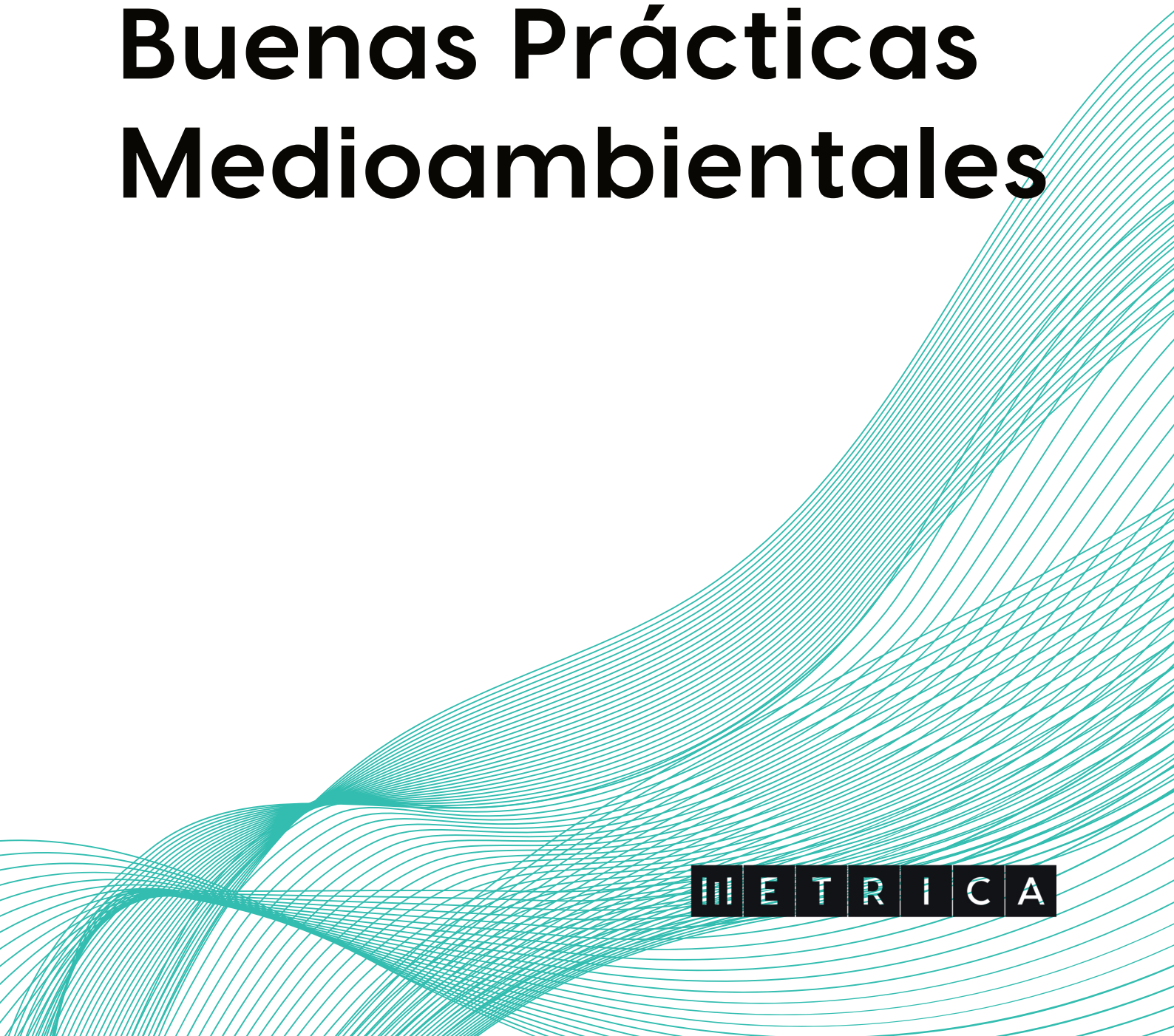
CARE

Informe

Manual de Buenas Prácticas Medioambientales



METRICA

ÍNDICE

03
Introducción

04
Agua

06
Energía

08
Calidad del aire

07
Gestión responsable de recursos y residuos

10
¿Estos cambios sirven?

Introducción

Es conocido por todos la **crisis climática** a la que nos enfrentamos como sociedad, y los muchos problemas derivados del **cambio climático** que se están presenciando por toda la Tierra.

Gracias a la **democratización de la información,** somos más conscientes de la gravedad, y nos estamos convirtiendo en una sociedad cada vez más demandante en cuanto a materiales y servicios más **respetuosos con el medio ambiente** o energías más limpias no contaminantes.

Por esa razón, se ha realizado esta **actualización del manual de buenas prácticas** para recordar aquellas conductas y consejos que, llevados a cabo correctamente, suman en la mejora del estado del medio ambiente en muchos aspectos.

Como el cuidado del planeta es trabajo de todos, os enseñamos cómo **desde la oficina también colaboramos** con esta situación que nos implica y es que, cada gota cuenta, cada acción por el medio ambiente cuenta y toda intención por mejorar cuenta.

Se van a abordar las siguientes **temáticas**:

- **Agua**
- **Energía**
- **Calidad del aire**
- **Gestión responsable de recursos y residuos**

Agua

El **agua** es un recurso de gran relevancia y de carácter finito.

Cada vez es más patente su escasez y, es que, paulatinamente está habiendo una reducción perceptible de las precipitaciones.

Actualmente, hay una **escasa reserva hídrica a nivel nacional,** con regiones que se encuentran en déficit hídrico y recortes en el suministro doméstico.

Es por ello que sugerimos unas **medidas** para controlar el agua que consumimos.

QUÉ HACE MÉTRICA COMO COMPAÑÍA



Inodoros con doble descarga

Suponen un ahorro de entre un 39 y 54%.



Concienciación y sensibilización para un uso responsable del agua

A través de formaciones para nuestros empleados y empleadas y de cartelería en nuestras oficinas.

QUÉ PUEDES HACER TÚ

- **Comprobar que el circuito de agua no tiene ninguna fuga, ni gotea tras su uso**

  Un grifo que pierde 1 gota por segundo provoca un despilfarro de 30 litros de agua al día.

- **Modificar hábitos de higiene, cambiar baños por duchas cortas**

  Una ducha equivale a ¼ del agua que se consume en llenar una bañera.

- **Recoger en recipientes el agua fría que sale de la ducha hasta que se calienta**

  Puedes con ella regar plantas y también usarlo para las tareas domésticas.

- **Usar economizadores de agua que reducen el caudal, pero distribuyen la cantidad de agua aumentando la eficiencia del uso.**

¡CADA GOTA CUENTA!

Energía

Como empresa tecnológica **el uso de la energía es diario y prioritario** para el funcionamiento de nuestro trabajo por lo que se han tomado medidas para su uso responsable y eficiente.

La energía supone aproximadamente el **60% de todas las emisiones**.

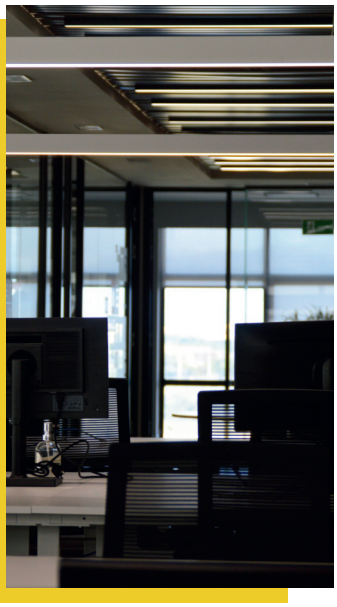
Este recurso se usa para **diversos fines**, que son:
iluminación, climatización, aparatos eléctricos y electrónicos

Iluminación en Métrica

Cambio de fluorescentes por **luces LED** en toda la oficina.

Detectores de movimiento para encendido y apagado automático en algunas zonas de la oficina.

Sistemas de **regulación automática de la intensidad** en otras zonas de la oficina.





Recomendaciones:

· **Apagar la luz** en estancias que no se están utilizando.

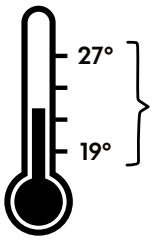
· Emplear **luces LED o de bajo consumo.**

· Siempre que sea posible, aprovechar la **luz natural.**

Climatización en Métrica

En Métrica utilizamos un **sistema de climatización que regula la temperatura** dependiendo de lo requerido por la época del año.

En Métrica cumplimos con la **ley vigente** en la que se establece que, en las épocas frías del año, la temperatura **no sea superior a 19 grados** y en las épocas calurosas del año, **no sea inferior a 27 grados centígrados.**



Recuerda:

Se estima que cada grado en el que se cambie la consigna de temperatura que suponga una menor necesidad de calefacción o refrigeración puede suponer un ahorro del 7% del consumo.

Aparatos eléctricos y electrónicos

Contamos con una **gran cantidad de aparatos y equipos electrónicos** que dependen de la energía eléctrica. Actualizamos constantemente nuestro parque informático para usar **dispositivos cada vez más eficientes y con un mayor rendimiento**, y otros dispositivos que funcionan con **batería en lugar de pilas** para que funcionen durante mayor tiempo, aumentando así la autonomía y evitando el uso de pilas que generan un mayor impacto a medio plazo.



Recomendaciones:

· Activar el modo oscuro

· Activar el modo ahorro

· Mantener el brillo bajo

· Reducir la cantidad de archivos en el dispositivo y en la nube

Calidad del aire

Como empresa tecnológica **no generamos emisiones directas** con nuestra actividad. Indirectamente sí, y lo generamos de dos formas:

01

La energía utilizada para la oficina y los equipos.

Con ella que se produce una emisión y un impacto en el lugar donde se origina la energía (si la producción es en una central térmica de gas o carbón.)

02

El desplazamiento de los trabajadores al trabajo.

El transporte privado colapsa las carreteras y genera en España una gran cantidad de gases de efecto invernadero que además, en grandes ciudades, no solo impacta al medio ambiente, sino que también impacta a la salud de la población.

Calidad del aire

Las alternativas para favorecer la descongestión de las vías y reducir el impacto son las siguientes:



Compartir vehículo.



Usar bicicleta o patinete.



Ir caminando, si se reside cerca.

Utilizar el transporte público.



Tren

Es el medio menos contaminante y con menor impacto ambiental.



Metro

No emite gases y funciona de forma eficiente con energía eléctrica.



Bus

Un bus lleva a las mismas personas que 41 coches pero en 16 veces menos espacio.

Gestión responsable de recursos y residuos

DATOS

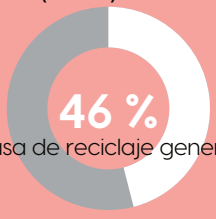
Según los datos proporcionados por AEMA, **la generación total de residuos per cápita disminuyó un 4,2% en la UE** entre el 2010 y el 2020. Pese a la reducción, el promedio de generación fueron **4,8 toneladas de residuos totales por ciudadano** de la UE en 2020, frente a 5,0 toneladas/cápita en 2010.

4,8 TONELADAS/ CIUDADANO

↓ 4,2%

La tasa de reciclaje de residuos (proporción de residuos generados que se reciclan) **ha aumentado**, lo que indica un progreso hacia el uso de más residuos como recurso y el logro de una economía circular. En 2021, la mayoría de los residuos todavía se eliminaban mediante incineración u operaciones de vertedero.

La tasa de reciclaje general, es decir, la relación entre el total de residuos generados, excluidos los principales residuos minerales, y las cantidades gestionadas mediante el reciclaje, **se situó en el 46 %** en 2020. La tasa de reciclaje más alta en 2021 se registró en los envases (64%), seguidos de los municipales (49%) y residuos electrónicos (39%).





En lo que respecta a los **residuos electrónicos, el 80% se recicla de manera inadecuada** (incinerados o a vertedero). **Cada año se generan más de 50 millones de toneladas de residuos electrónicos** (Fuente: Pacto mundial ONU). **Más de 1,5 millones** de toneladas de residuos electrónicos **en España** cada año.



Gestión responsable de recursos y residuos

MÉTRICA

En Métrica estamos muy **concienciados con el uso responsable de los recursos.** Por eso desde la organización realizamos las siguientes **acciones para reducir el uso incontrolado de recursos y esquivar la obsolescencia.**

Nuestro parque informático se nutre, en su mayoría, de **portátiles reacondicionados**, con lo que evitamos la creación de un nuevo PC y se proporciona una segunda vida a un portátil que puede funcionar correctamente.



A su vez, aquellos que ya terminaron su vida útil los gestionamos correctamente con un gestor de **RAEEs (Residuos de Aparatos Eléctricos y Electrónicos).**



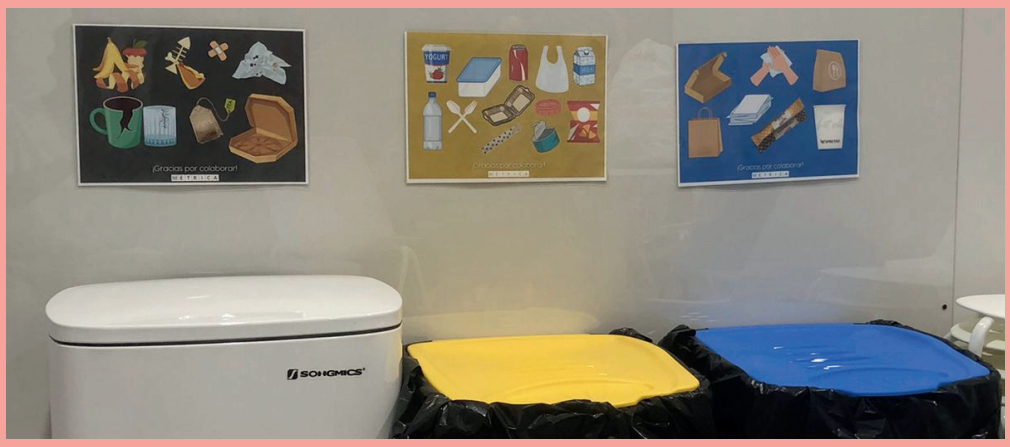
Para mitigar uno de los residuos más comunes de la oficina, que son los **vasos de un solo uso**, en la oficina disponemos de tazas.

Desde el 2023, se anima a su uso en lugar de los vasos desechables en una formación de correcta segregación de residuos con la iniciativa **"Menos amenaza con mi taza"**, ya que el uso de desechables es una verdadera amenaza para el medio ambiente.

Gestión responsable de recursos y residuos

METRICA

En la oficina, para separar correctamente los residuos generados, disponemos de **contenedores para segregar los residuos según el tipo** y contribuir así al reciclaje y la gestión eficiente de la basura que producimos.



Es por ello que también damos un **pack de bienvenida** con elementos sostenibles, reciclables y enfocados a suponer un mínimo impacto ambiental. Este inlcuye:

· **Una cantimplora de acero inoxidable**, un material duradero, reciclable y respetuoso con el medio ambiente que sustituye al plástico.

· **Una mochila, un saco y una funda de ordenador** elaboradas a partir de plástico reciclado RPET 300D.

· Una libreta y un cuaderno

· Bolígrafos de plástico reciclables

· **Gorra de algodón orgánico**



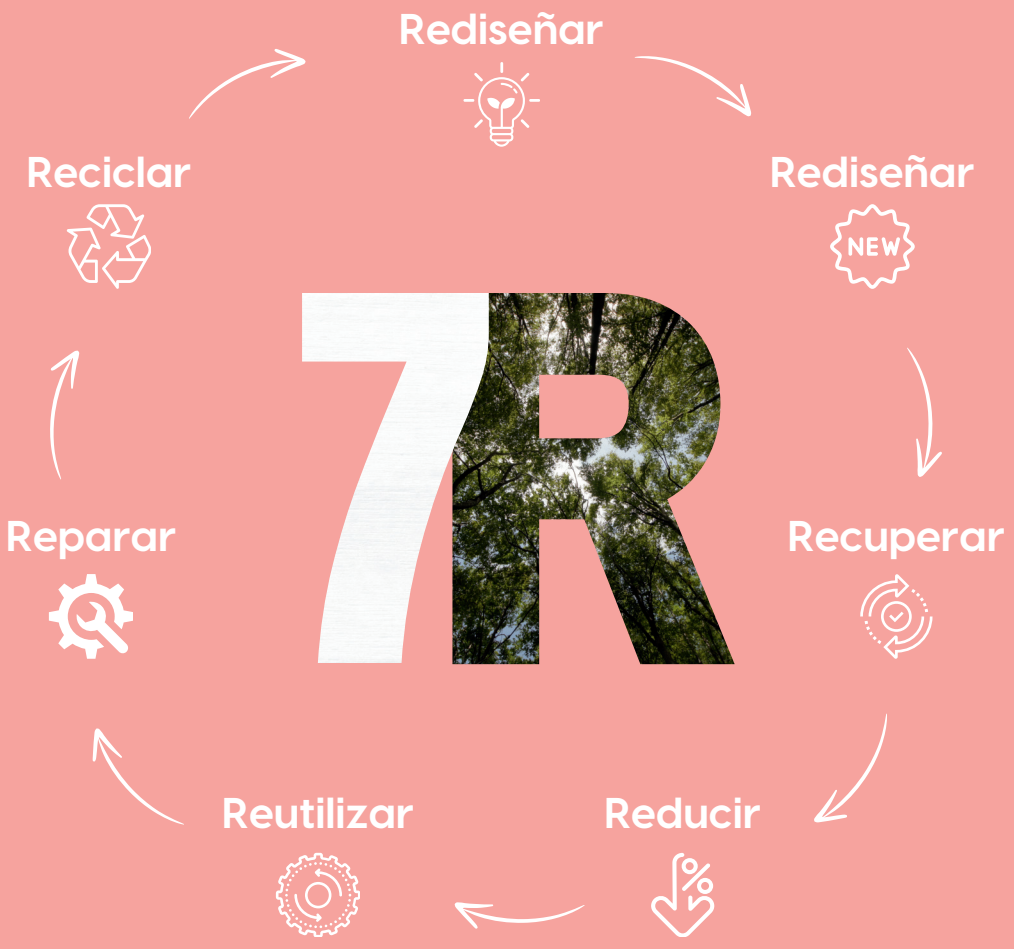
Gestión responsable de recursos y residuos

M·CARE

CONSEJOS

Durante muchos años se ha promovido un sistema de usar y tirar (economía lineal) hasta que la manera de producir y la conciencia social se ha transformado, lo que nos ha permitido evolucionar hacia una **economía circular.**

En un inicio, se creó la **regla de las 3 R: Reducir, Reutilizar y Reciclar.** Actualmente el desarrollo de nuevas tecnologías y diseños más respetuosos con el medio ambiente han desembocado en **La regla de las 7 R.**



¿Estas medidas sirven para algo en realidad?

Si después de leer todo esto, te preguntas:

¿Merece la pena que yo cambie mis hábitos?
¿Sirve de algo que recicle o que apague las luces en habitaciones vacías?

Es normal que pienses que tú solo no puedes mover el sistema y que sí cuenta tu pequeño esfuerzo.

Por eso, hemos recopilado en 3 escalas todos los cambios que se están haciendo y planeando para un futuro cercano, con el fin de evidenciar que

si hay cambio y hay movimiento,
tus acciones, por pequeñas que sean,
cuentan.

¿Estas medidas sirven para algo?

A nivel nacional

CÁLCULO DE LA HUELLA DE CARBONO

Una de las acciones que desde el 2022 han empezado a implementarse de manera obligatoria en ciertas comunidades autónomas es la realización del **cálculo de la huella de carbono** por parte de las empresas que cumplan ciertos criterios. Pese a no ser obligatorio, ya hay muchas empresas que lo solicitan para establecer relaciones comerciales e, incluso, para aplicar a licitaciones. El cálculo de dicha huella lleva implícito un **plan de reducción** en un horizonte temporal de 5 años.

(Disposición final duodécima) Ley 7/2021, de 20 de mayo, de cambio climático y transición energética).

En **Métrica**, como empresa comprometida con la sostenibilidad y el medio ambiente, se realiza el cálculo de la huella de carbono, siendo este año, el segundo año consecutivo de su ejecución.

LEY DE RESIDUOS Y SUELOS CONTAMINADOS PARA UNA ECONOMÍA CIRCULAR

Otras acciones que quizás sean más visibles hoy en día son dadas por la **Ley 7/2022, del 8 de abril, de Residuos y Suelos contaminados para una Economía circular.** En ella, ya disponen unos **hitos obligatorios respecto a la reducción de residuos, su segregación y correcto tratamiento.**

Respecto a los productos de **plástico de un solo uso**:

- En 2026 se ha de conseguir una reducción del 50 % en peso, con respecto a 2022.
- En 2030 se ha de conseguir una reducción del 70 % en peso, con respecto a 2022.

Es patente que hay una reducción y un alto costo en la adquisición de plásticos de un solo uso, y que hay más alternativas en el mercado. También se puede apreciar en los nuevos ecodiseños denominados cierre adherido para los tapones de las botellas y bricks que van unidos a ellos.

¿Estas medidas sirven para algo?

M·CARE

A nivel nacional

Únicamente para las **botellas de plástico** en 2025 se tiene que reciclar el 77% de las introducidas en el mercado y en el 2029 el 90%. Se está estudiando la posibilidad de cumplir con dichos requisitos, ya que de lo contrario supondría la implantación obligatoria en todo el territorio español de un SDDR (Sistema de Depósito, Devolución y Retorno) en el plazo de 2 años. Para la implantación de este sistema, además de las botellas de plástico, se podrán incluir otros envases y residuos de envases, de forma que se garantice la viabilidad técnica, ambiental y económica.

Esta ley (Ley 7/2022) no sólo atiende a los plásticos, también a que los municipios gestionen de manera correcta los residuos. En el articulo 25 se establece la **recogida separada de los residuos para su valorización** y a partir de cuando se ha realizado o se va a tener que realizar:

Actualmente en vigor:	**Antes del 31 de diciembre de 2024:**
Papeles y plásticos	Residuos textiles
Metales	Aceites de cocina usados
Vidrio	Residuos domésticos peligrosos
Biorresiduos domésticos.	Residuos voluminosos (muebles y enseres)

A nivel europeo

No solo hay leyes nacionales, si no también europeas para limitar y alentar a los estados miembros a cumplir con las metas previstas.

El Parlamento fija nuevos requisitos para mejorar la calidad del aire.

La nueva ley pretende **reducir la contaminación atmosférica** para que los ciudadanos disfruten de un entorno más limpio y saludable, en línea con la **aspiración de contaminación cero en 2050.**

Las nuevas normas establecen **límites y valores objetivos más estrictos para 2030** para varios de los contaminantes con un grave impacto en la salud humana prolongable 10 años más.

Si se violan las nuevas normas nacionales, los afectados por la contaminación atmosférica podrán emprender acciones legales, y los ciudadanos podrán recibir una compensación económica si su salud ha resultado perjudicada.

¿Estas medidas sirven para algo?

A nivel global

También hay otros movimientos y planes a nivel global como **la Agenda 2030 elaborada por Naciones Unidas.** Las empresas que lo deseen se pueden adherir al pacto de Naciones Unidas y ayudar al cumplimiento de los ODS de la Agenda 2030. **Métrica** se incorporó en 2023.

Pero, ¿qué es la Agenda 2030?

La Agenda 2030 para el Desarrollo Sostenible, es un plan de acción a favor de **las personas, el planeta y la prosperidad**, que también tiene la intención de fortalecer la paz universal y el acceso a la justicia.

(Fuente: Ministerio de Derechos Sociales, Consumo y Agenda 2030)

La Agenda plantea **17 Objetivos con 169 metas de carácter integrado e indivisible que abarcan las esferas económica, social y ambiental.** Al adoptarla, los Estados se comprometieron a movilizar los medios necesarios para su implementación mediante alianzas centradas especialmente en las necesidades de los más pobres y vulnerables.

Son **193 estados miembros** los que se proponen cumplir con las metas establecidas. Entre ellos, naciones como China y Estados Unidos que juntos representan 1/3 de las emisiones de gases de efecto invernadero antropogénicas del planeta.

(Fuente: WRI)

Según el informe "Contribución de las empresas españolas a la Agenda 2030: Resultados de la Consulta empresarial de desarrollo sostenible", **9 de cada 10 empresas contribuye a los Objetivos de Desarrollo Sostenible.**

(Fuente: Pacto Mundial ONU)

Se están planteando medidas, en distintos niveles, para conseguir que todos nuestros esfuerzos se dirijan en un mismo sentido, sumando, de esta manera, al conjunto de todas las acciones que individualmente hagamos para un futuro mejor. Un futuro que necesita implicación, una cada vez más visible, con el objetivo de lograr ese futuro sostenible, verde, ecológico y posible.

Ante el cambio climático, cambio de mentalidad.
¿Te animas al CHANGE?

METRICA