

Si todo el mundo viviera como tú, necesitaríamos 2.75 planetas Tierra para vivir



Tu edad es

de entre 17 y 36 años

La huella ecológica a lo largo de la edad tiene forma de campana. Es máxima en la edad adulta y disminuye en la infancia y la tercera edad. ¡Descontando la impresionante huella ecológica de nuestros primeros años de vida, solamente en pañales de usar y tirar!

La casa en la que vives

es una vivienda en un bloque de pisos

Disponer de servicios comunes de agua y energía reduce mucho la huella ecológica de las viviendas dentro de un bloque de pisos. No obstante, las necesidades de energía variarán mucho según cuál sea la posición del piso en el edificio y su orientación. Por ejemplo, no es lo mismo un bajo orientado al norte que un último piso o un ático orientado al sur, que garantiza una fuerte insolación y tal vez problemas para mantener la casa fresca en verano.

En tu casa viven

dos personas

Estás próximo al tamaño medio de los hogares en España, que es de 2,5 personas. Eso implica que será fácil ponerse de acuerdo para reducir el tamaño de vuestra huella ecológica.

El tamaño de tu hogar

es de entre 61 y 120 m²

Una proporción muy elevada de personas en nuestro país viven en pisos de alrededor 80 m² (aunque el tamaño medio de la vivienda es mayor, de unos 140 m², pero incluye viviendas rurales). El consumo de energía y agua dependerá mucho del equipamiento de la vivienda (por ejemplo si tiene o carece de aislamiento) y de las costumbres de sus moradores.

Tu sistema de calefacción

es individual, solo para tu vivienda

Un sistema de calefacción individual, más si cuentas con un termostato y un programador, te permite un control absoluto del gasto. Podrás ahorrar mucho dinero y energía si mejoras el aislamiento de tu vivienda.

Tienes

de 3 a 5 radiadores

Recuerda que es obligatoria la instalación de repartidores de gastos de calefacción en todos los radiadores de las viviendas con calefacción central. Consisten en termostatos y reguladores que se añaden a los radiadores ya existentes (lo que puede no ser fácil en modelos antiguos). Eso implica que pagarás el calor que consumes de verdad, no una estimación a prorrateo.

¿Aire acondicionado?

Dispones de una instalación de aire acondicionado

El aire acondicionado de compresor puede ser una necesidad en determinadas situaciones, pero debería ser usado con parsimonia. Hay muchas soluciones para refrescar nuestra casa mucho más baratas y muy eficaces. Además, al instalarlo ten en cuenta el lugar más adecuado para ello: la azotea o el tejado, nunca en el patio de ventilación de tu edificio. ¡No conviertas la vida de tus vecinos en una cálida y ruidosa pesadilla!

Tu estilo de uso de la climatización es...

bastante economizador

Tu habilidoso comportamiento con la climatización contribuye a reducir tu huella ecológica y también te hace ahorrar mucho dinero.

Tus ventanas

están bien aisladas

Si no lo has hecho todavía, es el momento de mejorar el aislamiento de tu casa. Dispones de soluciones adaptadas a todas las necesidades y para todos los bolsillos.

Etiqueta energética

No sabes si tus aparatos son economizadores o no

Si ninguno de tus electrodomésticos tiene etiqueta energética superior, comienza por el frigorífico. Si no tiene etiqueta energética superior o no tiene etiqueta energética de ninguna clase, lo más seguro es que sea un modelo antiguo que está derrochando energía las 24 horas del día. Si es de tamaño estándar te saldrá a cuenta cambiarlo y si es posible por uno de tamaño menor. Lo amortizarás en cuatro o cinco años.

Estos son tus medios de transporte favoritos

Metro, tren o autobús

Utilizas la mejor opción de transporte, la más barata y menos contaminante. Sácale todo el partido al transporte público: consulta su disponibilidad de horarios y servicios. Lo más sencillo es usar Google Maps, haz clic en el botón “Cómo llegar” y en el icono de transporte público.

Estos son tus medios de transporte favoritos

Bicicleta

Usando la bicicleta para tu movilidad cotidiana, ahorras mucho dinero, no molestas a nadie con ruido, humos y ocupación de la vía pública y además tu salud mejora notablemente. Sin duda, la bicicleta es el vehículo del futuro en la ciudad.

La compra

la haces una vez a la semana, más o menos

Ir a la compra con frecuencia y en tiendas próximas a tu domicilio estimula el comercio local y te permite ahorrar dinero y buscar las mejores calidades de los productos.

Viajas en avión

No realizas ningún vuelo al año

¡Enhorabuena! No usar el avión para viajar es la mejor elección para no aumentar tu huella ecológica.

Tu relación con las plantas

no es buena, no hay plantas en tu casa

Una cosa es ahorrar agua, y otra no tener ni una triste planta en casa. Las plantas alegran la vista, purifican el aire y amortiguan la temperatura. Tener un par de macetas no cuesta nada y no ocupa sitio.

Fontanería economizadora

Careces de cualquier sistema de fontanería economizadora, tu riesgo de derrochar agua es alto

La ausencia de elementos economizadores de agua en la fontanería de tu casa te está haciendo perder dinero y lo peor de todo, derrochar inútilmente gran cantidad de agua potable valiosa.

Los logos tóxicos en los productos que compras

no te importan lo más mínimo

No te preocupa demasiado la composición de los productos de limpieza y bricolaje que compras. Deberías reducir la adquisición de limpiadores y quitagrasas muy agresivos, insecticidas tóxicos, etc.

La carne y tú

Eres un fanático de los chuletones

Comes mucha carne, lo cual no es bueno para nadie. Resulta muy cara, no es bueno comerla en exceso y dispara tu huella ecológica. Producir carne contribuye de una manera importante al calentamiento global. Modera tu consumo y opta por la carne de ganadería extensiva o pastoreo de productores locales.

Los contenedores para la separación de residuos en casa

no te preocupan lo más mínimo, no tienes ninguno

Sinceramente, te faltan algunas habilidades para ser un buen vecino. No te importa mezclar todos los residuos de tu casa en la misma bolsa y tirarla al contenedor más próximo (esperemos que no la dejes en la calle). Así multiplicas tu huella ecológica, al convertir una potencial colección de residuos separados valiosos (de plástico, vidrio, papel, etc.), en basura mezclada sin valor.

Cuando vas al mercado,

te gusta comprar alimentos frescos, por lo general

Combinas la compra de alimentos frescos con la de empaquetados, como hacemos todos. Podrás aumentar la proporción de productos frescos si te acostumbras a cocinar con más frecuencia. Ten cuidado que cocinar se puede convertir en un vicio adictivo.

© Fundación Vida Sostenible 2025
Desarrollado por Solid Forest S.L.

La herramienta "Calcula el tamaño de tu huella ecológica... ¡y aprende cómo hacerla más pequeña!" es una iniciativa de Fundación Vida Sostenible que forma parte de diferentes proyectos de investigación desarrollados con el apoyo del Ministerio para la Transición Ecológica y el Reto Demográfico del Gobierno de España.