

# OFICINAS AL NATURAL

**SE HA PUESTO DE MODA ADAPTAR** nuestros hogares para que sean más eficaces y consuman menos energía. Pero queda mucho trabajo por delante, y un muy buen lugar para continuarlo es la oficina. Cambios simples y nuevos hábitos pueden ahorrar energía y recursos en el trabajo, y los efectos de estos consejos simples pueden multiplicarse convenciendo a sus jefes para que sigan su ejemplo al tiempo que le ahorrarán dinero.



## 1. IDEAS BRILLANTES SOBRE LA ILUMINACIÓN.

La iluminación artificial constituye el 44% de la electricidad que se usa en los edificios de oficinas.

▶ Acostúmbrase a apagar la luz si no va a regresar a la sala antes de 15 minutos y utilice la luz natural cuando sea posible.

▶ Haga obligatorio el uso de bombillas y lámparas del tipo Energy Star, las cuales usan casi el 70% menos de electricidad que las convencionales, e instale reguladores y sensores de movimiento que apaguen las luces cuando no se usen.



## 2. PERFECCIONE LA EFICACIA DE LAS COMPUTADORAS

Las computadoras del sector de negocios despilfarran electricidad por valor de mil millones de dólares anuales.

▶ Acostúmbrase a apagar la computadora—y los enchufes colectivos a los que estén conectadas—cuando acabe su jornada laboral. De

otra manera la energía y el contador de la luz, siguen corriendo. (Asegúrese de que su computadora no necesita estar siempre encendida por motivos técnicos o de seguridad). Durante el día, hacer que su computadora se duerma durante interrupciones breves puede ahorrar un 70% de la energía que usa.

▶ Haga obligatorio invertir en computadoras, monitores e impresoras que ahorren energía y asegúrese de que el equipo viejo se recicle apropiadamente. Busque un reciclador que se haya comprometido a no exportar productos tóxicos de computación y que siga otras directrices de seguridad. Las computadoras viejas que todavía funcionen, y tengan menos de cinco años, pueden donarse a organizaciones que las refaccionen y las distribuyan a hogares necesitados. (Esto incluso podrían significarle una deducción de impuestos.)



## 3. IMPRIMA INTELIGENTEMENTE

El oficinista promedio en Estados Unidos consume 10,000 hojas de papel cada año.

▶ Acostúmbrase a imprimir ambos lados de la hoja o use el lado en blanco de hojas impresas para faxes, papel para notas o borradores. Evite imprimir en color e imprima en modo borrador siempre que sea posible.

▶ Haga obligatorio que se compre papel sin cloro con alto contenido de materiales reciclados. Considere también pasarse a papeles más blancos o alternativas hechas de bambú, cáñamo, algodón orgánico o cáñamo kenaf. Recicle los cartuchos de tono y tinta de imprimir y compre los que hayan sido refaccionados. Según Office Depot, cada cartucho de tono de impresora refaccionado “evita que se desechen unas 2.5 libras de metal y plástico, y ahorra medio galón de petróleo”.



#### 4. AHORRE PAPEL CUANDO SEA POSIBLE

► Acostúmbrese a pensar antes de imprimir: ¿podría esto leerse o guardarse online en lugar de imprimirse? Cuando reciba catálogos, revistas y gacetillas que no desee o correo basura en general, pida que lo borren de la lista de envío antes de reciclar el artículo.

► Haga obligatorio la publicación online de manuales y materiales similares, en lugar de distribuir copias en papel. Son incluso más fáciles de actualizar.



#### 5. ACELERE SU RECICLAJE

► Acostúmbrese a reciclar todo lo que adquiere su oficina. Casi todos los tipos de papel que se encuentran en una oficina, incluyendo el papel de fax, sobres y correo basura, pueden reciclarse.

También puede reciclar su teléfono celular, beeper o cualquier otro comunicador personal.

► Haga obligatorio colocar contenedores de reciclaje en áreas accesibles y de alto tráfico y ofrezca información detallada sobre qué se puede reciclar y qué no.



#### 6. COMPLETE EL CICLO

► Haga obligatoria la compra de suministros y muebles de oficina hechos de materiales reciclados.



#### 7. FÍJESE EN LO QUE COME Y CÓMO

► Acostúmbrese a traer su propia taza y cubiertos para los almuerzos en la oficina.

► Haga obligatorio ofrecer platos, cubiertos y vasos reutilizables. Opte por café y té orgánicos y productos del Comercio Justo (Fair Trade), y compre la comida que necesite para fiestas y recepciones en mercados locales orgánicos. Ofrezca agua del grifo filtrada en lugar de agua embotellada.

Estos consejos vienen de la página web del Sierra Club. Para más consejos e información, visite [www.sierraclub.org/ecocentro](http://www.sierraclub.org/ecocentro)



#### 8. RECAPACITE SOBRE SUS VIAJES

► Acostúmbrese a tomar el tren, autobús o metro cuando sea posible en lugar de alquilar un carro cuando esté de viaje de negocios. Si tiene que alquilar un carro, algunas compañías ahora ofrecen carros híbridos y otros vehículos de alto rendimiento.

► Haga obligatorio invertir en videoconferencias y otras soluciones tecnológicas que reduzcan la cantidad de viajes de los empleados.



#### 9. RECONSIDERE SU VIAJE A LA OFICINA

► Acostúmbrese a compartir el carro (carpool), viajar en bicicleta o usar el transporte público, y cuando sea posible, trabaje desde casa. Si debe manejar ocasionalmente, considere apuntarse a un servicio de alquiler de carro para trayectos cortos como Zipcar y Flexcar, en lugar de comprarse su propio carro.

► Haga obligatorio animar a los empleados a que trabajen desde casa (telecommuting) (una opción cómoda para el empleado que además ayuda al planeta), y facilite que los empleados tomen modos alternativos de transporte subsidiando los boletos, ofreciendo estacionamiento para bicicletas y estableciendo una junta para compartir el carro.

► Haga obligatorio animar a los empleados a que trabajen desde casa (telecommuting) (una opción cómoda para el empleado que además ayuda al planeta), y facilite que los empleados tomen modos alternativos de transporte subsidiando los boletos, ofreciendo estacionamiento para bicicletas y estableciendo una junta para compartir el carro.



#### 10. CREE UN AMBIENTE SALUDABLE EN LA OFICINA

► Acostúmbrese a usar productos de limpieza no tóxicos. Adorne su cubículo con plantas, las cuales absorben la contaminación interior.

► Haga obligatorio comprar muebles, alfombras y pintura que no contengan compuestos orgánicos volátiles (COV) y que no emitan productos tóxicos.

