

# DÍA MUNDIAL DEL MEDIOAMBIENTE

## MEDIDAS PARA REDUCIR LOS PLÁSTICOS



### Hábitos para reducir los plásticos:

- Usa tu propia **bolsa de la compra**, mejor de materiales no plásticos y reutilizable.
- Rehusa comprar productos envueltos en plásticos.
- **Rechaza** la utilización de **vajilla** y **cubiertos** de **plástico desechables**.
- Usa fiambreras y recipientes no plásticos.
- Utiliza tu propia **botella de agua no plástica** y rechaza beber agua de botellas de plástico.
- **No tomes chicles**, además de contaminar nuestros suelos, necesitan productos muy agresivos y contaminantes para su eliminación.
- Compra a granel.
- Evita productos de higiene con microplásticos (ingredientes como *polyethylene* o *polypropylene*).
- Usa cepillos de dientes de bambú, bastoncillos de algodón con palillo de cartón, maquinillas reutilizables, esponjas naturales y discos desmaquillantes lavables.
- Participa en iniciativas de **limpieza comunitaria**: Como recogidas de plásticos en playas, ríos o montes.



### ¿QUIERES SABER MÁS?

Descubre todo el material que hemos preparado en:

🔍 [HTTPS://WWW.ENFERMERIACOMUNITARIA.ORG](https://www.enfermeriacomunitaria.org) ✕

