

## Resumen: Cálculo de la Huella Ecológica en México

La huella ecológica es un indicador ambiental que mide la demanda humana sobre los recursos naturales del planeta. Este cálculo se basa en la cantidad de tierra y agua biológicamente productiva necesaria para producir los recursos que consumimos y para absorber los desechos que generamos, especialmente las emisiones de carbono.

En México, el promedio de huella ecológica per cápita es de aproximadamente 3.4 hectáreas globales (hag), mientras que la biocapacidad nacional —es decir, la capacidad de los ecosistemas para regenerar los recursos— es menor, situándose en torno a 1.8 hag por persona. Esto indica un déficit ecológico, ya que estamos utilizando más recursos de los que el país puede regenerar.

El cálculo de la huella ecológica considera aspectos como:

- Consumo energético (electricidad, transporte, combustibles).
- Alimentación (tipo de dieta y origen de los alimentos).
- Uso de bienes y servicios.
- Generación de residuos.
- Uso de suelo (vivienda, infraestructura).

Para hacer más eficiente el uso de recursos en México es fundamental:

- Reducir el consumo de energía fósil, apostando por energías renovables.
- Fomentar una dieta sustentable, basada en alimentos locales y de menor impacto ambiental.
- Mejorar el manejo de residuos, promoviendo el reciclaje y la economía circular.
- Aumentar la eficiencia energética en hogares, transporte e industrias.
- Conservar los ecosistemas naturales, evitando la sobreexplotación.

Reducir nuestra huella ecológica no solo implica cambios individuales, sino también políticas públicas enfocadas en el desarrollo sustentable y la educación ambiental. Solo así podremos garantizar un equilibrio entre nuestras necesidades y la capacidad del planeta para satisfacerlas.