



**PLANET
CHANGE**

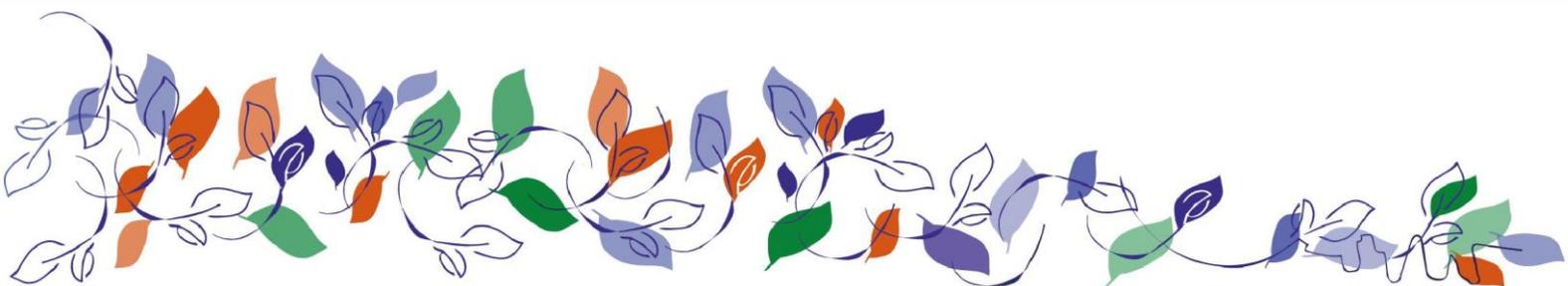
Contaminación atmosférica: Observando el impacto en nuestras propias vidas

Hoja de ejercicios



Planet change is the short name of an EU Erasmus+ project aimed at VET teachers and their students. With small activities, the idea is to create awareness about sustainability and acquire 21st century skills. All this is done in a technical context, mostly from space technology.

www.planetchange.eu



Hoja de ejercicios: Bienvenido a mi vida contaminante

Adaptado de "Whirling, Swirling Air Pollution: 24 Hours of Edgar's Air Pollution", disponible en <https://scied.ucar.edu/sites/default/files/documents/WhirlingSwirlingAirPollution-24HoursEdgarPollutionStory.pdf>.

Instrucciones

Aplicación estándar

Aquí encontrará tres tablas.

- La **primera** sirve de ejemplo: leerás sobre la vida de una persona - María - y cómo cada paso de su rutina diaria repercute en las emisiones de contaminantes atmosféricos. Es una rutina muy simplificada, ¡sólo para inspirarse!
- En la **segunda**, te pedimos que hagas lo mismo, pero ahora para tu propia vida. Siéntete libre de añadir las filas que necesites a la tabla, para tener una visión real de todas las cosas que haces cada día. Debes clasificar tus acciones en 5 tipos de fuentes de contaminación atmosférica:
 1. Vehículos y motores de gasolina.
 2. Electricidad procedente de combustibles fósiles como el carbón.
 3. Actividades que lanzan partículas al aire, como los incendios.
 4. Productos que liberan sustancias químicas en el aire (como los productos de higiene y limpieza).
 5. Consumo y hábitos cotidianos (alimentación, textil, procesos de transporte y eliminación de residuos).
- Por cada acción y fuente de contaminación que identifiques en tu vida diaria, recibirás **+3, +2 o +1 puntos de contaminación**, dependiendo de la acción. Por **cada alternativa sostenible** (por ejemplo, ir al colegio en bicicleta), **puedes restar 3, 2 o 1 puntos (-3, -2, -1)**. Para saber cómo rellenar la tabla con las acciones, su impacto contaminante y sus alternativas, **debes consultar esta lista [aquí](#)**, para ver qué se aplica a tu caso y hacerte una idea de lo que puedes añadir. Esta lista también explica cómo distribuir los puntos, según la acción/actividad.



- En la **cuarta** tabla, necesitarás la colaboración de un miembro mayor de tu familia. Pídeles que te ayuden a rellenar la tabla según su rutina y clasifica las acciones en función de la contaminación que emiten, como hiciste tú para tu propia vida cotidiana.

Aplicación adaptada

Aquí encontrará tres tablas.

- La **primera** sirve de ejemplo: leerás sobre la vida de una persona - María - y cómo cada paso de su rutina diaria repercute en las emisiones de contaminantes atmosféricos. Es una rutina muy simplificada, ¡sólo para inspirarte! No prestes atención a los tipos de contaminantes, sino a las acciones que ella realiza.
- En la **tercera**, te pedimos que hagas lo mismo, pero ahora para tu propia vida. Siéntete libre de añadir las filas que necesites a la tabla, para tener una visión real de todas las cosas que haces cada día. Puedes ir a [esta lista](#) y seleccionar lo que también se aplica a tu vida, o ver el tipo de cosas que puedes añadir a tu vida. También puedes tomar ideas para alternativas sostenibles. Debes rellenar tu rutina diaria y luego ver qué acción es contaminante o no. Por cada acción y respectiva fuente de contaminación que identifiques en tu vida diaria, recibirás **+3, +2 o +1 puntos de contaminación**, dependiendo de la acción. Por **cada alternativa sostenible** (por ejemplo, ir al colegio en bici), **puedes restar 3, 2 o 1 puntos (-3, -2, -1)**. Recuerda consultar la lista para saber qué puntos atribuir a cada acción.
- En la **cuarta** tabla, necesitarás la colaboración de un miembro mayor de tu familia. Pídeles que te ayuden a rellenar la tabla según su rutina y clasifica las acciones en función de la contaminación que emiten, como hiciste tú para tu propia vida cotidiana.



Tablas de ejercicios

Tabla 1. La vida de María

Date:						
Tiempo	Acción	Descripción de la acción	Acción o actividad (y, si es contaminante, su fuente)	Puntos contaminantes <i>(+3, +2 o +1, según la acción)</i>	Puntos alternativos sostenibles <i>(-3, -2 o -1, según las instrucciones)</i>	Total de puntos (por línea)
6 de la mañana	Darse una larga ducha caliente	María se levanta para ponerse a trabajar. En primer lugar, necesita una ducha larga, caliente y reconfortante. El sistema que utiliza para calentar el agua funciona con gas natural; además, usa champús y otros productos que liberan sustancias químicas contaminantes.	<ul style="list-style-type: none"> • Ducha: Ardiente gas natural • Productos naturales utilizados (lea las etiquetas) 	+3 (para el gas) +3 (para la ducha larga) +2 (para la temperatura muy caliente)	-2 (utilizado productos naturales)	6



7h15	Preparar el desayuno	<p>Para desayunar, María prepara tostadas y café, lo que le obliga a utilizar un hornillo y una cafetera. Ambos suministros utilizan electricidad, procedente de una central eléctrica donde se quema carbón que contamina el aire.</p> <p>Al llegar a la oficina, está indecisa entre encender el aire acondicionado o un ventilador: ¡hace mucho calor! Una amiga le dice que el ventilador es la mejor solución, así que se decide.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Estufa y cafetera: Carbón encendido • Elegir un ventilador en lugar del aire acondicionado 	+3 (para la estufa y la cafetera)	-2 (prefirió un ventilador al aire acondicionado)	1
12 de la tarde	Almorzando	<p>María se olvidó el almuerzo en casa, así que condujo hasta un McDonald's cercano y pidió una hamburguesa de carne.</p> <p>Sin embargo, se lleva a una amiga para no tener que conducir con dos coches.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Usar el coche: Quemar gasolina • Elegir comida rápida excesivamente procesada: Hábitos de consumo Elegir una hamburguesa de carne: Hábitos de consumo Quemar gasolina: Compartir coche 	+3 (quemar gasolina con el coche) +3 (comida rápida) +3 (hamburguesa de carne)	-3 (coche compartido)	6



18.00 h	Llegar a casa, limpiar	<p>María llega agotada del trabajo, pero aún tiene algunas cosas que hacer antes de relajarse. Utiliza sus productos de limpieza para dar un nuevo aspecto a su cocina y también saca el plástico, sin reciclarlo.</p> <p>Sin embargo, María aprendió con su abuelo a hacer compost con las hojas y residuos del jardín, por lo que depositó estos restos en su compostador.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● Usando un coche: Quemar gasolina ● Usar productos de limpieza: Productos que liberan sustancias químicas ● No reciclar plástico: Eliminación de residuos ● Eliminación de residuos: Compostaje 	<p>+3 (coche) +3 (uso de productos de limpieza) +2 (no reciclar)</p>	<p>-3 (Compostaje)</p>	<p>5</p>
---------	------------------------	--	---	--	------------------------	----------

21	Ver la televisión y navegar por internet	<p>¡Por fin me relajo! Ha sido un día largo. María ve la tele y navega un poco por el móvil. En Instagram ve un anuncio interesante y acaba encargando un vestido nuevo que le enviarán de China a Portugal. Para encender la televisión y usar Internet se necesita energía de la central eléctrica de carbón. El proceso de producción del vestido, así como su envío desde tan lejos, quemará combustible fósil y liberará contaminación atmosférica. Además también implican plástico, que lo más probable es que acabe en el vertedero.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● Pedir un producto procedente de otro país: Quemando gasolina ● Usar Internet durante mucho tiempo: Quemando carbón ● Pedir un producto de moda rápida, cuya producción consume muchos recursos y energía: Hábitos de consumo ● Moda rápida y envases: Hábitos de consumo Transporte: Quemando combustible 	<p>+3 (pedir el producto) +2 (uso prolongado de Internet) +3 (pedido fastfashion) +2 (plástico que viene con el producto) +3 (transporte elegido)</p>		
----	--	--	--	---	--	--





<https://www.planetchange.eu>



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

Total de puntos						30



Tabla 2. Tu vida

¡Ahora es tu momento! Rellene la tabla (duplique la tabla si es necesario, en función del número de días que vaya a inscribirse)

Date:						
Tiempo	Acción	Descripción de la acción	Acción contaminante y fuente de contaminación	Puntos contaminantes (+3, +2 o +1, según la acción)	Alternativa sostenible puntos (-3, -2 o -1, según las instrucciones)	Total de puntos (por línea)
Total de puntos						



(AÑADA FILAS SI ES NECESARIO)

Tabla 3. Tu vida (*adaptado)

Tiempo	Acción	Descripción de la acción	¿Qué acciones fueron contaminantes?	Puntos contaminantes (+3, +2 o +1, según la acción)	Alternativa sostenible puntos (-3, -2 o -1, según las instrucciones)	Total de puntos (por línea)
Total de puntos						

(AÑADA FILAS SI ES NECESARIO)



Tabla 4. La vida de otras generaciones

(nota: si se prefiere, cuando un alumno utiliza la tabla adaptada, se puede utilizar la misma para el adulto también, para facilitar la comparación)

Date:						
Tiempo	Acción	Descripción de la acción	Acción contaminante y fuente de contaminación	Puntos contaminantes (+3, +2 o +1, según la acción)	Puntos alternativos sostenibles (-3, -2 o -1, según las instrucciones)	Total de puntos (por línea)
Total de puntos						

(AÑADA FILAS SI ES NECESARIO)

