

## Sitios Web

### Para ayudarte a tomar decisiones informadas:

- Comprando con Conciencia <https://stmatthewcatholic.org/shopping>  
¿Qué pequeños cambios puedes hacer para cuidar el medio ambiente?
- Eco-Chic: Vistiendo conscientemente <https://www.catholicerald.com/news/eco-chic-clothing-with-conscience/>  
¿Cómo se puede reducir el desperdicio, proteger el medio ambiente y respetar a los trabajadores de la industria textil?
- Comiendo con conciencia: Más allá de los pesticidas <https://www.beyondpesticides.org/resources/eating-with-a-conscience/overview>  
Tus decisiones de compra de alimentos apoyan o rechazan las prácticas agrícolas peligrosas, la protección de los trabajadores agrícolas y el cuidado de la Tierra.
- Guía eco-parroquial: Poniendo en práctica [Laudato Si](https://ourcommonhome.org/media/docs/GCC-M-Eco-Parish-Guide-English.pdf)  
[https://ourcommonhome.org/media/docs/GCC M-Eco-Parish-Guide-English.pdf](https://ourcommonhome.org/media/docs/GCC-M-Eco-Parish-Guide-English.pdf)  
Hay consejos para el uso eficiente de la energía en la parroquia, guía para hacer compras más ecológicas, la reducción de residuos y mucho más.

**Comprar es siempre un acto moral, y no sólo económico**  
**Papa Francisco, Laudato Si', #206**

## Libros y aplicaciones útiles

- Guía de compras para un mundo mejor (Better World Shopping Guide) por Ellis Jones: es un libro de bolsillo que clasifica todos los productos de la estantería de la A a la F para que puedas distinguir rápidamente las empresas éticas de las que no lo son, convirtiendo tu lista de compra en una poderosa herramienta para el cambio. Este recurso también está disponible en línea: BETTER WORLD SHOPPER: <https://betterworldshopper.org/>
- Greenify Everything es una guía de supervivencia de Annie Bond (también conocida como Berthold-Bond), para vivir con conciencia ecológica en el mundo moderno. Sitio web: <https://www.greenifyeverything.com/>  
Aplicación Greenify: <https://www.greenifyeverything.com/app/>  
(descargarla de la tienda de Apple ó la tienda de Google)
- Limpieza natural del hogar (Natural Household Cleaning): Cómo hacer tus propios productos de limpieza ecológicos, por Rachelle Strauss
- Cómo llegar a casi cero residuos (How to Go Almost Zero Waste): Más de 150 pasos para lograr vida más sostenible en el hogar, la escuela, el trabajo y más allá, por Rebecca Grace Andrews MA MS.



## ESCOGIENDO PRODUCTOS AMIGABLES CON EL MEDIO AMBIENTE



Justicia Paz e Integridad de la Creación  
Misioneros Oblatos de María Inmaculada  
Provincia de E.E.U.U.

391 Michigan Avenue, NE Washington, DC  
20017

Teléfono: 202-529-4505

Sitio Web: <https://omiusajpic.org/>

Para una versión para imprimir visita:

[www.omiusajpic.org/2021-eco-living-tips/](http://www.omiusajpic.org/2021-eco-living-tips/)

Revisado 2021

# PORQUE ESCOGER PRODUCTOS AMIGABLES CON NUESTRO MEDIO AMBIENTE?

Utilizar productos que son menos dañinos con el medio ambiente hará que nuestro entorno sea más saludable y, por tanto, mejorará la salud y el bienestar de todos. Al reducir la dependencia de los recursos no renovables se ayudará a garantizar el suministro a las generaciones futuras.

Al comprar de las empresas que utilizan métodos de producción y empaquetado respetuosos/amigables con la tierra o que elaboran productos respetuosos con el medio ambiente se estimula a estas empresas a ampliar y continuar con estas prácticas.

## Examen de conciencia ecológico antes de hacer una compra:

¿Puedo prescindir de este producto? ¿Puedo elaborarlo? ¿Puedo comprarlo usado?

¿De qué está hecho, tiene productos químicos tóxicos?

¿Cuánta energía se ha utilizado en su producción, en su transporte y en su funcionamiento?

¿ Está empaquetado con materiales reciclables?

¿ Cuánto tiempo durará, y cuando termines su vida útil puedo reciclarlo?

¿ Mejorará este producto nuestra calidad de vida?

¿ Qué efectopotencial tiene el uso de este producto sobre el cambio climático o la pérdida de biodiversidad?

## EVITANDO LAS TOXINAS

El aire de nuestras casas puede estar lleno de gases nocivos procedentes de los productos de limpieza. La mala calidad del aire interiores un factor importante que contribuye al asma. Los productos de limpieza no tóxicos ayudan a que el aire de los hogares sea más saludable.

Los productos ecológicos evitan que entren toxinas al suministro del agua. Evita los ingredientes derivados del *petróleo*, *fosfatos*, *blanqueadores*, *hipoclorito de sodio*, *EDTA* y el *NTA*, todos esos son especialmente tóxicos. Evita también los envases de aerosol los cuales son difíciles de reciclar.

Utiliza materiales de limpieza respetuosos con el medio ambiente, como el *vinagre*, *zumo de limón*, *bicarbonato de sodio*, *bórax* y *aceite de oliva*. Son eficaces, más baratos y mejores para el medioambiente.

## Las etiquetas son útiles al elegir los productos.

### Busca las siguientes:

- Reciclado
- Orgánico
- Biodegradable
- No tóxico
- No ha sido probado en animales
- No contiene organismos genéticamente modificados

## NUESTRO AGUA

La Agencia de Protección Ambiental de los Estados Unidos (EPA) califica los productos por su eficiencia y rendimiento en el uso del agua. [www.epa.gov](http://www.epa.gov)

La etiqueta WaterSense de la EPA - identifica un producto como eficiente en el uso del agua, el cual ha sido certificado de forma independiente para cumplir los criterios de eficiencia y rendimiento. Al comprar artículos marcados con esta etiqueta, puedes esperar un buen rendimiento, un ahorro en tu tarifa de agua la seguridad de que estas ahorrando agua para las generaciones futuras.

Busca este logotipo en los productos:



Dado que el mercado tiende a promover el consumismo extremo en un esfuerzo por vender sus productos, las personas pueden verse atrapadas fácilmente en un torbellino de compras y gastos innecesarios.

Papa Francisco, Laudato Si, # 203