UNIVERSIDAD DE GRANADA

Vicerrectorado de Igualdad, Inclusión y Compromiso Social

#1MensajeSaludable. Recuerda tu huella ecológica también en Navidad.

22/12/2022

La Universidad de Granada, como parte de la Red Española de Universidades Promotoras de Salud (REUPS) continua con la iniciativa "Un mensaje saludable por un objetivo común". Este mes de diciembre queremos concienciar a la comunidad universitaria de importancia de hacer una compra más sostenible

El Grupo Intergubernamental de Expertos sobre el Cambio Climático de la ONU informa de múltiples cambios en nuestro medio ambiente, como el aumento del nivel del mar, la mayor concentración de las emisiones de gases de efecto invernadero y el incremento de la temperatura media a nivel mundial. Es posible que no todo lo que causa este cambio esté bajo el control de la ciudadanía, pero también es cierto que con pequeñas acciones diarias se puede contribuir a mejorar el impacto que producimos en nuestro entorno. Por lo que revelan los estudios, nuestras acciones cotidianas afectan a la economía y la sociedad, pero también sobre el ecosistema en el que vivimos y del que formamos parte. Determinadas épocas del año cambian nuestros hábitos de comida y compras. Sin embargo, siguiendo alguna claves podemos contribuir un poco más a mejorar nuestro entorno:

1. Comercio justo. Antes de comprar, infórmate de dónde se ha fabricado el producto y las condiciones de trabajo que los que lo elaboraron. Lo que no pagas tú, puede que lo pague otra persona.

Copyright© 2025 Universidad de Granada

2. Apuesta por la proximidad. ¿Seguro que es necesario comprar por internet? Busca propuestas en el comercio local que pueda reducir algo la huella de carbono.
3. Come de manera equilibrada. Un menú proporcionado y con productos de temporada siempre es la mejor opción; más no siempre es mejor.
4. Reutiliza los embalajes y las bolsas. Rodea los regalos que hagas con tela, papel reciclado o materiales que puedas reutilizar posteriormente. No tienes por qué renunciar a la estética.
5. Reflexiona antes de comprar. Revisa lo que tienes, qué te hace falta, planifica tu compra y cuenta hasta tres antes de hacerlo. Sé consciente de que, en tu mano, está cuidar de ti, de los que te rodean y del medio ambiente.

Cuida de ti. Cuida de los tuyos.

Secretariado de Campus Saludable

Universidad de Granada

Red española de Universidades Saludables

CRUE Sostenibilidad

Más información en

https://www.unisaludables.es

https://viics.ugr.es/areas/campus-saludable

https://viics.ugr.es/

Mensajes saludables (+)

Copyright© 2025 Universidad de Granada