

Día de la Tierra

todos los días

Tu guía para *pasar a la acción*
para proteger nuestro planeta

No hace falta decirte que este gran y asombroso planeta que compartimos se enfrenta a graves problemas. Por eso esta Guía del Día de la Tierra está aquí para ayudarte a pasar a la acción, para que quienes nos preocupamos por el futuro de nuestro planeta podamos ayudar a abrir el camino hacia un mañana más sostenible.

Ya sabes que las especies están desapareciendo y que el cambio climático es cada día más alarmante. Por eso, esta guía aborda temas como las especies invasoras, la contaminación por plásticos, tu huella de carbono y mucho más.

Gracias por arremangarte y unirte a The Nature Conservancy para proteger el planeta que todos amamos.

En las páginas que siguen, descubre cómo...

- ▶ **Detener las especies invasoras** [pág. 3](#)
- ▶ **Combatir el problema de los plásticos** [pág. 6](#)
- ▶ **Hacer frente al cambio climático** [pág. 9](#)

Portada: Reserva Bear Rocks de The Nature Conservancy, WV © Kent Mason



Las especies invasoras exigen tomar medidas

Una especie invasora es una planta o animal que no es originario de su entorno. Sin depredadores naturales ni competidores, pueden prosperar y propagarse agresivamente. Desplazan a

las especies nativas, destruyen el hábitat e incluso pueden perjudicar nuestra salud.

Para tener una idea, **más de 40 millones de hectáreas de tierras públicas en Estados Unidos están infestadas de plantas invasoras**. Y cada año se extienden por más de 1 millón de hectáreas más, una superficie dos veces mayor que Delaware.

El kudzu invasor avanza sobre árboles y arbustos en una ladera del condado de Blount, Tennessee.
© Katie Ashdown/Flickr
(CC BY 2.0)

AYUDAR
A FREÑAR LAS

*especies
invasoras*

Actuar *por* la Tierra

▶ AYUDAR A FRENAR LAS ESPECIES INVASORAS



En tu cocina

Come plantas invasoras, cuando sea posible. ¿Sabías que algunas especies invasoras se pueden comer y son deliciosas? Comprar y comer especies invasoras también ayuda a los productores de alimentos, como los pescadores, que las capturan y eliminan.

Si te gusta el pescado, comprueba en tu supermercado o restaurante local si hay especies invasoras, como el bagre azul

(VA, MD, DE y NY), la carpa asiática (río Misisipi y Grandes Lagos), la cabeza de serpiente del norte (NY, PA y AK) o el cangrejo verde (costas del Atlántico y el Pacífico).



En tu jardín

Revisa tu jardín y elimina las plantas invasoras que encuentres. Por su propia naturaleza, las especies invasoras son resistentes, así que busca instrucciones en Internet para saber cómo tratar cada especie. No existe un método de

eliminación que sirva para todas.

Busca plantas nativas de tu zona y plántalas en tu patio o jardín. Sustituye las plantas invasoras por alternativas no invasoras. Verifica las etiquetas de las plantas en tu vivero local para ver si la planta es nativa; suelen estar etiquetadas. Pide al vivero que ofrezca especies nativas para que sepan que los clientes quieren comprarlas. Esto les animará a vender más plantas nativas en lugar de invasoras.

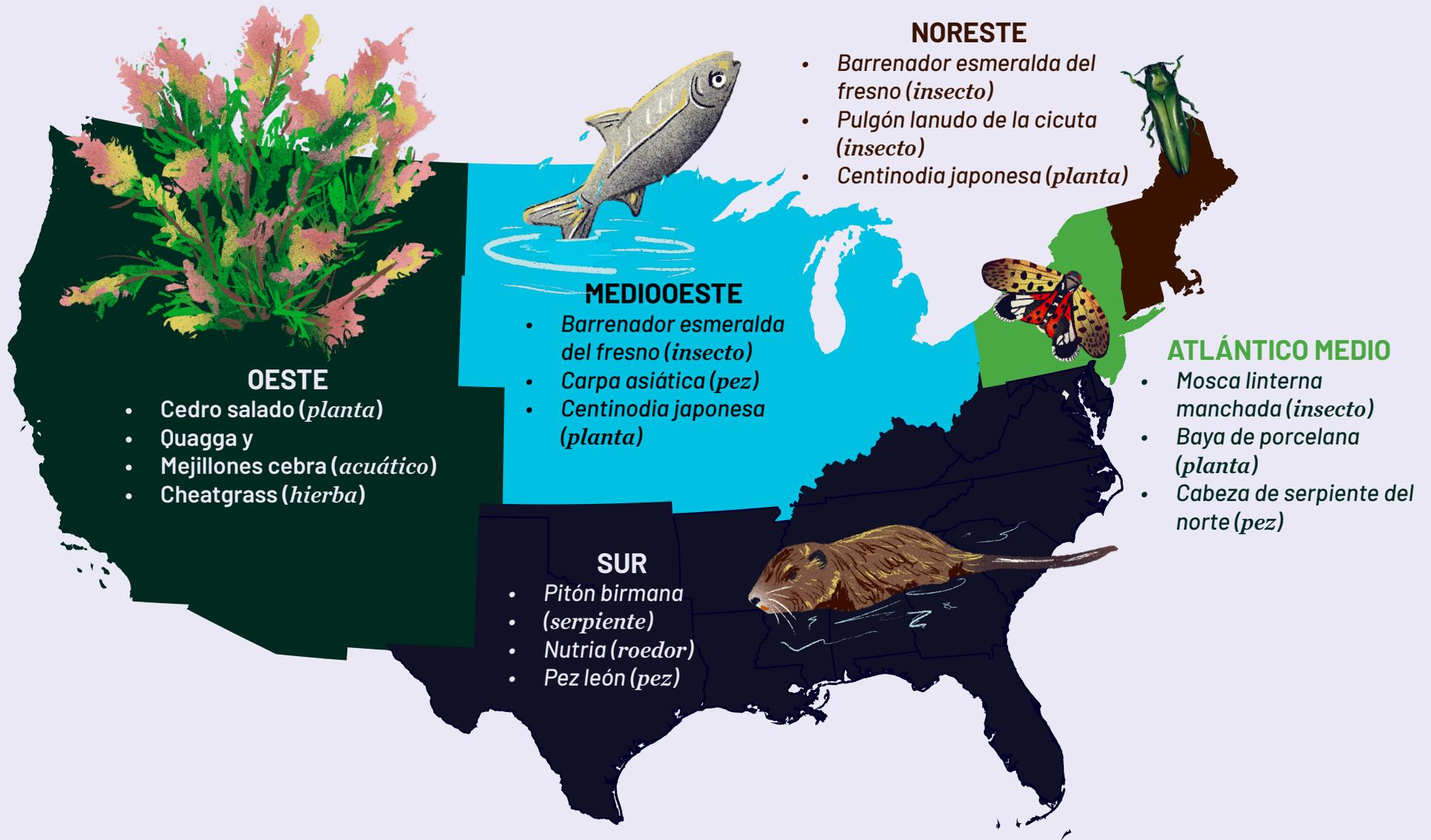
Y puede que no sean solo plantas lo que hay que vigilar. Busca plagas invasoras en tu zona y aprende a tratarlas. En algunos casos, como el de la mosca linterna manchada del este de Estados Unidos, los expertos recomiendan matarlas en el acto porque la destrucción que causan es muy grande.



En tu comunidad

Estas son tres formas de mantener las especies invasoras alejadas de tu hogar:

- ▶ Ofrécete como voluntario en grupos locales de defensa de la naturaleza o en el parque público de tu localidad para ayudar a eliminar las especies invasoras de tu zona.
- ▶ No “empaques una plaga” cuando viajas. Frutas y vegetales, plantas, insectos y animales pueden ser portadores de plagas o convertirse ellos mismos en invasores.
- ▶ No traslades leña (puede contener plagas forestales), limpia tus bolsas y botas después de cada excursión y tira la comida antes de viajar de un lugar a otro.



¿Qué hay en tu jardín?

He aquí algunos ejemplos.



COMBATIR EL
*problema de
los plásticos*

Los plásticos exigen tomar medidas La mayor parte del plástico se fabrica a partir de combustibles fósiles, y el ritmo de la producción de plástico se está disparando. La contaminación por plásticos está tan extendida que microplásticos diminutos que no se ven están contaminando nuestros alimentos, el agua potable e incluso nuestros cuerpos.

La industria del plástico quiere que el problema sea responsabilidad nuestra. Nos han impuesto la obligación de reciclar y limpiar nuestras playas, mientras ellos aumentan la producción de plástico cada año. Pero no podemos resolver este problema limpiando el caos de ellos: tenemos que trabajar juntos para sanear la industria del plástico.

Una bolsa de plástico flotando en el océano, Shellharbour, Australia.
© Aristo Risi/
Concurso de fotografía de TNC 2018

Actuar por la Tierra

► COMBATIR EL PROBLEMA DE LOS PLÁSTICOS



Habla contra la contaminación por plásticos

Apoya a organizaciones como The Nature Conservancy, que abogan por los cambios sistémicos necesarios para controlar el problema de los plásticos.

Averigua qué leyes locales o estatales pueden marcar la diferencia donde vives e involúcrate para apoyarlas.

Ponte en contacto con tus representantes electos para expresarles tu preocupación por los plásticos y pídeles que aprueben soluciones políticas reales.

Por ejemplo, The Nature Conservancy en California ayudó recientemente a aprobar la Ley de Reducción de Residuos Plásticos, la legislación más completa del país para frenar la contaminación por plásticos.

Esta ley exige una reducción del 25% en la producción del plástico de un solo uso y protege y restaura el hábitat y las comunidades más afectadas por la contaminación plástica.

Puedes aportar cambios a tu comunidad defendiendo leyes que limiten los plásticos de un solo uso, como bolsas y pajitas.



Varios estados y ciudades importantes de Estados Unidos han aprobado leyes contra los plásticos de un solo uso. He aquí algunos ejemplos:

- **San Francisco, CA** se convirtió en la primera gran ciudad en prohibir las bolsas de plástico de un solo uso. Esta prohibición se ha ampliado para incluir espuma de poliestireno, envases de alimentos y pajitas de plástico.
- **Nueva Jersey** prohibió las bolsas de plástico y papel de un solo uso en tiendas y restaurantes, así como los envases de alimentos de poliestireno.
- **Atlanta, GA** prohibió las bolsas de plástico de un solo uso, las pajitas y los envases de poliestireno para alimentos en las operaciones de la ciudad.
- **Vermont** prohibió las bolsas de plástico de un solo uso, las pajitas de plástico y los envases de poliestireno.
- **Seattle, WA** prohibió las pajitas, los utensilios y las bolsas de plástico de un solo uso.

Actualmente, hay 18 estados que impiden a las comunidades locales prohibir bolsas de plástico. Si vives en uno de estos estados, el primer paso es alzar la voz y conseguir que se anule la prohibición!



Urge a los líderes mundiales a que actúen

La Organización de las Naciones Unidas (ONU) está trabajando para adoptar el primer acuerdo internacional jurídicamente vinculante de la historia para acabar con la contaminación por plásticos. Y estamos instando a los líderes de más de 175 países para convertirlo en un tratado fuerte y vinculante.

La última reunión de la ONU terminó sin acuerdo, por lo que es fundamental que sigamos presionando a los países para que hagan lo correcto en su próxima reunión.

[Suma tu voz firmando este compromiso](#) y apoya a The Nature Conservancy en nuestro llamamiento a los líderes mundiales para que se unan y hagan frente a la contaminación por plásticos.



No tires los plásticos por el desagüe

Reformar la industria del plástico es lo que marcará la mayor diferencia, pero una cosa que puedes hacer como individuo es elegir tejidos naturales en lugar de sintéticos. Esto se debe a que nuestra ropa libera microplásticos (llamados microfibras) al medio ambiente durante su fabricación y cuando se lava.

Se calcula que por cada 500 camisetas fabricadas, se pierde el equivalente de una camiseta como contaminación por microfibras solo durante la producción. Y cada ciclo de lavado puede generar hasta 18 millones de microfibras.

Buceador recogiendo residuos plásticos en el mar Mediterráneo.
© Sebnem Coskun/Concurso de fotografía de 2021

Jardín comunitario Allmende-Kontor en Tempelhofer Feld, Berlín. Los ciudadanos de Berlín abogaron por que Tempelhofer Feld no se urbanizara una vez cerrado el aeropuerto. Se ha convertido en un espacio público utilizado para el recreo, la jardinería y otras actividades.
© Jen Guyton

El cambio climático exige actuar

Los efectos del cambio climático crecen ante nuestros ojos. Desde temperaturas récord hasta incendios forestales e inundaciones catastróficas. Está claro que debemos unirnos y actuar para crear un futuro más sano para nuestro planeta.

Y aunque pueda parecer que es un problema demasiado grave, hay medidas que cada uno de nosotros puede tomar hoy mismo para marcar la diferencia.

HACER FRENTE AL

*cambio
climático*

Actuar ^{por} la Tierra

► HACER FRENTE AL CAMBIO CLIMÁTICO



Involúcrate en tu comunidad

Algunas de las oportunidades y avances más interesantes se están produciendo en ciudades y estados en todo el país.

Si todavía no estás involucrado, ¡participa en tu comunidad! Apoya las leyes y políticas destinadas a aumentar las energías renovables como la solar o la eólica, invertir en infraestructuras para vehículos eléctricos, reducir las emisiones y mejorar el transporte público.

Tu voz es increíblemente poderosa cuando abogas ante los líderes locales. Haz llamadas, escribe correos electrónicos y asiste a reuniones comunitarias para mostrar tu apoyo a medidas importantes como estas.



Reduce los viajes en avión

El transporte aéreo es uno de los factores que más contribuyen a las emisiones de gases de efecto invernadero. Así que, si viajas con frecuencia, intenta reducir los viajes en avión

siempre que sea posible. Esta es una de las cosas más importantes que puedes hacer para reducir tu huella de carbono. También ayuda limitar las escalas o paradas que se hacen por el camino.

En tu próximo viaje, prueba explorar lugares un poco más cercanos. Puede que haya lugares a pocas horas de distancia que te parezcan un cambio de ambiente total. Incluso en tu propio entorno, pasear por los

parques cercanos, explorar los senderos locales para bicicletas o visitar un museo o un restaurante nuevo puede una auténtica escapada. Además, ahorrarás dinero y conocerás mejor tu zona.

Vista del horizonte de Manhattan desde Governors Island, en el puerto de Nueva York. La parte sur de la isla es un paisaje artificial, resistente a las tormentas, construido con escombros de demolición reciclados. © Diane Cook y Len Jenshel

Actuar ^{por} la Tierra

▶ HACER FRENTE AL CAMBIO CLIMÁTICO



Come más alimentos de origen vegetal

Comer frutas y verduras no solo es bueno para la salud, sino también para el planeta. Los alimentos de origen vegetal suelen tener una huella de carbono inferior a la de la carne.

No tiene por qué ser todo o nada. Añadir más alimentos de origen vegetal a tus comidas una o dos veces por semana puede

marcar la diferencia. Por suerte, las alternativas vegetales son cada día más sabrosas y creativas.

Es importante mencionar que en lugares como el centro y oeste de Estados Unidos, el pastoreo sostenible de ganado y bisontes ayuda a proteger y manejar los pastizales, mientras que en otros lugares como Brasil la demanda mundial de carne está impulsando la deforestación.



Buenas fuentes de proteínas vegetales

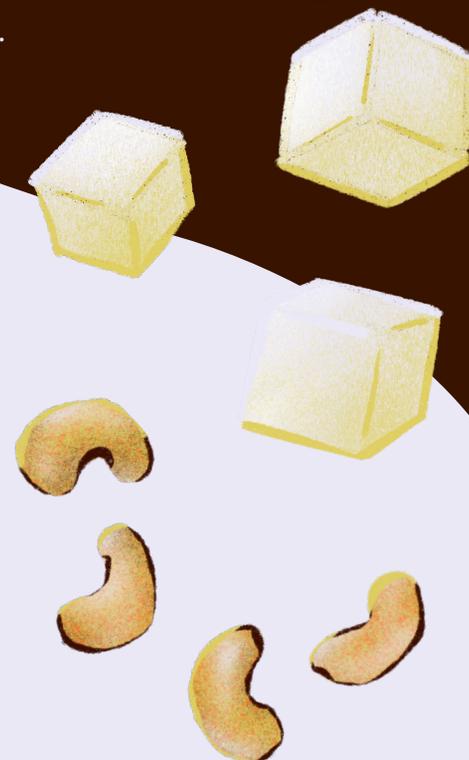
Legumbres y leguminosas (incluidos frijoles, lentejas y arvejas). Estos alimentos ricos en proteínas tienen el menor impacto sobre el medio ambiente.

Frutos secos y semillas. Aunque utilizan más agua para crecer que otros alimentos vegetales ricos en proteínas, siguen siendo una buena forma de obtener un poco más de proteínas.

Alternativas a la carne. Desde alimentos como el tofu, que existen desde hace miles de años, hasta productos más recientes como las hamburguesas y salchichas vegetarianas, son fuentes de proteínas rápidas y fáciles.

Cuando comas carne, intenta encontrar productores comprometidos con el pastoreo sostenible y el manejo responsable de los bosques.

Introducir pequeños cambios en tu dieta puede suponer un gran impacto!





nature.org

Muchas gracias de nuevo por tu buena disposición para hacer tu parte y ayudar a proteger nuestro planeta. Esperamos que pongas en práctica estos consejos, ino solo en el Día de la Tierra, sino durante todo el año!

Nuestras acciones individuales importan, pero también necesitamos cambios políticos de gran alcance para marcar la diferencia a gran escala. **Juntos podemos –y debemos– encontrar la manera de cambiar el rumbo hacia un futuro más sostenible.**

Si deseas hacer aún más para ayudar, considera la posibilidad de apoyar el trabajo práctico de conservación de The Nature Conservancy [con una donación recurrente o única](#). Sea cual sea la forma en que decidas participar, estamos muy agradecidos de tenerte con nosotros.

Amanecer en el monte Kaputar,
Nueva Gales del Sur, Australia
© Steffen Bollmann/
Concurso de fotografía de TNC 2019