

3. Consum responsable i les 5R

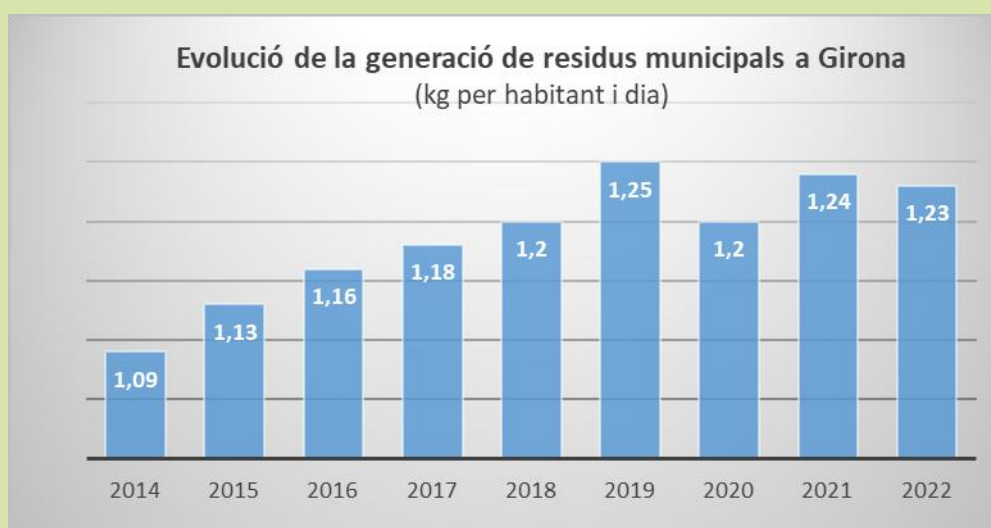
La prevenció de residus i el consum responsable

Des del punt de vista ambiental **el millor residu és aquell que no es genera**. Tanmateix, en els darrers anys, amb l'increment de la població i del consum, la quantitat de residus generats també ha augmentat de manera significativa, cosa que ha comportat impactes ambientals, econòmics i socials.

La societat de consum de béns en què vivim fa que s'estableixi un sistema lineal: de l'extracció passem a la fabricació, la distribució, la venda i el consum amb molt poc retorn de materials a la cadena de fabricació i poca reutilització. Aquest sistema lineal crea una forta dependència de l'extracció dels recursos naturals, els quals són finits, i fa que s'esgotin o bé que siguin més difícils d'extreure.

El seu tractament, a més, té un impacte en el medi ambient i tots els sistemes tenen elevats costos ambientals i econòmics, en forma de consum energètic, de contaminació de sòls o d'emissions contaminants.

En el nostre entorn immediat, com és el cas de Girona, els residus municipals han experimentat una tendència a l'alça des de 2014, passant d'1,09 kg a 1,23 kg per habitant i dia el 2022¹.



Posar fre a la producció innecessària de residus ha esdevingut un repte important que necessita la reflexió, el convenciment i el compromís conjunts de ciutadans, comerços, productors i administracions. Per aquest motiu, la normativa, en tots els nivells, va situant progressivament la **prevenció de residus** com la primera prioritat de la gestió dels residus, seguida d'una economia circular.

Per assolir aquest objectiu, però, també cal un canvi de model de vida, cal reduir el consum, tenir una mirada més crítica i triar els productes que comprem tenint sempre present els residus que provocarà tot allò que adquirim en la nostra compra habitual i avaluant les alternatives per evitar-los. Cada persona, amb les seves accions, té un gran

¹ Font: Ajuntament de Girona. Indicadors de Sostenibilitat (SISGI).

3. Consum responsable i les 5R

potencial per afavorir el canvi en exercir un consum responsable sota criteris de sostenibilitat que minimitzin l'impacte de les nostres activitats.

La piràmide de les 5R i la prevenció de residus

Quan parlem de la importància de la prevenció de residus, ens referim a tota aquella acció que tingui per objectiu evitar la generació quantitativa de residus o bé disminuir-ne la perillositat, i constitueix la primera prioritat en la gestió de residus.

La nostra societat produeix grans quantitats d'objectes de consum, molts d'ells innecessaris, que gairebé mai estan pensats per ser reutilitzats. La prevenció permet reduir el consum innecessari de recursos naturals, les emissions de gasos amb efecte hivernacle i la contaminació derivada dels tractaments finalistes –abocament i incineració.

Cal, doncs, entendre la prevenció com una estratègia prioritària i tirar endavant actuacions que la potenciïn de forma efectiva.

Les 5R són un concepte que té com a objectiu reduir els residus i adoptar un estil de vida més sostenible. Aquest concepte es basa en cinc accions clau: refusar, reduir, reutilitzar, reciclar i reintegrar/compostar, les quals ens acosten al residu zero i a una economia circular.



Les dues primeres fases de la piràmide de les 5R, refusar i reduir, constitueixen la base de la **prevenció de residus** i es consideren les més importants a tenir en compte.



1. REBUTJAR / REFUSAR (EL QUE NO NECESSITES)

Aquesta primera R implica no acceptar allò que t'arriba sense necessitat de comprar, sense cost econòmic i que és difícil no acceptar. Solen ser productes de baix cost i relativa utilitat. Molts d'aquests objectes acaben llançats a les escombraries al cap de poc temps o guardats en algun calaix o racó de la llar. Cal prendre mesures com ara "aprendre a dir que no" a un obsequi que probablement acabi en un calaix de casa formant part d'una pila d'objectes que acaben fent nosa i són llençats a les escombraries.

Entre aquests objectes a refusar podem incloure-hi:

3. Consum responsable i les 5R

- Petits obsequis d'empresa (bolígrafs, clauers...) o mostres
- Publicitat que ens arriba a la bústia o ens donen en mà
- Plàstics d'un sol ús (palletes, gots, bosses de plàstic, coberts,...). Al mercat hi ha una àmplia gamma de productes reutilitzables d'aquest tipus.
- Productes sobreempaquetats
- Impressió de tiquets i factures en paper en els comerços.



2. REDUIR

Reduir és l'objectiu immediat en el nostre consum, ja que posa en relació la població creixent i els recursos limitats que tenim al planeta. La cultura d'envasos i utensilis **d'un sol ús que** ha prevalgut en les darreres dècades és una de les causes de la generació de tants residus i de la seva difícil gestió. Entre les seves conseqüències més directes trobem la generació de residus innecessaris (especialment plàstics), abocaments directes al medi i l'increment de costos del seu tractament, reciclatge o incineració. Contra tots aquests objectes que acaben essent un residu directe, existeixen alternatives. D'altra banda, la reducció de fonts en la fabricació no només estalvia recursos, sinó que també redueix despeses al fabricant i indirectament al consumidor. Per exemple, un embalatge mínim en un producte redueix l'ús de materials, augmenta l'eficiència de distribució i redueix el consum de combustibles fòssils i les emissions de gasos d'efecte hivernacle resultants.

El fet de reduir els nostres residus al mínim implica fer prèviament una reflexió sobre els hàbits de consum que hem adquirit fins ara i prescindir d'objectes i materials que no necessitem. En el cas dels productes que adquirim habitualment, podem plantejar-nos, per exemple, si els podem obtenir a granel i reduir així l'envasat.



Podem pensar en reduir articles molt més costosos, com per exemple adquirir un vehicle privat nou, ja que es calcula que la seva construcció suposa 30 tones de residus² al final de la seva vida útil, i apostar pel vehicle compartit. El consum col·laboratiu d'objectes que es passen moltes hores sense funcionar, com cotxes, cases, espais d'oficines, etc., combinat amb un sistema de reserva a través d'una aplicació resulten d'una gran eficiència.

Frenar el consum actual i futur ens ajudarà de forma clara a conservar recursos que ens poden servir.

D'altra banda, és important que les empreses i els diferents actors de la cadena de consum treballin per la reducció dels residus en origen i en favor de la minimització en

² Font: Agència de Residus de Catalunya

3. Consum responsable i les 5R

les fases de disseny, producció, distribució o consum de l'ús de substàncies tòxiques i de matèries primeres.

Quan la prevenció no és possible → Economia circular

L'economia circular és un model de producció i consum que té diversos beneficis tant econòmics com ambientals que s'assoleix a partir de perseguir dos objectius molt clars:

- Optimitzar i millorar l'eficiència de l'ús dels recursos naturals per, d'aquesta manera, reduir la dependència dels recursos finits i disminuir els costos de producció.
- Aprofitar els residus que no s'han pogut prevenir (fases refusar i reduir), i que es poden reutilitzar, reciclar i transformar-los en nous productes o reintegrar-los. D'aquesta manera reduïm la quantitat de deixalles i l'impacte ambiental negatiu.

Entre els avantatges d'aquest nou paradigma destaquem la protecció del medi ambient, el foment de l'economia i l'ocupació locals, i una menor dependència de la importació de matèries primeres.

Les tres darreres fases de la piràmide de les 5R: reutilitzar, reciclar i reintegrar, es troben encabides en aquest concepte d'**economia circular**, el qual intenta aprofitar al màxim els recursos materials de què disposem allargant els seu cicle de vida útil.



3. REUTILITZAR

La reutilització consisteix en usar un objecte o material tantes vegades com sigui possible, amb la mateixa funció o amb una altra d'alternativa, sense modificar significativament la seva forma original i allargant la seva vida útil.

El concepte de "reutilitzar" no s'ha de confondre amb el de "reciclar" ja que aquest darrer comporta tornar a processar l'objecte en una nova forma.

Una bona pràctica és la de reduir consums de béns comprant objectes reutilitzables en lloc dels refusables, els quals ens obliguen a reemplaçar-los contínuament, i invertir diners i nous recursos valuosos. Per exemple anar al comerç amb els recipients per omplir o canviar objectes quotidians pel seu equivalent en reutilitzables, com una cantimplora d'aigua en lloc d'una ampolla de plàstic o fent servir el cabàs de la compra en lloc de demanar bosses de plàstic als comerços.



La compra d'articles ja utilitzats de segona mà i les vendes d'estocs de fora de temporada a través de mercats i botigues de segona mà tant presencials com per internet són també eines eficients

3. Consum responsable i les 5R

Una compra intel·ligent amb criteri de prevenció de residus i d'anàlisis de cicles de vida, tot i que inicialment sembli que és menys econòmica, a la llarga ens permetrà adquirir objectes que perduren més, i que es poden recarregar o reparar.



Podem perllongar la vida útil dels objectes ja comprats. La **reparació** dels objectes sovint es pot realitzar amb l'adquisició de components bàsics de ferreteria. També ens podem repensar i canviar la funció de diversos objectes.

Compartir objectes entre persones, ja sigui fent donació o venent-los, ajuda a reduir residus quan ja no ens calen. També contribueix al mercat de segona mà i fa que l'inventari de productes usats

creixi i aquests es converteixin en una opció potent per a les persones compradores.



4. RECICLAR

El **reciclatge de residus** és el procés mitjançant el qual els residus són convertits en nous productes o en matèries primeres per fabricar altres productes. Els materials que solen ser reciclats són els metalls, el vidre, el paper, la fusta i el plàstic.

La fase de reciclatge idealment hauria de ser la fracció minoritària de totes les 5R comentades fins ara. Això vol dir que cal prioritzar el fre del consum i el malbaratament dels objectes i materials en les fases anteriors, i considerar el reciclatge com la darrera opció.

El reciclatge té diversos beneficis, com ara la reducció de l'ús de matèries primeres, l'estalvi d'energia, la disminució de la contaminació i la reducció de l'impacte ambiental. Tanmateix, hem de tenir en compte que no és possible reciclar el 100% de les deixalles i que els processos que necessita no són del tot innocus ambientalment, a part que implica un consum energètic per processar els materials i transformar-los en nous productes.

El reciclatge a l'Estat Espanyol arriba a un 8% de mitjana, molt lluny dels percentatges que tenim de recollida selectiva, això vol dir que gran part dels residus que generem no s'acaben reciclant.

Per altra banda, convé recordar que la composició de la bossa d'escombraries a Catalunya és d'un 11,6% en fracció de resta no reciclable i que, en el cas d'aquesta mateixa fracció a la ciutat de Girona, el percentatge s'eleva fins a un 48%. Aquestes dades mostren la importància de realitzar una bona separació de residus per part de les empreses i de la ciutadania.

Malgrat aquestes consideracions, és important destacar que el reciclatge, tot i les seves limitacions i desafiaments, continua sent una pràctica important per reduir la generació de residus i preservar els recursos naturals. És important continuar treballant per millorar els sistemes de recollida selectiva i maximitzar el reciclatge d'aquells objectes i materials que, malauradament, han acabat esdevenint un residu.

3. Consum responsable i les 5R

Per això és tan important que el triatge de residus en fraccions sigui el màxim d'acurat ja que així aprofitem els materials al màxim i reduïm l'extractiva i la despesa energètica que suposa el seu tractament.



5. REINTEGRAR, COMPOSTAR.

El compostatge és la forma natural d'aprofitar la descomposició de les restes orgàniques i permetre que els seus nutrients tornin a la terra. Si compostem les restes orgàniques a casa, reduïrem l'aportació de residus al sistema de recollida i, en conseqüència, el seu tractament. A més, el compost resultant ens pot ser útil per a les plantes de casa, el nostre hort, etc.



El compost casolà és una matèria que no fa pudor ni cap olor de podrit (si en fa és que s'ha fet malament), al contrari, fa una olor agradable que ens recorda al bosc.

Hi ha diversos tipus de compostadors que podreu trobar al mercat en funció de si disposeu de jardí o no; si en teniu podeu fer servir el compostador aeròbic obert. Si no en disposeu però teniu una terrassa àmplia, podeu adequar un espai a la terrassa, instal·lant-hi un gruix de terra a sota per evitar que el lixiviat i les humitats n'afectin el terra. En cas que no disposeu de terrassa es pot fer ús d'un vermicompostador o compostador a base de cucs que es pot instal·lar en l'interior d'un habitatge sense problema.

La piràmide de les 5R ens ajuda a gestionar millor els residus i a cuidar el medi ambient. És important remarcar que el seu ordre no és atzarós, sinó que és de vital importància perquè prioritza les accions que tenen un impacte més positiu. Ens ajuda, en primer lloc, a **repensar** els nostres hàbits per generar menys residus i **reduir** el consum innecessari. Després, és millor **reutilitzar** els objectes abans de llençar-los. Només quan no hi ha cap altra opció, hem de **reciclar** els materials per donar-los una nova vida. Finalment, **reintegrar** significa reaprofitar els residus dins el seu cicle natural. Seguir aquest ordre ens permet minimitzar la quantitat de deixalles, estalviar recursos naturals i contribuir a fer el planeta més sostenible.