



Huella Ecológica

Paul Sebastián Torres Navarrete

Ing. En Sistemas Computacionales

Tecnológico Nacional de México campus Lázaro Cárdenas, Michoacán

Desarrollo Sustentable - Grupo 41T

MA. Ángeles Farias Padilla

21 de mayo de 2025

Huella Ecológica

La huella ecológica es una herramienta que nos permite entender cuántos recursos naturales usamos para mantener nuestro estilo de vida. Mide cuánta superficie de tierra y mar se necesita para generar los bienes que consumimos y para absorber los desechos que producimos, todo esto con base en la tecnología actual. Esta medida se expresa en hectáreas globales por persona (hag/persona) y sirve para evaluar si nuestras acciones son sostenibles o si estamos sobrepasando los límites del planeta.

En el caso de México, en el año 2006 se calculó que cada persona tenía una huella ecológica de 3.4 hectáreas, mientras que la biocapacidad disponible por habitante era solo de 1.8 hectáreas. Esto significa que estamos consumiendo más recursos de los que la naturaleza puede regenerar, lo que representa un déficit ecológico. Esta situación coloca a México entre los países con mayor impacto ambiental a nivel mundial.

¿Cómo se calcula la huella ecológica?

El cálculo de la huella ecológica se basa en varios aspectos clave del día a día:

- Energía: uso de electricidad, gas, y combustibles fósiles.
- Alimentación: tipo de dieta, y si los productos que consumimos son locales o importados.
- Transporte: si usamos automóvil, transporte público o realizamos vuelos frecuentes.
- Vivienda: tamaño del hogar y qué tan eficiente es en el uso de energía.
- Residuos: cuánta basura generamos y cómo la manejamos (si se recicla, se reutiliza, etc.).

Calculo Personal

- Energía: usa electrodomésticos normales, aire acondicionado en verano → 0.8 hag
 - Alimentación: come carne 4 veces por semana y muchos productos procesados → 1.2 hag
 - Transporte: usa transporte público diariamente → 0.3 hag
 - Vivienda: vive en un departamento pequeño con luz natural → 0.2 hag
 - Residuos: genera basura regularmente y no recicla → 0.4 hag
- Huella ecológica total estimada:

$$0.8 + 1.2 + 0.3 + 0.2 + 0.4 = 2.9 \text{ hectáreas globales}$$

Acciones para reducir la huella ecológica en México

Si queremos vivir de manera más sustentable y cuidar los recursos para las futuras generaciones, es importante que pongamos en práctica algunas estrategias como:

Consumir de forma responsable: elegir productos locales, reducir el consumo de carne y no desperdiciar comida.

Ahorrar energía: usar focos ahorradores y electrodomésticos eficientes, aprovechar al máximo la luz del sol y mantener bien aisladas las viviendas para reducir el uso de calefacción o aire acondicionado.

Moverse de forma más ecológica: preferir caminar, usar bicicleta o transporte público en lugar del coche particular.

Aplicar las 3R: reducir lo que consumimos, reutilizar lo que todavía sirve y reciclar los residuos correctamente.

Cuidar la naturaleza: conservar áreas verdes, evitar la deforestación y apoyar proyectos de reforestación.