

8 consejos para ir a la playa de forma sostenible

Cuando la costa, el destino preferido de muchos veraneantes, nos recibe con su olor a playa, sol y crema, podemos optar porque nuestra estancia junto a ella sea beneficiosa para ambas partes, o porque sólo lo sea para una (y lo es si ensuciamos o contaminamos la zona). Ofrecemos ocho sugerencias fáciles, algunas de las cuales hemos recogido de entidades como [WWF/Adena](#), para respetar y conservar el medio y para disfrutar de las vacaciones de forma sostenible.



- **Maleta** Como las vacaciones cobran forma ya desde la preparación del equipaje, desde ese momento hemos de cuidar la naturaleza con los productos que nos llevamos de casa. Es mejor incluir champús o geles ecológicos, que, entre otros beneficios, no contaminan tanto las aguas adónde llegan tras la duña, y evitar los productos ‘formato viaje’, con los que se emplea demasiado embalaje para muy poco uso.
- **Coche** Una forma de contaminar menos en la carretera es reducir la velocidad de nuestro vehículo y no abusar del aire acondicionado. En cualquier caso, siempre se puede optar por el transporte público o por compartir tu coche con otras personas que salgan de un mismo punto y tengan el mismo destino vacacional. La carretera suele estar llena de coches que circulan con una o dos personas y se dirigen al mismo sitio.
- **Hoteles ecológicos** Es decir, aquellos, aún escasos en España, que utilizan energía solar, cuentan con acceso sencillo en transporte público, comida ecológica, reciclaje de residuos y no están ubicados en zonas de sobrecarga hotelera. Pero si optas por un hotel convencional, es bueno recordar que el agua sigue siendo de todos, aunque la pague el hotel, y no derrocharla. Del mismo modo, puedes limitar el uso de detergentes con la reutilización de toallas y ropa de cama.
- **Bicicleta** Para ir del hotel a la playa de una forma saludable, no contaminante y barata, utiliza la bicicleta (puedes alquilar una) o ve a pie. Si la playa (o tu hotel) queda demasiado apartada, utiliza el transporte público. Así se reducirá el humo que emite el coche, el tráfico, y además los niveles de ruido.
- **Crema solar ecológica** Anualmente se desliza desde la piel al mar entre 4.000 y 6.000 toneladas de protector solar en el mundo, lo que contribuye a la contaminación de las aguas por los productos químicos con que los bronceadores están compuestos. Un protector ecológico natural es el Aloe Vera o cualquier otro que no contengan paraben, cinnamato, benzofenone y derivados del alcanfor. Aparte, un remedio natural frente al sol es hidratarse por dentro con frutas, verduras y mucha agua.
- **Playa** Una de las opciones más fáciles y eficaces de respetar la costa pasa por no dejar desechos abandonados (colillas, bolsas de plástico, papel de aluminio o chicles) junto a la orilla; para evitarlo, puedes llevarte bolsas de basura que depositar después en la papelera. Con esta acción no se trata tanto de cuidar el aspecto de las playas, lo más visible, como de la vida de los miles de peces que viven cerca de ellas.
- **Contaminación acústica** El ruido prolongado puede generar estrés, ansiedad, irritabilidad o dolores de cabeza. Puedes evitarlo reduciendo el volumen del radiocasete (tanto en la playa, como en tu alojamiento) y de tu voz. Si vas en coche, utiliza el claxon sólo en caso de emergencia y evita los frenazos.
- **Regalos dañinos** Elige no comprar regalos hechos de corales, conchas, pieles o marfil, procedentes de seres vivos en peligro de extinción.

canal solidario

Publicado en Ciudad Redonda

www.ciudadredonda.org/articulo/8-consejos-para-ir-a-la-playa-de-forma-sostenible