



GOBIERNO DEL ESTADO
2022 | 2027

CODEQ

COMISIÓN DEL DEPORTE
DE QUINTANA ROO

Política de Cuidado Ambiental Institucional de la Comisión del Deporte de Quintana Roo.



ÍNDICE

INTRODUCCIÓN	3
MARCO JURÍDICO	4
OBJETIVO GENERAL.....	6
Objetivos Específicos.....	7
ALCANCE.....	7
PRINCIPIOS INSTITUCIONALES	7
PRINCIPIOS DE LA POLÍTICA	8
CUMPLIMIENTO Y SANCIONES.....	9
POLÍTICAS GENERALES Y ESPECÍFICAS.....	10
Uso racional del agua	10
Ahorro de Energía	11
Consumo Responsable de materiales de oficina y Compras Verdes	12
Manejo Integral de Residuos Sólidos	13
5 erres del consumo:.....	14
DIFUSIÓN, SENSIBILIZACIÓN Y CAMPAÑAS AMBIENTALES.....	17
CONMEMORACIÓN DE FECHAS IMPORTANTES:.....	18
VIGENCIA.....	19
GLOSARIO.....	20

INTRODUCCIÓN

La Comisión del Deporte de Quintana Roo, reconoce que la comunidad deportiva y trabajadora de esta Comisión debe comprometerse en llevar a cabo prácticas que contribuyan al cuidado del medio ambiente. Por este motivo surge el interés de formular este documento como herramientas para planear, organizar y dirigir prácticas laborales relacionadas con la mejora y/o gestión ambiental, con el firme objetivo de la convivencia sana en un ambiente saludable y en conjunto de la misión institucional con el fin que las buenas prácticas infieran en la calidad de vida de toda la comunidad CODEQ.

De acuerdo con esta política, el bienestar de la comunidad académica, Deportiva y Trabajadora, se convierte en elemento fundamental para propiciar un buen entorno laboral y de servicio. Cuando se habla de prácticas medio ambientales, es necesario comprender la interacción entre lo natural y lo social, donde las buenas prácticas, acciones y políticas internas lleven al mejoramiento y mantenimiento adecuado del ambiente, tanto laboral como natural, para mantener el crecimiento y el desarrollo de la sociedad sin comprometer el ambiente de generaciones futuras.

Como principal fundamento de creación de una Política de Cuidado Ambiental para la CODEQ, se tiene la convicción de que la Educación Ambiental es primordial para que las buenas prácticas funcionen dentro y fuera de nuestra institución, que la información sea transmitida a los deportistas, trabajadores y usuarios en general, tanto de las instalaciones como de los servicios que se ofrecen.

La cultura del conocimiento y en conjunto con el compromiso de trabajar en la construcción de espacios físicos con el apropiado uso del entorno ambiental, esto favorecerá al buen uso de los recursos y creando conciencia para todos los usuarios, deportistas y trabajadores. Así mismo esta política asume el compromiso sociedad-ambiente y ve como oportunidad una propuesta moderna orientada a las necesidades globales como son el cuidado y preservación del ambiente natural y sus recursos.

Todo esto será posibles gracias las políticas ya existentes de las diferentes instituciones ambientales como son SEMA, PPA, IBANQROO, SEMARNAT, entre otras y normas aplicables que regulan el uso, aprovechamiento y desecho de los recursos naturales, basándonos a las más adecuadas para la CODEQ.

MARCO JURÍDICO

El artículo 4º de la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos, que desde el 28 de junio de 1999, establece que "Toda persona tiene el Derecho a un Medio Ambiente Adecuado para su desarrollo y bienestar".

Años más tarde, en Febrero de 2012 se Publicó en el Diario Oficial de la Federación (DOF) la reforma al Artículo Cuarto Constitucional se decreta nuevamente el derecho al medio ambiente adecuado para el desarrollo y bienestar de toda persona, adicionando: " y El Estado garantizará el respeto a este derecho. El daño y deterioro ambiental generará responsabilidad para quien lo provoque en términos de lo dispuesto por la ley".

Este mismo artículo señala lo siguiente: "Toda persona tiene derecho al acceso, disposición y saneamiento de agua para consumo personal y doméstico en forma suficiente, salubre, aceptable y asequible. El Estado garantizará este derecho y la ley definirá las bases, apoyos y modalidades para el acceso y uso equitativo y sustentable de los recursos hídricos, estableciendo la participación de la Federación, las entidades federativas y los municipios, así como la participación de la ciudadanía para la consecución de dichos fines". Este párrafo fue adicionado por primera vez el 2 de febrero de 2012.

De acuerdo con la Ley General de Equilibrio Ecológico y Protección al Ambiente (LGEEPA) que dentro de su artículo 3º, Fracción I, nos enuncia algunas definiciones importantes las cuales se citan a continuación:

- I.- Ambiente: El conjunto de elementos naturales y artificiales o inducidos por el hombre que hacen posible la existencia y desarrollo de los seres humanos y demás organismos vivos que interactúan en un espacio y tiempo determinados;
- III.- Aprovechamiento sustentable: La utilización de los recursos naturales en forma que se respete la integridad funcional y las capacidades de carga de los ecosistemas de los que forman parte dichos recursos, por periodos indefinidos;
- VI.- Contaminación: La presencia en el ambiente de uno o más contaminantes o de cualquier combinación de ellos que cause desequilibrio ecológico;
- XI.- Desarrollo Sustentable: El proceso evaluable mediante criterios e indicadores del carácter ambiental, económico y social que tiende a mejorar la calidad de vida y la productividad de las personas, que se funda en medidas apropiadas de preservación del equilibrio ecológico, protección del ambiente y aprovechamiento de recursos naturales, de manera que no se comprometa la satisfacción de las necesidades de las generaciones futuras;

- XIV.- Equilibrio ecológico: La relación de interdependencia entre los elementos que conforman el ambiente que hace posible la existencia, transformación y desarrollo del hombre y demás seres vivos;
- XXXII.- Residuo: Cualquier material generado en los procesos de extracción, beneficio, transformación, producción, consumo, utilización, control o tratamiento cuya calidad no permita usarlo nuevamente en el proceso que lo generó;
- Entro otros conceptos importantes referidos para el entendimiento de las necesidades ambientales e institucionales. (<https://www.diputados.gob.mx/LeyesBiblio/pdf/LGEEPA.pdf>)

En cuanto a la Normatividad Ambiental Local, destacan un conjunto de disposiciones jurídicas que van desde la Constitución Política del Estado, La Ley de Equilibrio Ecológico y Protección al Ambiente del Estado de Quintana Roo, Ley de Acción de Cambio Climático del Estado de Quintana Roo, Ley de Agua Potable y Alcantarillado del Estado de Quintana Roo, Ley de Cuotas y Tarifas para los Servicios Públicos de Agua Potable y Alcantarillado, Tratamiento y Disposición de Aguas Residuales del estado de Quintana Roo, Ley para el Fomento de la Cultura del Cuidado del Agua, Ley de Conservación, Mantenimiento, Protección y Desarrollo del Arbolado Urbano del Estado de Quintana Roo, Ley de Vida Silvestre para el Estado de Quintana Roo, entre otras; y para efectos de la presente Política Institucional enunciamos los siguientes vinculantes al mismo:

REGLAMENTO DE LA LEY GENERAL PARA LA PREVENCIÓN Y GESTIÓN INTEGRAL DE LOS RESIDUOS. Nuevo Reglamento publicado en el Diario Oficial de la Federación el 30 de noviembre de 2006, Las reformas, adiciones y derogaciones publicadas en el DOF 31-10-2014, entrarán en vigor el 2 de marzo de 2015. El presente ordenamiento tiene por objeto reglamentar la Ley General para la Prevención y Gestión Integral de los Residuos y rige en todo el territorio nacional y las zonas donde la Nación ejerce su jurisdicción y su aplicación corresponde al Ejecutivo Federal, por conducto de la Secretaría de Medio Ambiente y Recursos Naturales.

LEY DE EQUILIBRIO ECOLÓGICO Y PROTECCIÓN AL AMBIENTE DEL ESTADO DE QUINTANA ROO, en el artículo 4, modificado en junio 2023. La Administración Pública Estatal, El Poder Legislativo del Estado, el Poder Judicial del Estado y los municipios del estado, expedirán los manuales de sistemas de manejo ambiental, que tendrán por objeto la optimización de los recursos materiales que se empelan para el desarrollo de sus actividades, con el fin de reducir costos Financieros y Ambientales.

LEY PARA LA PREVENCIÓN, GESTIÓN INTEGRAL Y ECONOMÍA CIRCULAR DE LOS RESIDUOS DEL ESTADO DE QUINTANA ROO. Publicada en el Periódico Oficial el 22 de diciembre de 2023. La presente Ley son de orden público y observancia

obligatoria en todo el territorio y zonas de exclusión del Estado de Quintana Roo, para definir la política pública, los instrumentos de gestión y control ambiental, las infracciones, señalando las competencias del Estado y los Municipios en el marco de los principios y derechos consagrados en la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos y en los Tratados Internacionales de los que el Estado mexicano sea parte.

REGLAMENTO DE LA LEY PARA LA PREVENCIÓN, GESTIÓN INTEGRAL Y ECONOMÍA CIRCULAR DE LOS RESIDUOS DEL ESTADO DE QUINTANA ROO. Publicada en el Periódico Oficial el 12 de enero de 2022. El presente Reglamento es de orden público e interés general y tiene por objeto reglamentar la Ley para la Prevención, Gestión Integral y Economía Circular de los Residuos del Estado de Quintana Roo para efectos de lograr una alta recuperación a través de los procesos de la valoración y aprovechamiento energético de residuos, atendiendo al tipo, naturaleza, cantidad y los componentes de los mismos.

PLAN ESTATAL DE DESARROLLO 2023-2027, EJE 4. Medio Ambiente y Crecimiento Sustentable: 4.18.1.21. Implementar programas y acciones de capacitación para el fortalecimiento intersectorial, mediante la aplicación del Sistema de Manejo Ambiental.

ACUERDO POR EL QUE ESTABLECE EL PROGRAMA DENOMINADO "EXCELENCIA EN EL SERVICIO PÚBLICO", EN EL ÁMBITO DE COMPETENCIA DE LA ADMINISTRACIÓN PÚBLICA DEL ESTADO DE QUINTANA ROO. Publicado en el periódico Oficial del Estado de Quintana Roo, el Tomo III, Número 2 Especial, Décima Época, del 7 de diciembre de 2022.

OBJETIVO GENERAL

Promover prácticas ambientales sostenibles dirigidas a la comunidad deportista, trabajadores y usuarios de la Comisión del Deporte de Quintana Roo, así como asumir compromisos y desarrollar programas que llevarán a la CODEQ a una sostenibilidad ambiental a través de las buenas prácticas y mejoras continuas cumpliendo con las políticas medio ambientales que se apliquen internamente a nuestra institución y validas en estado de Quintana Roo.

USO RACIONAL DEL AGUA, AHORRO DE ENERGÍA, MANEJO INTEGRAL DE RESIDUOS SÓLIDOS, CONSUMO RESPONSABLE DE MATERIALES DE OFICINA Y COMPRAS VERDES, DIFUSIÓN Y SENCIBILIZACIÓN DEL PERSONAL.

Objetivos Específicos.

1. La comunidad CODEQ reconocerá los colores de separación de residuos sólidos.
2. Sensibilizar a todo el personal sobre la importancia de poner en práctica las medidas necesarias en lo referente al manejo y gestión de residuos.
3. Capacitación del uso correcto de las señalizaciones de cuidado ambiental.
4. Promover entre el personal acciones y actitudes sobre el manejo adecuado de los recursos materiales.
5. Lograr la disminución y por consecuencia el costo de los recursos.
6. Reducir la generación de residuos sólidos y una disposición adecuada.
7. Disminución y consumo adecuado y solamente necesario para limpieza general, uso de baños y mantenimiento de la institución.

ALCANCE

La política de cuidado ambiental institucional, contempla los lineamientos ambientales de aplicación obligatoria en todas las instalaciones de la CODEQ, instalaciones deportivas y Centro de Alto Rendimiento.

PRINCIPIOS INSTITUCIONALES

La política de cuidado ambiental institucional, se fundamenta en diversos principios establecidos en el Marco Normativo Ambiental vigente.

- Todos los habitantes tiene derecho a un medio ambiente sano y ecológicamente equilibrados, es obligación del estado tutelar, promover y defender este derecho de forma activa y sistemática, como requisito para asegurar la armonía entre los seres humanos y la naturaleza;
- El desarrollo económico y social debe ser equilibradamente compatible con el Medio Ambiente; tomando en consideración el interés común de la comunidad CODEQ;

- Se deberá asegurar el uso sostenible, disponibilidad y calidad de los recursos naturales, como base de un desarrollo sustentable y así mejorar la calidad de vida de los usuarios y trabajadores.
- En la gestión de protección del medio ambiente, prevalecerá el principio de prevención y precaución.
- En la gestión pública del medio ambiente deberá aplicarse el criterio de efectividad, el cual permite alcanzar los beneficios ambientales al menor costo posible y en el menor plazo. Conciliando la necesidad de protección del ambiente con las de crecimiento económico;
- Adoptar regulaciones que permitan, propiciando una amplia gama de opciones posibles para su cumplimiento, fomentando acciones que minimicen los efectos dañinos al medio ambiente y dar cumplimiento al Sistema de Manejo Ambiental (SMA).

PRINCIPIOS DE LA POLÍTICA

Corresponsabilidad: la conservación de los recursos naturales y el medioambiente es obligación del Estado, y de la sociedad, lo cual implica que la estacionalidad del país, en este caso la Comisión del Deporte tiene el compromiso y la obligación de velar por el uso sostenible de los recursos naturales; es decir que el conjunto de actividades orientadas a las acciones y procesos que realiza o ejecuta tendrá como principios fundamental la responsabilidad de asegurar la protección de los recursos naturales.

Efectividad: en la gestión pública del medio ambiente deberá aplicarse el criterio de efectividad, el cual permite alcanzar los beneficios ambientales al menor costo posible y en el menor plazo, conciliando la necesidad de protección del ambiente con las de crecimiento económico.

Gradualidad: La política se implementará de manera paulatina y continua, cuando esta no puede ser ejecutada de una manera integral, debido a factores externos, como el 100% de capacitación al personal, el deber de respetar tiempos legales y la concurrencia de legislaciones diversas del estado. Los aspectos institucionales particulares, entre otros.

Intersectorialidad: La protección de los recursos naturales demanda la intervención coordinada de instituciones como la Secretaría de Ecología y Medio Ambiente, Procuraduría de Protección al Ambiente, entre otros; por

lo que estas acciones se ejecutan desde un enfoque complementario para que toda actividad no dé como resultado repercusiones negativas al medio ambiente.

Prevención: La Comisión del Deporte de Quintana Roo está obligado a vigilar y adoptar previsiones para el cuidado de los recursos naturales bajo su jurisdicción, a fin de asegurarse que el actuar natural de la comunidad CODEQ no sea perjudicial para el Medio Ambiente.

Precaución: Es asumir una gestión de ser cautelosos con cada acción realizada revisando minuciosamente que las actividades realizadas para evitar el deterioro del medio ambiente, de verdad si aporten cambios positivos al mismo.

Sostenibilidad: Tomando en consideración el interés social del cual habla el art 4º de nuestra Constitución, donde dice que el desarrollo económico y social debe ser compatible y equilibrado con el Medio Ambiente, y con esto asegurar el uso sostenible, disponibilidad y calidad de los recursos naturales, para así mejorar la calidad de vida de la población actual y generaciones futuras.

CUMPLIMIENTO Y SANCIONES

La Política de Cuidado ambiental de la Comisión del Deporte de Quintana Roo, será de carácter obligatorio para el cumplimiento de la misma, por cada una de las personas servidoras públicas de esta Comisión, así como de cualquier normativa enfocada al cuidado del medio ambiente que se encuentre vigente.

Por lo que en el caso de incumplimiento a la Política de Cuidado Ambiental de la Comisión del Deporte de Quintana Roo, por parte de alguna persona servidora pública de nuestra institución, se le sancionará con una llamada de atención el cual será mediante escrito y firmado por la persona que haya incurrido, en caso de que el servidor acumule tres llamadas de atención, será acreedor a un acta administrativa, misma que se integrará a su expediente personal, y realizará la donación de un árbol plata o arbusto de la región para reforestar nuestras áreas verdes.

POLÍTICAS GENERALES Y ESPECÍFICAS.

En nuestra comunidad institucional, se enseña a valorar los recursos naturales, biodiversidad y promover el cuidado de los mismos, por este motivo la Comisión del Deporte de Quintana Roo, se enfoca en desarrollar medidas para el cuidado del ambiente, conservar los principios naturales de la vida y fomentar el desarrollo sostenible y así evitar el deterioro ambiental, esto a su vez y en conjunto con la capacitación al personal se creará conciencia basada en estrategias que hagan frente a las situaciones ambientales que se viven actualmente y que afectan el desarrollo socio- ambiental de generaciones futuras.

Uso racional del agua.

El Agua es el principal recurso natural no renovable que es aprovechado por el ser humano, tanto para la alimentación, la higiene y actividades económicas como la agricultura y la industria. En el organismo, el agua transporta nutrientes, elimina toxinas, regula la temperatura corporal y colabora en la digestión; sin embargo con el paso del tiempo la disponibilidad de este recurso tan vital ha disminuido, y con el aprovechamiento industrial y su mal manejo de la misma para desecho, y esto conlleva a un gran deterioro en la calidad de sus parámetros nutricionales para consumo humano.

A partir de la política de uso eficiente del agua, la CODEQ manifiesta su compromiso con la conservación del agua y respalda iniciativas para su ahorro, para tener un mayor control del uso y gasto del líquido vital. Ahora más que nunca se necesitan tomar medidas y acciones para el ahorro eficiente del agua, manteniendo la responsabilidad de transmitir las a todos los trabajadores, deportistas y usuarios de esta Institución, por ello la CODEQ se compromete a promover las siguientes acciones.

1. Apoyar los programas de ahorro del agua para uso personal, vigilando que las llaves siempre se encuentren cerradas y en buenas condiciones; y reportar el mal uso.
2. Hacer uso racional y eficiente del agua para la limpieza de áreas externas y edificios, reutilizar el agua libre de químicos para las plantas.
3. Considerar estrategias de captación de agua para regar las plantas internas.
4. Utilizar productos de limpieza amigables con el medio ambiente.

5. Elaborar un plan de mantenimiento preventivo y correctivo del sistema de fontanería con el objetivo de identificar fugas oportunamente y así evitar el desperdicio del vital líquido.
6. Reducir la cantidad de agua en los inodoros de nuestra institución.

Ahorro de Energía

El ahorro de energía eléctrica es responsabilidad de todas y todos, La CODEQ se compromete a llevar a cabo acciones para reducir el desperdicio de energía eléctrica. La estrategia para ahorrar el flujo de la corriente eléctrica, permitirá realizar mejoras sistemáticas del rendimiento energético, así como también mantener niveles de consumo establecidos, gracias a una adecuada gestión de la energía.

8. Los equipos de aire acondicionado deben permanecer con temperaturas confortables no menor de 23° C para el desempeño de labores, manteniendo puertas y ventanas cerradas, y apagados en horas y días que no sea necesario su uso.
9. Mantenimiento de aire acondicionado será preventivo cada 6 meses dependiendo de fechas estratégicas para no afectar las labores de oficina.
10. La última persona en salir de la oficina al término de la jornada laboral, se cerciorará que las luces y equipos de cómputo se pagarán si no es necesario el uso.
11. Aprovechar la luz natural, manteniendo cortinas y persianas anticiclónicas abiertas si el edificio u oficina no cuenta con aire acondicionado.
12. En la medida de lo posible independizar los breakers de los apagadores de luz con los circuitos de aire acondicionado y las tomas de corriente de los equipos de cómputo.
13. Apagar las luces de las áreas comunes de trabajo cuando no se estén usando.
14. Sugerir a los trabajadores y servidores públicos de la CODEQ traer una carga del 100% en sus equipos celulares, Tablet, audífonos, entre otros equipos y objetos de uso personal.
15. Tener un área de uso común para consumo de sus alimentos y que los electrodomésticos sean de propiedad de la CODEQ

- no personales. Para que se les pueda dar un mantenimiento preventivo y manejo adecuado.
16. Activar el modo ahorro de energía en el monitor de las computadoras, por lo que es importante que se suspenda en automático a los 10 min de no tener uso.
 17. Realizar monitoreo preventivo y/o correctivo al sistema eléctrico con el objetivo de evitar sobrecargas de energía que posteriormente puedan derivar en daños en los equipos informáticos, de aire acondicionado y otros.
 18. Cuando se adquieran nuevos equipos de aire acondicionado y luminarias, en la medida de lo posible adquirir aquellos equipos que cuenten con especificaciones de tecnología ecológica y sellos de eficiencia energética.
 19. Al adquirir un equipo de impresión verificar que tenga modo ahorro de energía, además que se debe apagar la impresora cuando no esté en uso durante un periodo considerable, y tener las características de ser amigable con el medio ambiente.
 20. Disminuir el número de cafeteras y refrigeradores a uno por edificio y/o plantel educativo.

Consumo Responsable de materiales de oficina y Compras Verdes

Es importante establecer el uso responsable de los materiales que se emplean para las labores en las oficinas, aplicando estrategias para optimizar estos recursos.

Optimizar el uso de los materiales de oficina es una tarea compartida en toda la comunidad de la Comisión del Deporte de Quintana Roo. De manera complementaria, adquirir productos que poseen una eco-etiqueta oficial que contribuye a garantizar el cumplimiento de una serie de requisitos en favor del medio ambiente, haciendo más visible el compromiso ambiental de esta Comisión, por lo tanto, algunas estrategias a implementar son:

1. El personal administrativo de las diferentes unidades y departamentos, deberán solicitar por medio de oficio el material necesario para el desempeño de las funciones adecuadas y de servicio. Todo el personal de la Comisión del Deporte de Quintana Roo.

2. Tener un lugar por cada unidad administrativa para colocar las hojas de reúso, para manejo interno de la institución. Esta medida se aplicará para las copias con información que no esté catalogada como confidencial o que contenga datos personales.
3. Las fotocopias, los archivos se imprimen a doble cara de cada hoja para evitar el desperdicio de papel.
4. Evitar imprimir documentos innecesarios, con muchos espacios libres, revisando errores de formato, logotipos, nombres y otros datos importantes para evitar el desperdicio de hojas de impresión.
5. Hacer uso adecuado de los medios de comunicación digital, aprovechando las posibilidades de envío de archivos, es decir, imprimir lo estrictamente necesario.
6. Fomentar la generación y el almacenamiento de documentos en formato digital, cuando la naturaleza de la información lo permita.
7. Habilitar un centro de acopio de hojas para disposición final (reciclaje), para promover de manera institucional el reciclaje del papel.
8. En la medida de lo posible, y contribuyendo al uso adecuado de los recursos a nuestro alcance, evitar el uso indebido e innecesario, evitando los productos desechables convencionales, priorizando insumos de materiales biodegradables y amigables con el ambiente (sugiriendo usar cristalería, cerámica o plástico resistente para eventos y/o reuniones de la institución).

Manejo Integral de Residuos Sólidos

En la actualidad a generación de residuos sólidos y su manejo inadecuado se considera un problema sanitario-ambiental, todo esto como consecuencia del aumento de la población, el consumo desmedido y la producción de acuerdo a la oferta y demanda en el consumismo de los productos empaquetados y desechables que generan basura.

El correcto manejo de los residuos sólidos, permite minimizar posibles impactos sobre la salud y sobre todo al ambiente que nos rodea, para contribuir a evitar el deterioro ambiental de nuestro ecosistema la Comisión del Deporte de Quintana Roo se compromete a realizar las siguientes acciones en ayuda de todos:

1. Colocar los residuos sólidos urbanos (inorgánicos) y biorresiduos (orgánicos), en los depósitos etiquetados y puestos a disposición para tal fin; añadiendo un contenedor para las hojas de reciclaje de forma especial. Los mencionados contenedores deberán estar etiquetados conforme lo establece los artículos 77 y 78 del Reglamento de la Ley para la Prevención, Gestión Integral y Economía Circular de los Residuos del Estado de Quintana Roo.
2. El papel que se genere en la institución se recopilará en un solo depósito común y como residuo se llevará a un centro de acopio de papel.
3. Reutilizar y/o reparar, en la medida de lo posible el material de oficina de desecho tales como carpetas, cajas y material de encuadernación.
4. Los focos, tubos de luminarias, llantas, baterías, entre otros, deberán de disponerse de manera especial.
5. Implementar dentro de la institución el plan de "CERO PLÁSTICOS DE UN SOLO USO"
6. Implementar dentro de la institución la idea de las "5 R's" ("CINCO ERRES").

5 Erres del consumo:

Dentro de las acciones que cualquier persona puede poner en práctica se encuentran las 5 erres del consumo, las cuales constituyen un cambio a una cultura de consumo con un compromiso de sustentabilidad asumiendo responsablemente que cada decisión de compra tiene consecuencias a corto, mediano y largo plazo.

Las 5 erres del consumo contribuyen a evitar el desperdicio, al cuidado de la salud de las personas, del ambiente y de la economía familiar, aprovechando al máximo cada producto o servicio, fomentando una conciencia de responsabilidad social, solidaria y sustentable.

Uno: Respetar

Todos los seres vivos obtienen lo que necesitan del planeta Tierra: agua, aire, alimentos, condiciones climáticas adecuadas, recursos, un lugar adecuado para vivir; sin embargo, la presión ejercida por el ser humano y la dinámica

de consumo actual, está llevando al límite al planeta haciendo desaparecer especies animales y vegetales, hábitats completos, ríos, lagos, además de ocasionar muchos otros problemas.

Sin embargo, muchas personas están tomando conciencia del impacto de sus decisiones de compra, se interesan en conocer el origen de los productos y servicios que compran y las condiciones laborales de quienes fabrican los productos, en general, buscan alternativas respetuosas con el planeta.

Para tener una mejor calidad de vida no es necesario tener en exceso bienes y servicios, que en muchas ocasiones ni siquiera se utilizan y terminarán formando parte de la basura, por el contrario, lo que se requiere es de un nuevo consumidor que reflexione, analice y asuma su responsabilidad en las decisiones de consumo que toma para que actúe con una visión de respeto, cuidado y compromiso social hacia las generaciones futuras y la vida del planeta.

Dos: Rechazar

Un consumidor responsable rechaza productos con muchos empaques, o de un solo uso, productos químicos que pueden ser tóxicos como los insecticidas o que no puedan ser reciclados como el papel encerado o los platos desechables sucios y que generan grandes cantidades de basura y contaminación al ambiente.

Además verifica que los productos que adquiere cumplan con los requisitos necesarios para ser seguros, como por ejemplo las fechas de caducidad de los productos, o que no cumplan con las normas oficiales, de lo contrario deberá rechazarlos porque podrían poner en riesgo su salud y economía.

Rechazar no significa que las personas dejen de consumir, se refiere a evitar aquellos productos que han ocasionado graves daños al planeta por la generación de residuos y la contaminación que ocasionan, prefiriendo bienes y servicios que puedan ser reutilizados, reciclados o donados, lo que se logrará con consumidores informados que se decidan a realizar acciones sencillas en su vida cotidiana.

Tres: Reducir

Consumir es algo inevitable de los seres vivos, se consume alimento, agua, energía, un lugar donde vivir, y en el caso de los seres humanos se consumen muchas otras cosas que en ocasiones no son necesarias, sino más bien gustos o deseos.

Es frecuente que también se compre más de lo necesario, como por ejemplo 10 pares de zapatos, 20 playeras o pantalones, 2 teléfonos celulares o más alimentos de los necesarios que al final terminarán descomponiéndose en la basura, y los ejemplos pueden ser interminables.

Por ello, cada consumidor requiere analizar responsablemente sus necesidades, para que pueda poner en práctica acciones de reducción de uso de bienes y servicios, las siguientes son solo una muestra de lo que se puede hacer:

- ❖ Puede disminuir el consumo de agua en sus actividades diarias, utilizándola en más de una tarea de los edificios.
- ❖ Reducir el uso de papel, imprimiendo sólo lo necesario, utilizando ambas caras del papel.

Cuatro: Reutilizar

Se trata de alargar la vida útil de cada producto, desde el momento en que se compra hasta cuando se desecha, ya sea porque se repare, se utilice para otro fin o se le dé un destino diferente utilizando simplemente la imaginación, disminuyendo lo que se desecha a la basura y la contaminación que generaría.

Otra opción es preferir productos de segunda mano, lo que alarga su vida útil y a la vez reduce la demanda de materias primas necesarias para su fabricación.

Cinco: Reciclar

De acuerdo con la Real Academia Española reciclar es "someter un material usado a un proceso para que se pueda volver a utilizar".

En otras palabras significa que productos que han sido desechados y tirados a la basura pueden ser reincorporados al

ciclo de producción y consumo en forma de materia prima o de productos nuevos; después de ser recolectados, separados, limpiados y transformados, mediante procesos industriales.

Los objetivos del reciclaje son los siguientes:

- ❖ Conservar y ahorrar energía
- ❖ Conservar y ahorrar recursos naturales
- ❖ Alargar la vida útil de la materia prima
- ❖ Disminuir el volumen de los residuos
- ❖ Disminuir el costo de disposición final de los residuos
- ❖ Proteger el medio ambiente y la vida en general.

DIFUSIÓN, SENSIBILIZACIÓN Y CAMPAÑAS AMBIENTALES.

Todos los seres humanos somos pieza clave en la protección del medio ambiente, pero es importante mencionar que para que se vea un cambio significativo positivo en la mejora del medio que nos rodea tenemos que tener cambios de hábitos y costumbres que traemos desde nacimiento y educación desde el hogar. Como parte de este compromiso y siendo la familia CODEQ cree en la necesidad de involucrarse seriamente con estos cambios. Por este motivo la administración de la Comisión del Deporte de Quintana Roo toma la firme decisión de capacitar, instruir, difundir y sensibilizar a toda la comunidad trabajadora, deportista y educandos del CEDAR, a fin de involucrarse activamente en la implementación de esta Política de Cuidado Ambiental Institucional.

Para dar cumplimiento a los aspectos señalados en la presente política, se realizarán por parte de la CODEQ, las siguientes actividades:

1. Elaborar la rotulación necesaria, la cual se colocará en distintos espacios y unidades administrativas de nuestra institución, para crear conciencia en el ahorro de energía (ejemplo: aires acondicionado y luminarias); señalizaciones para el ahorro del agua en baños y grifos; material de impresiones (rotular debidamente las cajas de desecho para hojas que serán destinadas a reciclaje, para que estas sean destinadas para reciclaje y llevadas a un centro de acopio de papel); prácticas de reciclaje,

2. Como mecanismo de divulgación, se utilizaran murales, boletines informativos o circulares internos, entre otros, para resaltar y priorizar las medidas de ahorro de cualquier material, energía o agua, esto con el fin de lograr la Sensibilización Ambiental del personal y a su vez mostrar el trabajo que la institución logrando con ayuda de todos.
3. Inscribir y acreditar al personal en mínimo un curso de capacitación y concientización que realice alguna institución ambiental (SEMA).
4. Realizar en coordinación con la Secretaría de Ecología y Medio Ambiente, actividades de sensibilización en materia de Educación Ambiental, donativo de plantas, limpieza de áreas verdes u otro tipo de recursos que contribuyan a lograr los objetivos de la presente política.
5. Realizar en coordinación con la Secretaría de Ecología y Medio Ambiente, campañas de divulgación de la Política de Cuidado Ambiental Institucional, así como las leyes, reglamentos y decretos relacionados con el Medio Ambiente.

CONMEMORACIÓN DE FECHAS IMPORTANTES:

- ✓ 26 de enero. Día Mundial de la Educación Ambiental.
- ✓ 2 de febrero. Día Mundial de los Humedales
- ✓ 5 de marzo. Día Internacional de la Eficiencia Energética.
- ✓ 22 de marzo. Día Mundial del Agua.
- ✓ 22 de abril. Día Internacional de la Madre Tierra.
- ✓ 1 – 8 de mayo. Semana Estatal de la Tortuga Marina.
- ✓ 17 de mayo. Día Mundial del Reciclaje.
- ✓ 22 de mayo. Día Internacional de la Diversidad Biológica.
- ✓ 5 de junio. Día Mundial del Medio Ambiente.
- ✓ 8 de junio. Día Mundial de los Océanos
- ✓ 28 de junio. Día Mundial del Árbol.
- ✓ 1 – 30 de julio. Mes Estatal del Tiburón.
- ✓ 3 de julio. Día Internacional Libre de Bolsas de Plástico.
- ✓ 17 de agosto. Día Nacional de la Abeja.
- ✓ 1 – 8 de septiembre. Semana Estatal del Manatí.
- ✓ 7 de septiembre. Día del Manatí.
- ✓ Tercer jueves de septiembre. Día Internacional del Aire Puro.

- ✓ 27 de septiembre. Día de la Conciencia Ambiental.
- ✓ 18 de octubre. Día Internacional para la Protección de la Naturaleza.
- ✓ 27 de noviembre. Día Internacional de la Conservación.
- ✓ 5 de diciembre. Día mundial del suelo.
- ✓ Entre otras efemérides ambientales

VIGENCIA.

UNICO.- La presente Política de Cuidado Ambiental institucional de la Comisión del Deporte de Quintana Roo, entrará en vigor a partir del 22 de enero de 2025, con una vigencia de un año; para su renovación presentaremos evidencias cronológicas de las acciones para conservar y proteger al medio ambiente que se implementaron de manera coordinada con la Secretaría de Ecología y Medio Ambiente (SEMA), así como de su participación en las conmemoraciones ambientales, todo esto con el fin de mejorar y modelar este documento a fin de mejorar la calidad del Medio Ambiente y de mejorar la calidad de vida los servidores públicos de la CODEQ.

Elaboró	Autorizó
<p style="text-align: center;">Ing. Amb. Janett Gloricel Valdez Frías Auxiliar de la dirección jurídica de la CODEQ</p>	<p style="text-align: center;">Lic. Jacobo Adrián Arzate Hop Presidente de la Comisión para el Deporte de Quintana Roo</p>

GLOSARIO.

Aprovechamiento: conjunto de acciones que permiten la reutilización, reciclado, recuperación, transformación y la reincorporación al ciclo productivo de los diferentes materiales de desecho, con el fin de generar beneficios ambientales, energéticos y económicos.

Biodegradable: son aquellos materiales que, bajo las condiciones adecuadas del ambiente como son el sol, la lluvia, componentes vivos y no vivos, son degradados por microorganismos y plantas a sus elementos básicos, en procesos aeróbicos y anaeróbicos; y son empleados como una fuente de nutrientes.

Compras verdes: una compra verde alude a la adquisición de productos y servicios que tienen un menor impacto ambiental en comparación con las alternativas convencionales. Una estrategia que tiene como objetivo promover la sostenibilidad y la responsabilidad social corporativa.

Desarrollo sostenible: es el modelo de desarrollo que busca satisfacer las necesidades actuales sin comprometer la capacidad de las generaciones futuras de hacer lo mismo. Para ello, se

debe lograr un equilibrio entre el crecimiento económico, el cuidado del medio ambiente y el bienestar social.

Disposición final: Es el tratamiento de residuos sólidos, es una alternativa o complemento a la disposición final, en la que se modifican las características físicas, biológicas o químicas de los residuos para que puedan ser reutilizados o tratados.

Impacto Ambiental: El impacto ambiental es la alteración del medio ambiente que se produce por la acción de la naturaleza o de los seres humanos. Puede ser favorable o desfavorable y afectar a alguno de los componentes del ambiente, como el aire, el agua, el suelo, la vegetación, los animales, entre otros.

Medio Ambiente: Es el entorno en el que se desarrolla la vida de los organismos, y está compuesto por elementos naturales y artificiales que interactúan entre sí. Es el espacio que condiciona la forma de vida de la sociedad, e incluye valores naturales, sociales y culturales.

Política ambiental: Es un conjunto de acciones y directrices que se toman

para proteger el medio ambiente y conservar las bases naturales de la vida humana.

Residuo: La palabra residuo describe el material que pierde utilidad tras haber

cumplido con su misión o servido para realizar un determinado trabajo. Un residuo es cualquier material que se considera sin valor suficiente para ser conservado.