



Escuela de padres y madres solidaria

Consumo responsable

5

JUSTIFICACIÓN

Todos y todas somos consumidores y convendría aceptar como punto de partida que es perfectamente posible que tengamos hábitos consumistas. La publicidad nos bombardea. Nuestros hijos e hijas están literalmente obsesionados por el "marquismo". Nuestro status depende más que de ninguna otra cosa, de los millones que nos haya costado el piso donde vivimos, de la marca de nuestro coche y del tiempo que haga que nos desprendimos del anterior, del lugar en el que pasamos las vacaciones o de si tenemos los recursos económicos suficientes para enviar a estudiar a nuestros hijos al extranjero.

Las situaciones anteriormente descritas son claros exponentes de la fiebre consumista que invade a las sociedades europeas y que, a la vuelta de pocos años, puede ocasionar una fractura profunda si no somos capaces de controlar esa excitación y de establecer medidas correctoras.

Vivimos en una sociedad consumista pero tenemos a nuestra disposición resortes, mecanismos y estrategias para racionalizar el consumo y adaptarlo a la satisfacción de nuestras necesidades.



Una posible línea de actuación es adoptar una actitud crítica ante el consumo y, si es posible, dar la vuelta al calcetín, sustituyendo el consumismo desenfrenado en el que nos hallamos inmersos, por unas actitudes "consumeristas" – caracterizadas por planteamientos críticos y patrones racionales de consumo – que, por paradójico que pudiera parecer, están mucho más cerca, no sólo del dominio personal y el autocontrol, sino de la calidad de vida.

El plantearnos un consumo responsable desde la familia, supone tener una visión global de la situación mundial, donde el nivel de desigualdad es cada vez más abismal, como vemos en la imagen de la "copa de champán". De nuestro estilo de vida y consumo dependen en gran medida la suerte de miles de personas que viven en situación de pobreza y negados a una vida digna.

Como padres y madres debemos estar preocupados por la formación integral de nuestros hijos e hijas y de su desarrollo personal.

La sustitución del consumismo y despilfarro por la austeridad es una tarea de envergadura que debemos afrontar como un desafío imperioso, porque está en juego, nada menos, que la capacidad de nuestros hijos e hijas para aprender a resistir las provocaciones y las falsas ilusiones con las que el consumismo disfrazado de encantador de serpientes va a intentar envolvernos.



Escuela de padres y madres solidaria



Naturalmente, para estar preparados de cara a dialogar con nuestros hijos e hijas, debemos comenzar por reconocer humildemente que el consumismo se inicia en el hogar y que, probablemente, no pocos de sus hábitos sean heredados y los hayan aprendido de nosotros mismos.

Finalmente, indicaremos que la libertad, como capacidad de elegir y de responsabilizarse de las decisiones tomadas, es inseparable de un cierto autocontrol y de una racionalización que permita satisfacer muchas necesidades, sin dejarnos arrastrar por cantos de sirena que pongan gravemente en peligro nuestra realización y autorrealización como personas libres.

OBJETIVOS

1. Percibir la necesidad de adquirir pautas de consumo responsable.
2. Fomentar el sentido crítico y autonomía de nuestros hijos/as como vía para facilitar el consumo responsable.
3. Conocer pautas que fomenten el consumo responsable de nuestros hijos/as.

CONTENIDOS

- Concepto de Consumo responsable
- Por qué es necesario el consumo responsable
- Cómo fomentar el consumo responsable en nuestra familia



Escuela de padres y madres solidaria

Consumo
5. responsable

Actividades



REPASO DE COMPROMISOS DE LA SEMANA ANTERIOR

Al comienzo de la sesión hay que propiciar que los y las participantes revisen los compromisos de la sesión anterior y hagan una valoración sobre su grado de consecución.



INTRODUCCIÓN

Opción A. Lluvia de ideas

El monitor/a del grupo invita a que cada participante diga una palabra (o varias, o una frase) que le sugiera: Consumo.

Opción B. Breve presentación del monitor/a

El monitor/a explica brevemente cómo nosotros y nuestros hijos vivimos en una sociedad consumista, ya que tanto la publicidad como los medios de comunicación nos bombardean continuamente. Cada vez más nuestros hijos se dejan llevar por las marcas. Nosotros como padres y madres debemos tener en cuenta este aspecto en la educación de nuestros hijos/as.



Escuela de padres y madres solidaria



ANÁLISIS DE ALTERNATIVAS Y CONSECUENCIAS

El monitor podrá seleccionar aquellos episodios que considere que se ajustan mejor a las características del grupo, aunque debemos procurar siempre presentar algún episodio que tenga mayoritariamente consecuencias positivas.

Podremos hacer el análisis de viñetas y casos prácticos a través de diferentes dinámicas:

Opción A. Trabajo por parejas

Se reparte una o varias viñetas/casos diferentes a cada pareja para que lo analicen. Posteriormente ponen en común las conclusiones a las que ha llegado cada pareja.

Opción B. Trabajo en gran grupo

Se seleccionan las viñetas/casos y se van analizando en gran grupo a través de un debate dirigido.

Opción C. Trabajo en pequeños grupos

Se divide el grupo en dos o más subgrupos, dependiendo del número de participantes, y cada uno de estos subgrupos analiza una o varias situaciones. Posteriormente ponen en común las conclusiones a las que ha llegado cada subgrupo.

Opción D. Role-Playing:

Se seleccionan las situaciones que queramos analizar y se pide voluntarios dentro del grupo para que escenifiquen la situación. Posteriormente, se analiza la situación representada en gran grupo a través de un debate dirigido.

El análisis de las viñetas y casos prácticos debe girar principalmente en torno a las siguientes cuestiones:

- ¿Qué ves?
- ¿por qué actúan así?
- ¿cómo se siente cada uno de los personajes?
- ¿qué consecuencias tendrá su forma de actuar?



Índice de situaciones

Situación 1
Situación 2
Situación 3
Caso práctico 1



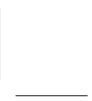
Escuela de padres y madres solidaria

Ficha 1

Consumo
5. responsable

Situación 1







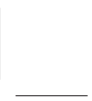
Escuela de padres y madres solidaria

Ficha 2

Consumo
5. responsable

Situación 2





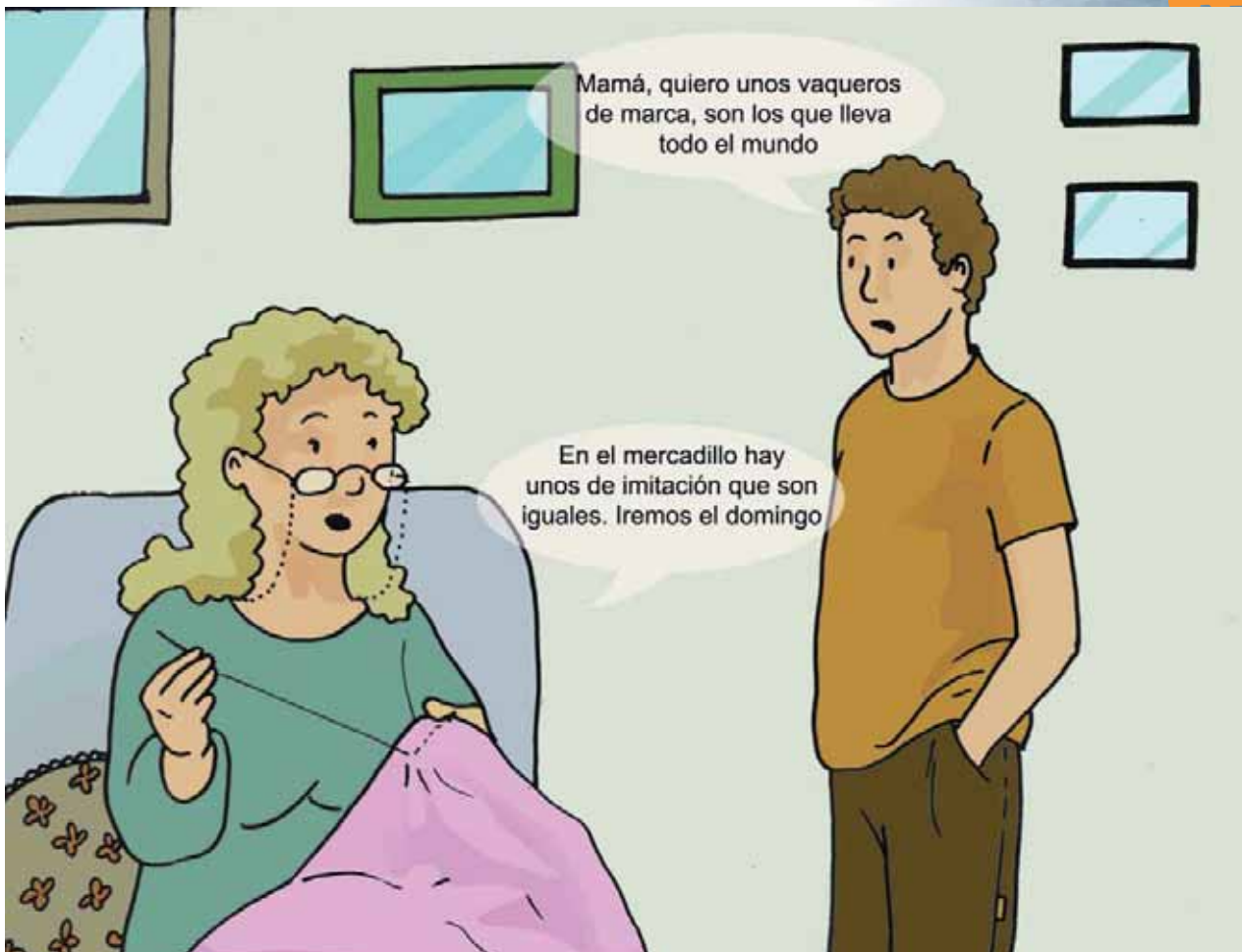


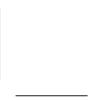
Escuela de padres y madres solidaria

Ficha 3

Consumo
5. responsable

Situación 3







Escuela de padres y madres solidaria

Ficha 4

Consumo
5. responsable

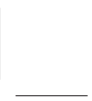
Caso Práctico 1

@ Carmen y Juan Carlos tienen dos hijos, María de 5 años y Jesús de 8. El próximo mes Jesús cumplirá 9 años y está deseando de celebrarlo en el McDonalds, como lo han hecho alguno de sus compañeros de clase, pero sus padres habían pensado dar una fiesta en el parque del Alamillo.

Carmen y Juan han estado muchos días hablando sobre esto. Su economía no es muy holgada, pero podrían asumir celebrar el cumpleaños donde Jesús quiere. Sin embargo, ven absurdo hacer ese gasto de dinero en algo que no lo merece, ya que ellos están seguros de que en el Alamillo Jesús y sus amigos merendarán mejor y se lo pasarán en grande, ya que podrán correr, saltar, jugar al fútbol y a todo lo que quieran, porque hay espacio de sobra.

Al final han decidido explicarle todo esto a Jesús y celebrar la fiesta en el parque, ya que así podrán hacerle comprender que para pasarlo bien no es necesario ir donde van los otros, ni hacer lo que te dicen los anuncios, ni gastar cantidades innecesarias de dinero.







Escuela de padres y madres solidaria

Análisis de las consecuencias de cada situación

Consumo responsable
5.

Situación 1

- Se fomenta la compra compulsiva.
- No se enseña a comprar racionalmente ni a organizar los gastos.
- Comprando en periodos de ofertas conseguimos disminuir gastos necesarios.
- No ayudamos a que nuestros hijos/as reconozcan, analicen y prioricen sus verdaderas necesidades, nunca sabrán qué necesitan realmente y qué no necesitan.



Situación 2

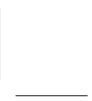
- No hacemos partícipes a nuestros hijos/as de la realidad familiar.
- Fomentamos el "marquismo".
- Se evita que los hijos tengan una visión global de la economía, dentro de la familia y a nivel mundial.
- Los hijos/as no tienen la posibilidad de practicar un consumo responsable.



Situación 3

- Aunque conseguimos no gastar dinero innecesariamente, seguimos fomentando el "amor" a la marca.
- Transmitimos contravalores como: la falta de sinceridad y necesidad imperiosa de aparentar ante los demás.







Escuela de padres y madres solidaria



ANÁLISIS DE MI FORMA DE ACTUAR

Opción A. Dinámica: Mi calendario de consumo

El objetivo de esta dinámica es que los padres y madres reflexionen en torno a sus hábitos de consumo y los de sus hijos/as.

Esta dinámica consta de dos partes. En una primera parte, de forma individual cada participante completa su calendario, reflejando las épocas de mayor y menor consumo en su familia y el tipo de consumo que se realiza (ropa, alimentos, regalos, complementos para casa, ocio, etc.)

En una segunda parte, se expone y analiza en el grupo uno o dos ejemplos, en base a las siguientes cuestiones: ¿Qué ocurre?, ¿por qué actuáis así?, ¿cómo os sentís?, ¿qué consecuencias tendrá esta forma de actuar?

Ver ficha 5: Mi calendario de consumo

Opción B. Dinámica: Analizando mi consumo

El objetivo de esta dinámica es reflexionar en torno a cómo administramos la economía familiar, en qué gastamos más dinero, en qué menos, por qué lo hacemos así, cómo nos sentimos, qué gastos son superfluos, qué gastos son fruto de la sociedad consumista en la que vivimos, etc.

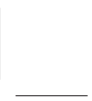
Para realizar esta dinámica, cada padre/madre debe pensar unos minutos a qué dedica su presupuesto familiar mensual.

A continuación, debe cumplimentar su presupuesto familiar seleccionando cuadrículas en función de la cantidad de gasto que dedica a los conceptos que aparecen al final. Selecciona las cuadrículas y les pone el número correspondiente a la categoría que quiera representar.

En base a esto, se hace el análisis en gran grupo, en base a las siguientes cuestiones: ¿qué ocurre? ¿por qué actúas así? ¿cómo os sentís? ¿qué consecuencias tendrá esta forma de actuar?

Ver ficha 6: Analizando mi consumo







Escuela de padres y madres solidaria

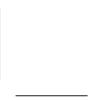
Ficha 5

Mi calendario de consumo

Enero	Febrero	Marzo	Abril	Mayo	Junio	Julio	Agosto	Septiembre	Octubre	Noviembre	Diciembre



Consumo
5. responsable





Escuela de padres y madres solidaria

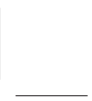
Ficha 6

Analizando mi consumo

- 1. Vestido y calzado
- 2. Bebida y comida de necesidad
- 3. Bebida y comida extra
- 4. Ocio en casa (libros, revistas, prensa, música, videos...)
- 5. Ocio fuera de casa (viajes, excursiones, cine, teatro ...)
- 6. Vivienda (alquiler, hipoteca, mobiliario, comunidad, impuestos...)
- 7. Suministros (teléfono, internet, agua, luz, gas, agua...)
- 8. Vehículos (coches, motos, seguros, gasolina, bonobús, impuestos...)
- 9. Ahorro
- 10. Regalos y juguetes

Consumo
5. responsable







Escuela de padres y madres solidaria

Consumo
5. responsable



CONCLUSIONES

Opción A. Lluvia de ideas

El monitor/a del grupo pide que cada uno de los miembros aporte una pauta para transmitir a nuestros hijos/as actitudes de consumo responsable. Todas las pautas se escriben en la pizarra.

Opción B. Debate dirigido

En gran grupo, se debate en torno a diferentes pautas para fomentar en nuestros hijos el consumo responsable. Las conclusiones se van anotando en la pizarra.



COMPROMISOS

Opción A: Ronda de compromisos

En base a las conclusiones extraídas en la fase anterior (Conclusiones), cada padre/madre seleccionará una pauta como compromiso de cambio de mejora en la educación de los/as hijos e hijas durante la semana.

Puede utilizarse la ficha 6 ¿A qué me comprometo?

Opción B: El bazar mágico

El objetivo de esta dinámica es que cada miembro del grupo analice las conclusiones a las que ha llegado en esta sesión y piense en un compromiso para casa.

El monitor/a presenta la dinámica al grupo exponiendo que él es el tendero de un bazar. Pero es un bazar mágico. Con lo cual no hay nada tangible que comprar y vender, sino que todo lo que se compra y se vende en este bazar sale de la cabeza y la imaginación de cada uno de ellos.

Cada participante debe "comprar" una pauta de las que han quedado anotadas en la pizarra en la actividad anterior. Esto será su compromiso para la semana. También puede, si quiere, inventar una pauta nueva que llevarse.

Como "pago", debe dejar alguna conclusión de la sesión, alguna idea que englobe lo que ha resultado más significativo o revelador para él/ella de todo lo que se ha visto durante la sesión.



Escuela de padres y madres solidaria



Si hay tiempo y el grupo lo admite, como grupo pueden plantear un compromiso de "impacto" en el centro escolar (alguna actividad que puedan realizar como grupo en el Centro, de forma que den a conocer lo que han aprendido/reflexionado en esta sesión).

Ficha 6 ¿A qué me comprometo?





Escuela de padres y madres solidaria

Ficha 6

Consumo
5. responsable

¿A qué me comprometo?

Compromiso

--	--	--	--

Compromiso

--	--	--	--

Leyenda



Lo he conseguido

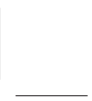


Parcialmente conseguido



No lo he conseguido







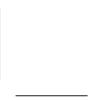
Escuela de padres y madres solidaria

Ficha 7

Consumo
5. responsable

Situación 1







Escuela de padres y madres solidaria

EL CONSUMO RESPONSABLE

Consumo
5.
responsable

M
A
T
E
R
I
A
L

D
E
L

M
O
N
I
T
O
R

¿Qué es el consumo responsable?

Las manifestaciones de la crisis social y medioambiental en todo el planeta son cada vez más visibles: todos los días encontramos ejemplos a nuestro alrededor o en los medios de comunicación del injusto reparto de la riqueza y el consiguiente aumento de la pobreza o de los efectos que el actual desarrollo insostenible tiene para la naturaleza. Serían innumerables los ejemplos, desde los fenómenos migratorios, hasta la deforestación o desertización, pasando por la explotación laboral (sobre todo de mujeres y niños) o el efecto invernadero.

Vivimos en una sociedad que favorece el consumismo, nos hemos convertido en la generación de usar y tirar. La publicidad nos bombardea con anuncios cuyo objetivo no es nuestro bienestar, sino hacernos engranajes de un sistema que reduce a las personas al papel de meros consumidores sumisos. Este modelo económico de producción y consumo tiende cada vez más a su agotamiento. Es impensable hacer frente a los problemas ecológicos y sociales que nos afectan sin detener la complicada maquinaria y estructuras que los producen: el neoliberalismo.

Como consumidores, último eslabón del sistema económico, tenemos una responsabilidad, pero también tenemos un poder, aunque si bien es cierto que mucho menor en relación a la primera. Con nuestra forma de consumir podemos influir en la marcha de la economía y del mundo de una forma directa. Un consumo consciente y responsable, orientado al fomento de actividades satisfactorias para la naturaleza y las personas es una gran contribución y un decisivo instrumento de presión frente al mercado.



El concepto de Consumo Responsable es muy amplio, como lo es la propia actividad de consumir. Podemos, sin embargo, sintetizarlo en tres bloques:

1.- Consumo Ético, en el que se introduzcan valores como una variante importante a la hora de consumir o de optar por un producto. Hacemos especial énfasis en la austeridad como un valor en relación con la reducción para un consumo ecológico, pero también frente al crecimiento económico desenfrenado y al consumismo como forma de alcanzar el bienestar y la felicidad.

2.- Consumo Ecológico, que incluye, por este orden, las famosas "erres" del movimiento ecologista: Reducir, Reutilizar y Reciclar, pero en el que también se incluyen elementos tan imprescindibles como la agricultura y ganadería ecológicas, la opción por la producción artesana, etc.

3.- Consumo Social o Solidario, en el que entraría también el Comercio Justo, es decir, el consumo en lo que se refiere a las relaciones sociales y condiciones laborales en las que se ha elaborado un producto o

Escuela de padres y madres solidaria



servicio. Se trata de pagar lo justo por el trabajo realizado, tanto a gentes de otros países como a las más cercanas, en nuestro ámbito local; se trata de eliminar la discriminación, ya sea a causa del color de la piel o por diferente origen, o por razón de género o religión; se trata de potenciar alternativas sociales y de integración y de procurar un nuevo orden económico internacional.

¿Por qué es necesario el consumo responsable ?

Actualmente, la necesidad de organizar la economía según la justicia y el respeto al hombre, a los recursos y a la naturaleza ya no es una cuestión de opinión moral o política, es un imperativo vital que nos exige a todos poner de nuestra parte. Las instituciones tienen que cumplir su cometido y así debemos exigirlo, pero no olvidemos que tenemos a nuestra disposición unos medios de intervención que pueden tener una influencia directa sobre los centros de poder económico. Esta posibilidad no deriva de derechos particulares garantizados por la ley sino de la voluntad de vivir de forma responsable en lo cotidiano, como el trabajo, el ahorro y, sobre todo, el consumo.

Una actitud crítica al consumir la tiene aquel que se pregunta por las condiciones sociales y ecológicas en las que ha sido elaborado un producto o producido un servicio. Es una actitud diaria que consiste en elegir de manera meticulosa lo que compramos sobre la base de dos criterios: la historia del producto y la conducta de la empresa productora, señalándole al sistema los métodos productivos que aprobamos y los que condenamos.

Un Consumo Ético sería el que se ejerce cuando se valoran las opciones como más justas, solidarias o ecológicas y se consume de acuerdo con esos valores y no solo en función del beneficio personal. Desde el consumo ético hacemos especial énfasis en la austeridad como valor, como una forma consciente de vivir, dándole más importancia a otras actividades que al hecho de consumir y teniendo la capacidad de distinguir entre necesidades reales e impuestas; organizándolas, además, a nivel colectivo, garantizando así a todas las personas la satisfacción de sus necesidades fundamentales con el menor despilfarro.

La incorporación de estos valores en nuestro consumo no tiene que disminuir el bienestar y la calidad de vida, más bien todo lo contrario. Es signo de bienestar comer carne, pero deja de serlo cuando constatamos en muchos de nosotros nuestros niveles de colesterol, o comemos con tanta abundancia que son frecuentes los problemas de obesidad. Parece "ventajoso" para nosotros trasladar las industrias contaminantes al Sur ¿pero no estamos todos bajo la misma capa de ozono?, ¿no sube por igual en todo el planeta el nivel de los mares?, ¿acaso se puede establecer una frontera a la onda expansiva de un accidente nuclear?

Todo esto implica a todas las esferas de nuestra vida, a nuestras opciones más personales y supone, por tanto, un esfuerzo, pero no es algo imposible. Un primer paso sería esa toma de conciencia en el ámbito personal, y un segundo, compartir nuestras reflexiones para construir una conciencia colectiva.



Escuela de padres y madres solidaria

Consumo
5. responsable



Este tipo de consumo implicaría dos aspectos fundamentales:

- En primer lugar la búsqueda de información y la formación de un pensamiento crítico con la realidad que nos rodea, con los medios de comunicación y la publicidad, cuestionándonos qué hay detrás de cada cosa que consumimos y cuáles son sus consecuencias.
- En segundo lugar, la reducción de nuestros niveles de consumo como una opción ética. Si nuestro modelo de desarrollo no es universalizable ni ecológicamente, ni por las estructuras injustas que genera, no es posible que mantengamos esta situación. Se trata de cambiar nuestro hábito de consumismo, optando por un modelo de bienestar y felicidad no basado en la posesión de bienes materiales. "No es más feliz el que más tiene sino el que menos necesita". Es, en definitiva, un cambio en nuestra escala de valores y en nuestras prioridades. Esto nos permitiría, por ejemplo, dedicar una mayor parte de nuestro presupuesto a comer de forma sana, disfrutar nuestro ocio de una manera más constructiva, reducir nuestro tiempo de trabajo, invertir en solidaridad, etc.

Esta propuesta de no-colaboración con un sistema económico que genera injusticia y destruye el medio ambiente es un deber moral y político fundamental. El sistema nos necesita como consumidores, somos el último eslabón de la cadena. El pequeño poder del consumidor puede ser muy eficaz tanto para nosotros como para los países del Sur; sólo habría que comenzar a reivindicar una mayor autodeterminación en apariencia poco política y heroica, de elección de nuestros alimentos, de nuestras compras para la vivienda, de nuestros vestidos, del uso de nuestro dinero, del tipo de embalaje que aceptamos o rechazamos. Lo que falta es desarrollar una conciencia crítica y verdaderamente solidaria acompañada de comportamientos más colectivos y políticos: cuando hacemos la compra no tenemos que dudar que somos poderosos y que las empresas están en una situación de profunda dependencia de nuestros comportamientos como consumidor.



De nuestra responsabilidad y nuestro poder como consumidores se derivan unas obligaciones que podrían resumirse en:

- Ser críticos con nuestro consumo y nuestra forma de vida, aplicando valores éticos.
- Exigir información e informarnos acerca de las condiciones sociales y medioambientales en las que un producto o un servicio ha sido elaborado, cómo ha llegado hasta nosotros y cuáles son sus consecuencias.
- Reducir nuestro consumo, como opción ética y ecológica, optando por un modelo de bienestar y felicidad no basado en la posesión de bienes materiales, lo cual repercute tanto medioambiental como socialmente.

M
A
T
E
R
I
A
L

D
E
L

M
O
N
I
T
O
R

Escuela de padres y madres solidaria



- Practicar un consumo respetuoso con la naturaleza, reduciendo, reutilizando y, por último, reciclando y consumiendo productos ecológicos y artesanos.
- Practicar un consumo solidario y socialmente justo, respetuoso también con las personas y las culturas, en el que por supuesto no existan la discriminación ni la explotación.

¿Cómo fomentar el consumo responsable en nuestra familia?

El lugar idóneo para iniciar nuestro consumo responsable es la familia, estableciendo pequeños criterios que nos ayudarán a ser más responsables y comprometidos. Tener en cuenta estos pasos puede ayudarnos:

- Practicar un consumo responsable empieza por algo tan sencillo como observar nuestro consumo de cada día. Muchas veces el propio sentido común nos sugerirá cambios positivos. No tenemos que tener miedo o vergüenza de tomar hábitos "extraños", como ir a comprar con el carrito; lo que tendría que ser extraño es que no sean "normales".
- Dedicar tiempo a buscar información, identificar las opciones más válidas en cada momento, etc. es una buena inversión: lo más seguro es que practicar un consumo responsable nos lleve, a fin de cuentas, a disponer de más tiempo para nosotros.
- A veces el consumo responsable nos llevará a escoger opciones que no son las más accesibles en el mercado o que no son las más baratas, pero también llegaremos a la conclusión que de hecho dejar de comprar muchas cosas nos aporta muchas ventajas; a la larga gastaremos menos dinero.



Pautas concretas a tener en cuenta en casa, con referencia a nuestro consumo:

- Reflexiona antes de comprar un artículo y piensa si realmente lo necesitas.
- Elige productos duraderos, en cuyo proceso de manufactura se hayan cuidado el consumo energético y los procesos de contaminación, y que estén preparados para ser reutilizados y reciclados al final de su vida.
- Antes de comprar un producto, muéstrate interesado por su procedencia, los materiales utilizados y la condiciones en la que se ha fabricado. Las preguntas hacen saber al vendedor que al consumidor le preocupa ciertos aspectos que puedan afectar a los derechos humanos y al medio ambiente.
- Opta por el consumo de productos locales.
- Apuesta por consumir en tiendas de comercio justo.



Escuela de padres y madres solidaria

Consumo
5.
responsable

@ De otra forma, nuestro consumo diario podría tener las siguientes consecuencias:

- Aumento de la pobreza y de los conflictos bélicos.
- Concentración del poder económico y político en cada vez menos manos.
- Masivos movimientos migratorios de gente que intenta escapar de la indigencia en que están sumidos países enteros.
- Destrucción masiva del medioambiente para mantener el ritmo de crecimiento económico a costa de lo que sea.

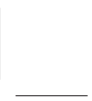
Bibliografía

- Guía de consumo responsable. Asociación Pro Derechos Humanos – Andalucía.
- Consejos para una vida sostenible. Greenpeace.

M
A
T
E
R
I
A
L

D
E
L

M
O
N
I
T
O
R



Las claves



Consumo responsable

El consumo responsable

El concepto de consumo responsable es muy amplio, como lo es la propia actividad consumir. Podemos, sin embargo, sintetizarlo en tres bloques:

- **Consumo ético:** es el que introduce valores como una variante importante a la hora de consumir o de optar por un producto. Hacemos especial énfasis en la austeridad como un valor en relación a la reducción para un consumo ecológico, pero también frente al crecimiento económico desenfrenado y al consumismo como forma de alcanzar el bienestar y la felicidad.
- **Consumo ecológico:** incluye las tres "R" (reducir, reutilizar, reciclar), pero también incluye elementos como la agricultura y ganadería ecológica, la producción artesana, etc.
- **Consumo social o solidario:** entraría también el comercio justo, es decir, el consumo en lo que se refiere a las relaciones sociales y condiciones laborales en las que se ha elaborado un producto o servicio.



Ideas para fomentar el consumo responsable

- Reflexiona antes de comprar un artículo y piensa si realmente lo necesitas. Ayuda a tus hijos a hacer estas reflexiones.
- Elige productos duraderos, en cuyo proceso de manufactura se haya cuidado el consumo energético y los procesos de contaminación, y que estén preparados para ser reutilizados y reciclados al final de su vida.
- Antes de comprar un producto, muéstrate interesado por su procedencia, los materiales utilizados y las condiciones en las que se ha fabricado.
- Opta por el consumo de productos locales.
- Apuesta por consumir en tiendas de comercio justo.



¿Por qué un consumo responsable?

Actualmente, la necesidad de organizar la economía según la justicia y el respeto al hombre, a los recursos y a la naturaleza ya no es una cuestión de opinión moral o política, es un imperativo vital que nos exige a todos poner de nuestra parte.

Una actitud crítica al consumir la tiene aquel que se pregunta por las condiciones sociales y ecológicas en las que ha sido elaborado un producto o producido un servicio. Es una actitud diaria que consiste en elegir de manera meticulosa lo que compramos sobre la base de dos criterios: la historia del producto y la conducta de la empresa productora, señalándole al sistema, a través de nuestros hábitos, los métodos productivos que aprobamos y los que condenamos.

La incorporación de estos valores en nuestro consumo no tiene por qué disminuir el bienestar y la calidad de vida, más bien todo lo contrario (por ejemplo: es signo de bienestar comer carne, pero deja de serlo cuando constatamos en muchos de nosotros nuestros niveles de colesterol, o comemos con tanta abundancia que son frecuentes los problemas de obesidad).



Obligaciones como consumidores responsables

- Ser críticos con nuestro consumo y nuestra forma de vida, aplicando valores éticos.
- Exigir información e informarnos acerca de las condiciones sociales y medioambientales en las que un producto o un servicio ha sido elaborado, como ha llegado hasta nosotros y cuáles son sus consecuencias.
- Reducir nuestro consumo, como opción ética y ecológica, optando por un modelo de bienestar y felicidad no basado en la posesión de bienes materiales, lo cual repercute tanto medioambientalmente como socialmente.
- Practicar un consumo respetuoso con la naturaleza, reduciendo, reutilizando, reciclando y consumiendo productos ecológicos.
- Practicar un consumo solidario y socialmente justo, respetuoso también con las personas y las culturas, en el que por supuesto no existan la discriminación ni la explotación.



Consecuencias de un consumo no responsable

- Aumento de la pobreza y de los conflictos bélicos.
- Concentración del poder económico y político en cada vez menos manos.
- Masivos movimientos migratorios de gente que intenta escapar de la indigencia en que están sumidos países enteros.
- Destrucción masiva del medioambiente para mantener el ritmo de crecimiento económico a costa de lo que sea.