

— MARVAL  
— O'FARRELL  
— MAIRAL



## Claves para un home office sustentable

De acuerdo con nuestro [#ModoSustentabilidad](#), les acercamos algunas recomendaciones para un home office sustentable durante los tiempos de aislamiento obligatorio por COVID-19.

 *ModoMarval*



## RACIONALIZACIÓN DEL AGUA

---

El uso consciente de agua corriente es fundamental para hacerle frente a este desafío mundial, que tiene como principales medidas preventivas el aislamiento social y la higiene personal y del hogar. Por lo tanto, es importante que usemos racionalmente este recurso tan importante. Para ello recomendamos:

- › Evitar dejar la canilla abierta al lavarse las manos: es importante frotarse las manos con jabón durante al menos 40 segundos y que durante ese tiempo la canilla no permanezca abierta.
- › Evitar dejar la canilla abierta mientras nos lavamos los dientes y la cara.
- › Evitar darse baños de inmersión y privilegiar las duchas cortas.
- › Para la desinfección de las superficies del hogar, utilizar las cantidades de agua y lavandina justas, evitando llenar y vaciar una cantidad excesiva de baldes por día. Para una desinfección efectiva, recomendamos leer los rótulos de los envases.
- › Lavar los platos metódicamente y evitar dejar la canilla abierta mientras se los lava con la esponja.

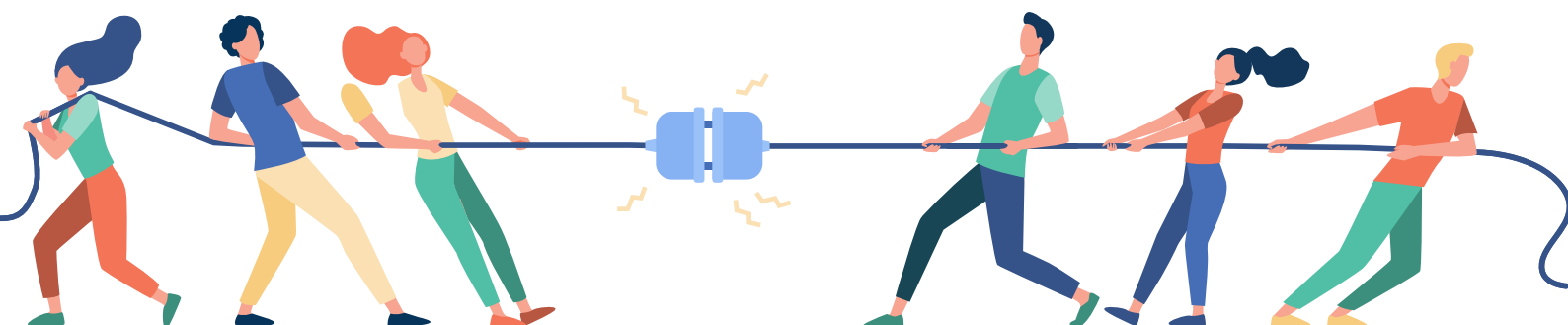


## RACIONALIZACIÓN DE LA ENERGÍA ELÉCTRICA



La energía es otro recurso muy demandado durante el aislamiento obligatorio, ya que pasamos mayor cantidad de tiempo en nuestras casas y utilizamos con mayor frecuencia todos nuestros dispositivos electrónicos, tanto para el trabajo como para los momentos de ocio. Con gestos simples como los siguientes podemos contribuir al ahorro de energía:

- › Aprovechar al máximo la luz solar mediante la apertura de persianas y cortinas, acercando mesas, escritorios y sitios de lectura a fuentes de luz natural, y manteniendo las luces artificiales apagadas mientras sea posible.
- › Optimizar la jornada laboral durante las horas de luz natural.
- › Apagar la luz al salir de una habitación.
- › Apagar las computadoras y otros dispositivos electrónicos durante el tiempo en que no son utilizados.
- › Evitar dejar cargando los dispositivos electrónicos durante todo el día.
- › Activar las funciones de ahorro de energía de los dispositivos electrónicos.
- › Evitar dejar todo el día el televisor encendido con las noticias (ideal, también, para desconectar un poco de la difícil realidad que estamos viviendo).





## OTRAS RECOMENDACIONES

Evitar desplazarse en auto para acudir a los supermercados y aprovechar el paseo para tomar un poco de aire fresco. Esto ayuda a disminuir las emisiones de dióxido de carbono y otros gases de efecto invernadero que dañan la atmósfera. En caso de que su uso sea inevitable, realizar una compra que cubra las necesidades por un período de tiempo prolongado.



Al momento de realizar las compras, reducir lo más posible el consumo de productos envasados con plástico de un solo uso. De no ser posible, intentar reutilizar el envase (por ejemplo, una bandeja de plástico puede ser utilizada para almacenar o conservar otros productos).

Aprovechar el tiempo de ocio para apartar todas aquellas cosas que no utilizamos en casa. Lo descartado puede ser donado o vendido para darle un segundo uso y así evitar la disposición de basura.

