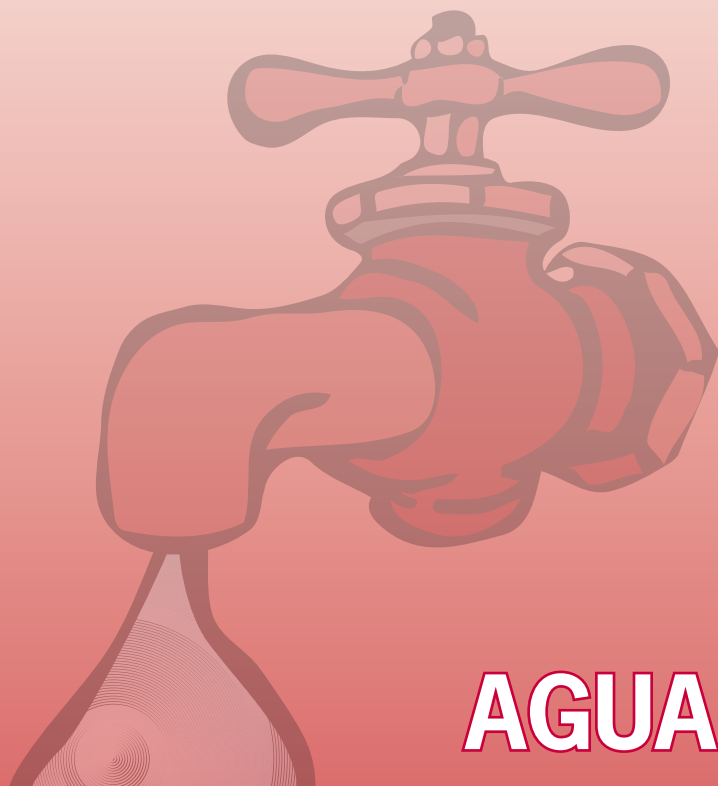
Reutilización solidaria:

Cosas que para nosotros han perdido su valor pueden servir a otras personas.

En muchos países en vías de desarrollo las **gafas graduadas** son inaccesibles para la mayoría de la población. Muchas ópticas colaboran en su recogida con organizaciones humanitarias, como Ópticos x mundo o Unión por la visión, entre otros.

Lo mismo ocurre con el **material informático**, que puede entregarse a organizaciones como Ordenadores Sin Fronteras, o con la ropa y el calzado usado, que puede depositarse en los contenedores que diversas organizaciones tienen habilitados al efecto en la vía pública.





AGUA

El agua es un elemento básico para la vida, sin embargo es un bien limitado y escaso. Solamente el 0,01 por ciento del agua del planeta se puede aprovechar para consumo humano, y la demanda aumenta progresivamente cada año. La disponibilidad de agua es, por lo tanto, uno de los principales problemas a los que se enfrenta la humanidad.

A continuación se proponen una serie de buenas prácticas ambientales, fáciles de aplicar, que permitirán reducir y, por lo tanto, ahorrar en el consumo de agua.

i

Cada español consume una media de 249 litros de agua diarios

Para **ahorrar agua en casa** pueden adoptarse las prácticas siguientes:

- Cerrar levemente la llave de paso del hogar permite ahorrar una gran cantidad de agua sin notar la diferencia.
- Los grifos se deben mantener en un correcto estado de funcionamiento y, en caso de avería, deben repararse inmediatamente. Un grifo que gotea puede suponer un gasto de más de 4.500 litros de agua al año. Debemos asegurarnos de que quedan bien cerrados cuando no se están utilizando.
- Los sistemas monomando en grifos y ducha permiten ahorrar más de 2.000 litros de agua al año, y los perlizadores, atomizadores, difusores y demás mecanismos de control pueden suponer ahorros de hasta el 50%.
- No dejar correr el agua inútilmente, si se cierra el grifo durante el afeitado o el lavado de dientes o manos se pueden ahorrar hasta 10 litros de agua por minuto.
- Es preferible ducharse en vez de bañarse, se ahorran 150 litros de agua cada vez. Si además se cierra el grifo durante el enjabonado, se ahorran 30 litros más.
- Instalar cisternas con doble pulsador o con interrupción de descarga y, en todo caso, con limitador del volumen de descarga a 6 litros como máximo.
- No se debe utilizar el inodoro como papelera o cubo de la basura.
- No se deben tirar por el desagüe aceites, disolvente o pinturas. Estos residuos deben llevarse al Punto Limpio.
- Los electrodomésticos que más agua consumen son la lavadora y el lavavajillas. Se deben utilizar a carga completa y con el programa adecuado. Cuando se lava a mano se utiliza hasta un 40% más de agua.
- No usar agua para descongelar alimentos, es preferible sacarlos del congelador el día anterior o utilizar el microondas.
- Guardar agua fría en la nevera evita el tener que dejar correr el agua del grifo para obtener agua fresca.

Riego y jardín:

- Utilizar sistemas de riego automático por goteo.
- Es conveniente agrupar las plantas según sus requerimientos de agua para facilitar la economía del sistema de riego.
- El riego es más eficaz si se hace a primera hora de la mañana o al anochecer, la insolación es menor y se reducen las pérdidas por evaporación.
- También conviene consultar el parte meteorológico, si va a llover no es necesario regar. El Canal de Isabel II pone a disposición del ciudadano el servicio *Hoy no hace falta regar*, comunicando a través del teléfono móvil la necesidad o no de regar cada día.
- Utilizar plantas autóctonas para el jardín, que están adaptadas al clima local y necesitan mucha menos cantidad de agua para sobrevivir.
- El césped consume mucha agua, se puede sustituir por otras plantas tapizantes o cobertoras.

Piscina y exteriores:

- Instalar sistemas de depuración de circuito cerrado en las piscinas.
- Los exteriores es preferible limpiarlos usando una escoba en lugar de la manguera.

Para lavar el coche se puede utilizar un cubo con jabón. El aclarado es mejor realizarlo con un sistema de agua a presión que con una manguera. Por otra parte, los lavaderos automáticos de vehículos están diseñados para realizar un uso eficiente del agua.



ENERGÍA

La energía es imprescindible para mantener el progreso y el nivel de vida alcanzado. Todo lo que nos rodea necesita alguna fuente de energía para funcionar y, por ello, la humanidad tiene actualmente una gran dependencia energética.

El aprovechamiento energético genera numerosos impactos negativos sobre el medio ambiente. El vehículo privado, la calefacción y la producción de electricidad emiten gases de efecto invernadero a la atmósfera, que son responsables del calentamiento global del planeta. Otros problemas ambientales asociados a la energía son la contaminación de aguas y suelos, la generación de residuos o el agotamiento de recursos naturales no renovables, como los combustibles fósiles, que al ritmo actual se habrán agotado dentro de 40 o 100 años.

En este capítulo de la Guía se muestran buenas prácticas ambientales dirigidas al ahorro de energía en el hogar y en el transporte, que supondrán también un ahorro económico para el usuario.

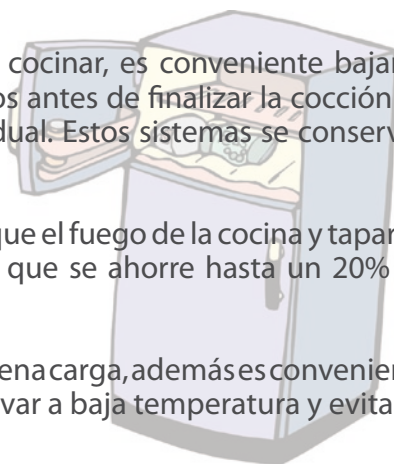
i

Las familias españolas consumen en el hogar y en el transporte el 30% de la energía total que se utiliza en el país

La incidencia de los ciudadanos sobre el consumo energético es elevada, pero mediante la adopción de las siguientes medidas se puede generar un ahorro importante.

En la cocina:

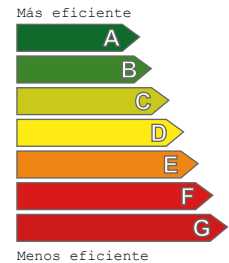
- Elegir electrodomésticos energéticamente eficientes.
- No abrir la puerta de la nevera inútilmente para evitar escapes de frío. También es conveniente mantener limpia la junta del frigorífico para que la puerta cierre herméticamente.
- El rendimiento del frigorífico se puede incrementar si se mantiene la rejilla trasera limpia y ligeramente separada de la pared. Tampoco es conveniente situar el frigorífico cerca de una fuente de calor, como un horno, o bajo radiación solar directa.
- Cuando se utilice una placa eléctrica para cocinar, es conveniente bajar la temperatura o apagar la placa unos minutos antes de finalizar la cocción de los alimentos para aprovechar el calor residual. Estos sistemas se conservan todavía calientes durante varios minutos.
- Utilizar ollas y recipientes con fondo mayor que el fuego de la cocina y taparlos permiten que la cocción sea más rápida y que se ahorre hasta un 20% de energía.
- La lavadora y la secadora deben utilizarse a plena carga, además es conveniente utilizar los programas de uso económico, lavar a baja temperatura y evitar el uso de programas con prelavado.
- No encender la plancha para poca ropa, es más eficiente utilizarla para planchar toda la colada de una vez.



- Regular la temperatura de la caldera de agua caliente, pues no tiene sentido calentar el agua de más para luego mezclarla con agua fría.
- Desenchufar los aparatos eléctricos que no se están utilizando habitualmente.

¿Qué electrodomésticos comprar?

A la hora de comprar un electrodoméstico se debe tener en cuenta la información contenida en la etiqueta energética, que cataloga a los equipos en siete categorías, que van desde el color verde y la letra A, para los más eficientes, hasta el color rojo y la letra G, para los menos eficientes.

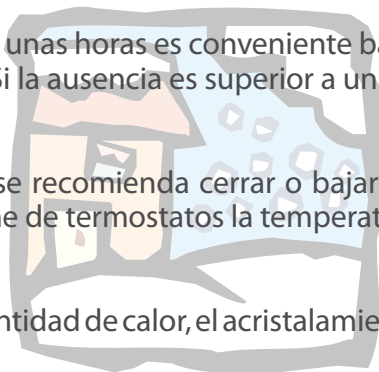


Para los frigoríficos y los congeladores, que son los electrodomésticos que más energía consumen en el hogar, se han creado dos categorías más de eficiencia energética: las clases A+ y A++. Estas categorías garantizan un consumo inferior al 42% y al 30%, respectivamente, del consumo medio de un aparato equivalente.

Sistemas de climatización:

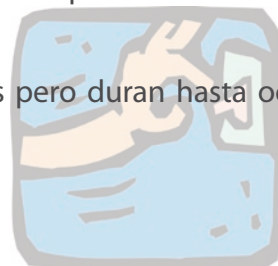
- Se debe mantener la vivienda a una temperatura adecuada: 25 °C en verano y 20 °C en invierno. Diferencias de sólo un grado pueden suponer aumentos en el consumo energético hasta del 10%.
- Es conveniente apagar la calefacción por la noche, ya que el calor acumulado en la vivienda durante el día suele ser suficiente para mantener una temperatura nocturna confortable (entre 15 y 17 °C).
- Para ventilar la casa es suficiente con abrir las ventanas durante diez minutos, no se necesita más tiempo para renovar el aire.

- Para ventilar la casa es suficiente con abrir las ventanas durante diez minutos, no se necesita más tiempo para renovar el aire.
- Por la mañana es recomendable encender la calefacción de nuevo, una vez que se haya ventilado la vivienda.
- Si la vivienda va a permanecer vacía durante unas horas es conveniente bajar el termostato de la calefacción hasta 15 °C. Si la ausencia es superior a un día se debe apagar totalmente la calefacción.
- Si alguna zona de la vivienda no se utiliza se recomienda cerrar o bajar los radiadores de esas habitaciones, si se dispone de termostatos la temperatura se puede regular por zonas.
- A través de las ventanas se pierde una gran cantidad de calor, el acristalamiento doble reduce estas pérdidas a la mitad.
- Mantener los radiadores y las salidas de aire acondicionado libres, de manera que no se produzcan pérdidas en la climatización al impedir la adecuada difusión del aire.
- No es conveniente utilizar radiadores eléctricos porque son los menos eficientes.



Iluminación:

- Aprovechar al máximo la luz natural y apagar las luces en aquellas habitaciones que no se están utilizando.
- Utilizar bombillas de bajo consumo, son más caras pero duran hasta ocho veces más y consumen la quinta parte de energía.



Área de trabajo:

- Si es posible, configurar el ordenador y la impresora en el modo ahorro de energía.
- Es conveniente apagar los equipos informáticos al final de la jornada y cuando no se vayan a utilizar durante más de una hora

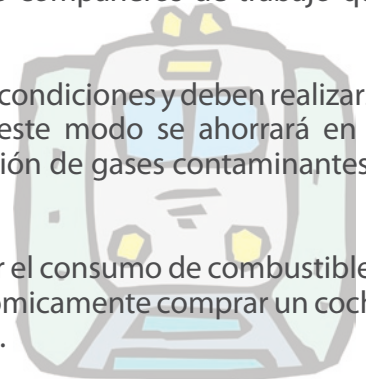
Transporte:

i

El 83% de los desplazamientos en la Unión Europea se realizan en vehículo privado

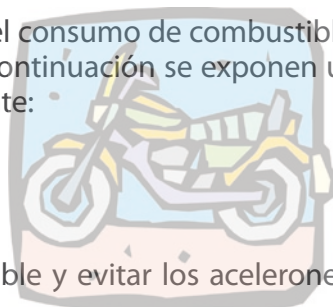
El transporte constituye una de las principales fuentes emisoras de gases de efecto invernadero y de contaminación atmosférica, especialmente en las ciudades, donde los vehículos privados constituyen el principal foco de contaminación y ruido. Las siguientes prácticas persiguen reducir la contaminación asociada al transporte.

- Siempre que sea posible es mejor caminar, desplazarse en bicicleta o usar el transporte público, especialmente en los desplazamientos cortos. Otra opción es compartir el vehículo con amigos o compañeros de trabajo que realicen el mismo trayecto.
- El vehículo propio debe mantenerse en buenas condiciones y deben realizarse las revisiones periódicas recomendadas. De este modo se ahorrará en el consumo de combustible y se reducirá la emisión de gases contaminantes a la atmósfera.
- A la hora de comprar un coche se puede valorar el consumo de combustible y las emisiones de CO₂. Es más interesante económicamente comprar un coche que tenga un consumo menor de combustible.



- También se puede valorar la opción de comprar un coche híbrido. Estos vehículos utilizan más de una fuente de energía, normalmente poseen un motor convencional de combustión interna y otro eléctrico. El uso de los dos motores se traduce en un consumo inferior de combustible y por lo tanto en una reducción de las emisiones atmosféricas.

Realizar una **conducción eficiente** permite disminuir el consumo de combustible y la emisión de gases contaminantes a la atmósfera. A continuación se exponen una serie de pautas para lograr una conducción más eficiente:



- Arrancar el motor sin pisar el acelerador.
- Circular a una velocidad lo más constante posible y evitar los acelerones y frenazos bruscos.
- Circular el mayor tiempo posible con marchas largas y a revoluciones bajas.



RUIDO

La contaminación acústica es un problema ambiental que afecta en especial a la población de los grandes núcleos urbanos. El ruido produce efectos negativos sobre la calidad de vida de las personas, así como sobre la salud de los ciudadanos, tanto a nivel fisiológico como psicológico.

En este capítulo de la Guía se recogen algunas buenas prácticas para reducir el ruido ambiental.

¿Qué es el ruido?

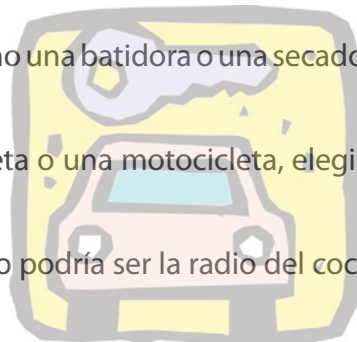
En nuestro lenguaje cotidiano calificamos como ruido a cualquier sonido molesto, indeseable e irritante para el que lo sufre, por interferir en su actividad o descanso.

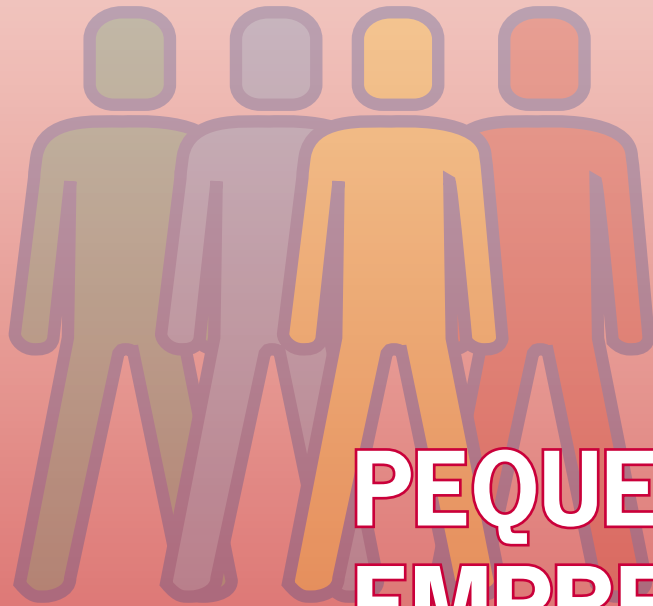


España es el segundo país más ruidoso del mundo, después de Japón

A continuación se muestran algunas conductas útiles que pueden ayudar a reducir el ruido que soportamos durante los quehaceres cotidianos.

- Al comprar aparatos generadores de ruido, como una batidora o una secadora, elegir el menos ruidoso.
- Al comprar vehículos como un coche, furgoneta o una motocicleta, elegir el modelo menos ruidoso.
- Evitar que los equipos con amplificación, como podría ser la radio del coche, interfieran en el espacio acústico exterior.
- Circular a una velocidad adecuada, especialmente en los entornos urbanos.
- El vehículo propio debe mantenerse en buenas condiciones y deben realizarse las revisiones periódicas recomendadas.





PEQUEÑA EMPRESA

Las buenas prácticas ambientales desarrolladas en las secciones anteriores de la Guía también pueden aplicarse en pequeñas empresas como comercios, oficinas o establecimientos de hostelería.

En este capítulo se proponen algunas mejoras de carácter medioambiental que pueden aplicarse específicamente en este tipo de empresas. Es importante destacar en esta sección, que los residuos generados por la actividad empresarial no son responsabilidad de los Ayuntamientos, como es el caso de los residuos de los diferentes hogares del municipio.

La minimización de los residuos constituye uno de los principales objetivos de la gestión ambiental de una empresa. Se debe tener en cuenta que, en el municipio de Tres Cantos, cuando los residuos generados en actividades industriales, comerciales y de servicios, que puedan considerarse asimilables a los residuos que se generan en los domicilios, no superen los cien litros diarios podrán depositarse en los contenedores municipales.

Sin embargo, la gestión de los residuos no asimilables a urbanos (o de los residuos asimilables cuando superen los cien litros diarios) corresponderá al poseedor de los residuos. Esto implica que, para gestionar dichos residuos, el poseedor deberá entregarlos a un gestor autorizado (por la Comunidad de Madrid) de residuos con los consiguientes gastos de gestión. Para más información sobre gestores de residuos puede consultar la base de datos de las empresas gestoras de residuos de la Comunidad de Madrid en www.camaramadrid.es

Para minimizar la generación de residuos, en primer lugar se debe contemplar la **reducción desde el origen**. Se procurará, por lo tanto, no comprar materiales en exceso para evitar que se conviertan en residuos por su caducidad. Otra práctica interesante es adquirir el material a granel, que genera menos residuos de envases y además resulta más económico.

Gestión de inventarios

El control de materias primas y de los residuos generados puede tener un efecto positivo en la propia gestión de la empresa, así como suponer una mejora ambiental al conseguir una reducción en la generación de residuos.

En el caso concreto de las oficinas se prestará especial atención a los residuos de papel, y en los comercios a los embalajes. En general, mediante la realización de un inventario de consumos de materias primas y generación de residuos, resulta más sencillo controlar todo el proceso y lograr la reducción.

Los **residuos peligrosos** suponen un riesgo para la salud de las personas y para el medio ambiente, por lo que se les debe prestar especial atención. Entran dentro de la categoría de residuos peligrosos, entre otros, los tubos fluorescentes, pilas, tóner, aceites generados en la cocina, baterías, transformadores, móviles, ordenadores, etc.

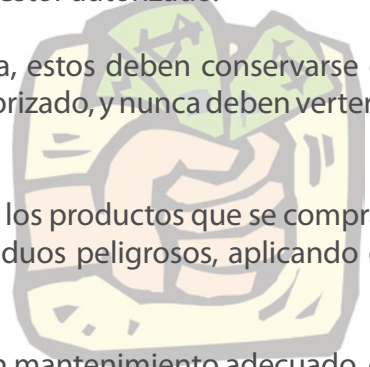
Cuando se generan residuos peligrosos, en primer lugar hay que inscribirse en el registro de Pequeños Productores de la Comunidad de Madrid (producción inferior a 10 toneladas anuales). Los residuos peligrosos deben etiquetarse, envasarse y almacenarse convenientemente hasta su entrega a gestor autorizado.

En el caso concreto de los **aceites** usados de cocina, estos deben conservarse en contenedores estancos hasta su entrega al gestor autorizado, y nunca deben verterse al sistema integral de saneamiento.

Por otra parte, es conveniente elegir adecuadamente los productos que se compran para intentar reducir la generación posterior de residuos peligrosos, aplicando de nuevo el principio de reducción desde el origen.

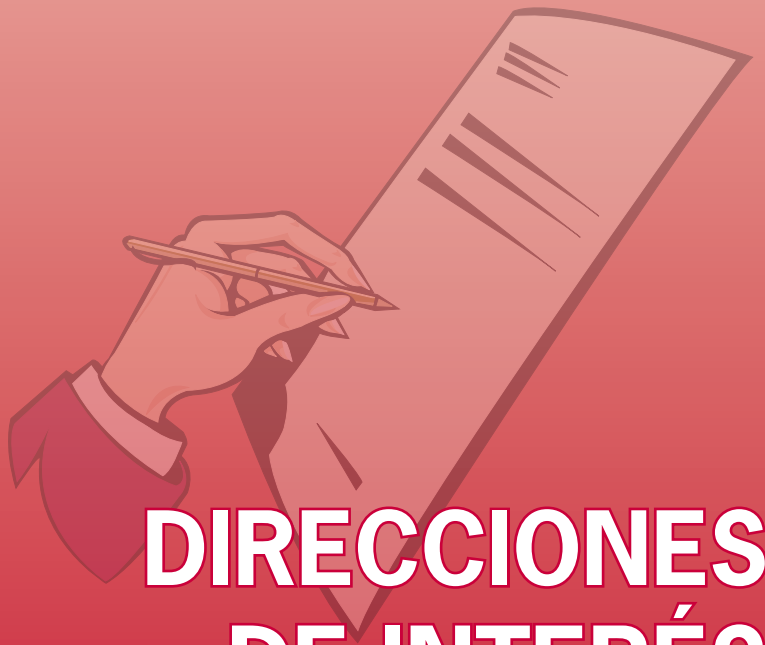
Es fundamental que los equipos estén sometidos a un mantenimiento adecuado, de manera que se eviten averías que pueden dar lugar a pérdidas energéticas, emisiones a la atmósfera o a un aumento de los consumos de materias primas y, por lo tanto, de la generación de residuos.

Un aspecto fundamental, cuando se implantan buenas prácticas ambientales en las empresas, es formar y concienciar a los **empleados** para que las cumplan. Por otra parte, también se debe motivar a los trabajadores para que identifiquen problemas ambientales y planteen soluciones.



i

La Cámara Oficial de Comercio e Industria de Madrid, conjuntamente con CEIM, ofrece un servicio gratuito de información medioambiental para todas las empresas de la Comunidad de Madrid donde pueden formularse consultas relacionadas con la empresa y el medio ambiente, o acceder a la legislación ambiental actualizada:
www.lineambiental.com



DIRECCIONES DE INTERÉS

A continuación se exponen una serie de sitios y direcciones de interés medioambiental

Organismos europeos:

- AGENCIA EUROPEA DE MEDIO AMBIENTE (AEMA)
Web: local.es.eea.europa.eu
- MEDIO AMBIENTE EN LA COMISIÓN EUROPEA
Web: ec.europa.eu/environment/index_es.htm

Organismos estatales:

- MINISTERIO DE MEDIO AMBIENTE Y MEDIO RURAL Y MARINO
Plaza de San Juan de la Cruz s/n
28071 MADRID
Tel. 91 597 60 00
Web: www.mma.es
- INSTITUTO PARA LA DIVERSIFICACIÓN Y AHORRO DE LA ENERGÍA
C/ Madera, 8
28004 Madrid
Tel. 91 456 49 00
Web: www.idae.es

Otros organismos:

- CÁMARA OFICIAL DE COMERCIO E INDUSTRIA DE MADRID
C/ Ribera del Loira, 56-58
28042 Madrid
Tel. 91 538 35 00
Web: www.camaramadrid.es

- **Línea de Consulta Medio Ambiental**
Tel. 902 11 87 57
Web: www.lineambiental.com

- **COMUNIDAD DE MADRID. CONSEJERÍA DE MEDIO AMBIENTE Y ORDENACIÓN DEL TERRITORIO**
C/ Princesa, 3-5ª Planta
28008 MADRID
Tel. 91 580 39 00
Web: www.madrid.org/medioambiente

- **CONSEJERÍA DE ECONOMÍA Y CONSUMO. COMUNIDAD DE MADRID. DIRECCIÓN GENERAL DE INDUSTRIA, ENERGÍA Y MINAS**
C/ Cardenal Marcelo Spínola, 14 edif. F-4
28016 MADRID
Tel. 91 580 21 94
Web: www.madrid.org

- **AYUNTAMIENTO DE TRES CANTOS**
Pza. del Ayuntamiento,1
28760 Tres Cantos – Madrid
Tel. 91 293 80 10
Web: www.trescantos.es

- **PUNTO LIMPIO DE TRES CANTOS**
Avda. Valdecarrizo, 2
Tres Cantos (Madrid)
Tel. 91 804 93 43
Horario: Todos los días de 8:00 a 21:00h

- **ECOPUNTO DE TRES CANTOS (Punto limpio móvil)**
Tel. 91 804 93 43

- **AYUNTAMIENTO DE MADRID. ÁREA TEMÁTICA DE MEDIO AMBIENTE**
Web: www.munimadrid.es/medioambiente

- CANAL DE ISABEL II**
C/ Santa Engracia, 125
28003 Madrid
Tel. 900 022 625
Web: www.cyii.es

Otros enlaces relacionados:

- **ECOEMBES**
C/ Orense 4-8ª planta
28020 Madrid
Web: www.ecoembes.com

- **ECOVIDRIO**
C/ General Oraá, 3-2º Planta
28006 Madrid
Tel. 91 411 83 44
Web: www.ecovidrio.com

- **REPACAR – Asociación Española de Almacenistas de Papel y Cartón Recuperable**
C/ Maldonado, 64 2º Izq.
28006 MADRID
Tel. 91 401 19 94
Fax: 91 401 86 31
Web: www.repacar.org

- **ETIQUETA ECOLÓGICA EUROPEA**
Web: ec.europa.eu/environment/ecolabel

- **SIGRE - Medicamento y Medioambiente**
C/ Príncipe de Vergara, 38-6ª Planta, Piso izdo.
28001 Madrid
Tel. 91 391 12 30
Web: www.sigre.es

- **TRAGAMÓVIL**
C/ Orense 62
28020 Madrid
Tel. 91 417 08 90
Web: www.tragamovil.es

- **ÓPTICOS X MUNDO**
Escuela de Óptica y Optometría de Terrassa
C/ Vellsolà, 37
08222 TERRASSA (Barcelona)
Web: opticsxmon.upc.edu
- **UNIÓN POR LA VISIÓN (UNITE FOR SIGHT)**
Web: www.uniteforsight.org
- **ORDENADORES SIN FRONTERAS**
C/ Illiescas 39B, local
28024 Madrid
Tel. 91 518 81 09
Web: www.ordenadoresinfronteras.com



Cámara Madrid

CÁMARA OFICIAL DE COMERCIO E INDUSTRIA DE MADRID
C/ Ribera del Loira 56-58, 28042 - Madrid
Tel: 91538 35 00 / 37 65
Fax: 91 538 37 18
www.camaramadrid.es
www.lineambiental.com



AYUNTAMIENTO DE TRES CANTOS
Pza. del Ayuntamiento 1, 28760 - Tres Cantos (Madrid)
Tel.: 91.293.80.00
Fax: 91.803.54.34.
www.trescantos.es



FEDERACIÓN DE EMPRESARIOS MADRID NORTE (FEMAN)
Centro de Encuentros del PTM
C/Isaac Newton 2. 28760 - Tres Cantos (Madrid)
Tel: 918037274
Fax: 918044558
www.feman.org



Dirección General de Recursos,
Energía y Minas
CONSEJO REGULADOR DE ECONOMÍA,
FINANZAS Y TURISMO