

# Consejos para Vestir Sosteniblemente

## Guía práctica para una moda más consciente y responsable

### Top 10 Prácticas Sostenibles

#### 1. Compra Menos, Elige Mejor

Invierte en prendas de calidad que duren más tiempo. Una pieza durable es mejor que diez baratas.

#### 2. Cuida tu Ropa

Lava en frío, seca al aire libre y guarda correctamente. El cuidado adecuado extiende la vida útil de las prendas.

#### 3. Repara y Modifica

Antes de desechar, considera reparar. Cambiar botones, arreglar costuras o modificar el corte puede dar nueva vida a tus prendas.

#### 4. Compra de Segunda Mano

Explora tiendas de segunda mano, mercados vintage y plataformas online para encontrar piezas únicas y sostenibles.

#### 5. Intercambia con Amigos

Organiza intercambios de ropa con amigos y familiares. Lo que ya no usas puede ser perfecto para otra persona.

#### 6. Dona Responsablemente

Dona ropa en buen estado a organizaciones locales. Asegúrate de que las prendas puedan ser realmente utilizadas.

#### 7. Lee las Etiquetas

Busca materiales naturales, orgánicos o reciclados. Evita mezclas sintéticas que no son biodegradables.

#### 8. Apoya Marcas Sostenibles

Investiga y apoya marcas que tengan prácticas éticas y sostenibles en su producción.

#### 9. Planifica tus Compras

Antes de comprar, revisa tu armario y haz una lista de lo que realmente necesitas. Evita las compras impulsivas.

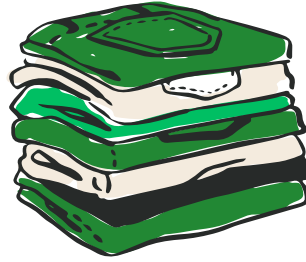
#### 10. Crea un Armario Cápsula

Construye un guardarropa con piezas versátiles que se combinen entre sí, maximizando las opciones con menos prendas.

## Consejos por Categoría

### Compra Inteligente

- Establece un presupuesto mensual
- Espera 24 horas antes de comprar
- Pregúntate: ¿Lo usaré al menos 30 veces?
- Compra fuera de temporada
- Investiga la marca antes de comprar



### Cuidado y Mantenimiento

- Lava solo cuando sea necesario
- Usa agua fría siempre que sea posible
- Seca al aire libre en lugar de secadora
- Guarda la ropa adecuadamente
- Trata las manchas inmediatamente



### Segunda Vida

- Repara antes de descartar
- Transforma prendas viejas
- Intercambia con amigos
- Dona en buen estado
- Recicla textiles apropiadamente

