	FECHA DE ELABORACION	RESPONSABLE
	04/08/2018	Comité de Corresponsabilidad Empresarial
Programa Interno de 3 R	REVISIÓN G	FECHA PROXIMA DE REVISIÓN
		07/07/2025

## CONTROL DEL DOCUMENTO

### A. REVISIONES Y APROBACIONES DEL DOCUMENTO:

ACTIVIDAD	PUESTO	FIRMA	FECHA
ELABORO:	COMITÉ DE CORRESPONSABILIDAD EMPRESARIAL		08/07/2024
APROBO:	DIRECCION GENERAL		08/07/2024

### B. DESCRIPCION DE CAMBIOS

FECHA	REVISION	SOLICITANTE	NATURALEZA DEL CAMBIO
04/08/2018	A	Dirección General	Creación del documento
03/08/2019	B	Dirección General	Revisión del documento
08/08/2020	C	Dirección General	Revisión del documento
07/08/2021	D	Dirección General	Revisión del documento
13/08/2022	E	Dirección General	Revisión del documento
06/07/2023	F	Dirección General	Actualización del documento
08/07/2024	G	Dirección General	Revisión del documento

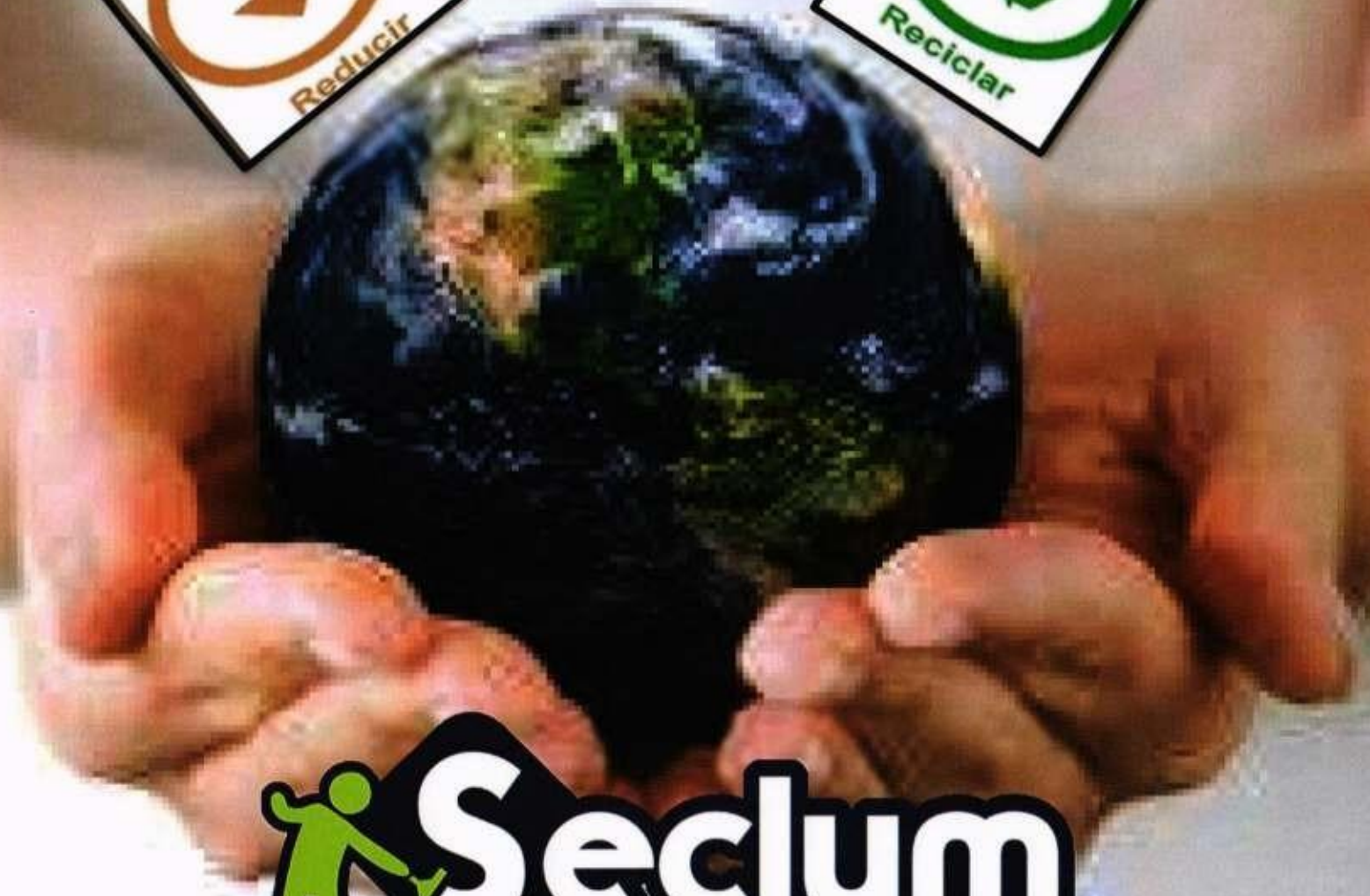
### C. CONTROL DE COPIAS: Las funciones indicadas en esta sección son tenedores oficiales de una copia controlada de este documento.

COPIAS	PUESTO	AREA
ORIGINAL	Comité de Corresponsabilidad Empresarial	ADMINISTRACION
ELECTRONICO	PAGINA WEB	SISTEMAS

### D. Rastreabilidad del documento: Para dar cumplimiento a los objetivos particulares de responsabilidad social y ODS

CRITERIO	SUB AMBITO	ODS
AMBIENTAL	MEDICION DE IMPACTO	3, 12, 13
AMBIENTAL	PREVENCIÓN DE LA CONTAMINACIÓN	12
AMBIENTAL	USO SOSTENIBLE DE LOS RECURSOS	6, 12, 13, 15
AMBIENTAL	MITIGACIÓN Y ADAPTACIÓN AL CAMBIO CLIMÁTICO	6, 7, 12, 13
AMBIENTAL	MANEJO DE RESIDUOS	12, 14, 15
AMBIENTAL	TECNOLOGIAS LIMPIAS	12
GLOBAL	VARIABLE GLOBAL	8, 12

# GUÍA PRÁCTICA DE LAS TRES “R”



 **Seclum**



A la hora de ir de compras, sé consciente de los desperdicios que generas



No malgastes papel, usa siempre ambas caras de la hoja



Usa trapos de cocina en vez de rollos de papel



Rechaza folletos gratuitos que no utilizarás



Prefiere las bebidas en envases retornables y tamaño familiar a las enlatadas o desechables



Antes de tirar un porta "six pack" a la basura, corta cada círculo con unas tijeras o navaja, con esto evitas que animales y peces queden atrapados con sus picos, cuellos o cuerpos en sus anillos.



- Si tienes niños, usa pañales de tela. (cada pañal desechable tarda aprox. 500 años en degradarse)



- Evita los productos que vengan empacados con mucho plástico, papel, etc



- Almacena la comida en el refrigerador o en tu lonchera en recipientes reutilizables, no desechables



- Evita los vasos y platos desechables y sustitúyelos por los de vidrio o plástico reutilizable



- En la oficina, ten tu propio vaso o taza, y destina algunos para visitantes, para evitar el uso de desechables



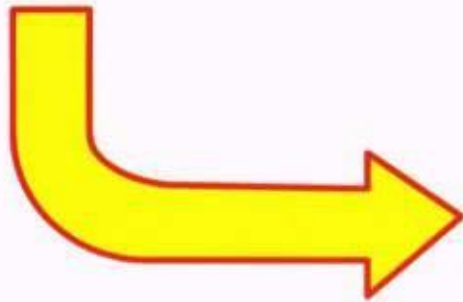
- Evita el uso de bolsas plásticas para tus compras, prefiere bolsas ecológicas o de tela

¿Sabes cuanto tarda en descomponerse lo que consumes?





Por eso, utiliza los recursos siguiendo este simple principio





# Reduce Reduce

Paso  
1

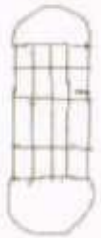
Reducir es evitar todo aquello que de una u otra forma genera un desperdicio innecesario.

El primer paso es cambiar nuestros hábitos de consumo.

# Reduce

# Reduce

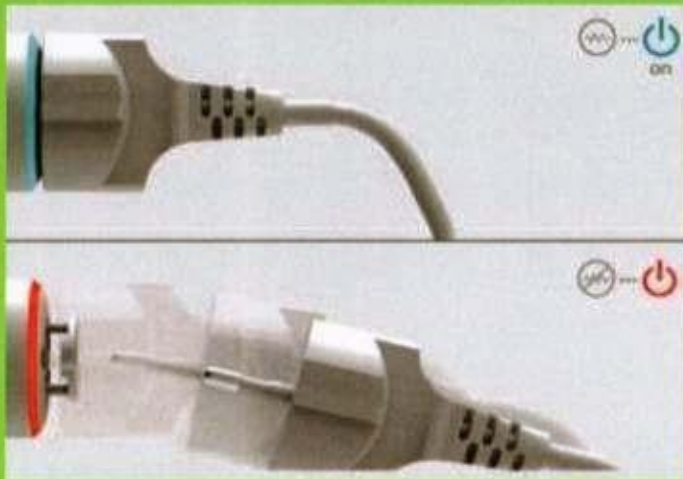
Paso  
1



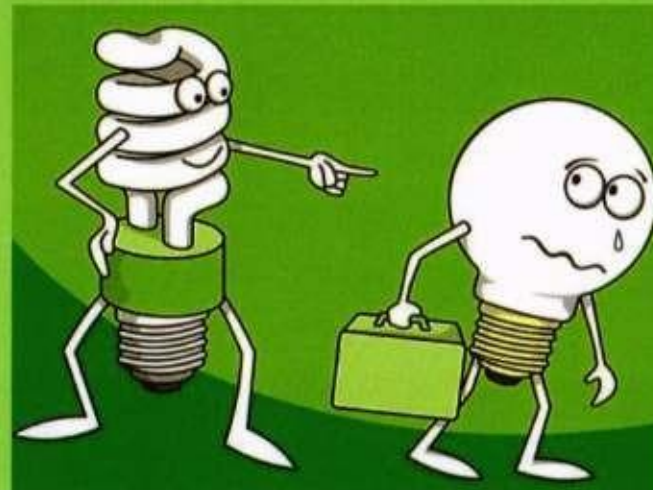
Trata de aprovechar la luz natural si el dia esta soleado, evitando encender la luz si no es estrictamente necesario.



Cuando salgas recuerda apagar las luces





Desconecta los aparatos si no los estás utilizando



Cambia los focos incandescentes por lámparas fluorescentes



 **1 lt** aceite  $\xrightarrow{\text{contamina}}$  **1000 lt** agua 

{ **4000 litros**  
**contaminados**  
**por persona por año** } = { **11 años de**  
**agua para tomar**  
**contaminada** }

Por eso utiliza el aceite limpio para freír un máximo de 3 veces después deposítalo en un recipiente y échalo en la basura de materia orgánica dentro del envase o sobre papel periódico para que se absorba.

Cierra la llave mientras  
te lavas las manos y  
dientes



Evita el uso de mangueras  
mejor usa un balde y  
revisa el estado de las  
tuberías y llaves.



Si utilizas lavadora,  
que sea de manera  
inteligente y de bajo  
consumo



Evita largos baños,  
cierra la llave cuando  
te enjabones y no  
juegues con el agua



**MANERAS DE  
CUIDAR EL  
AGUA**

Puedes reutilizar el agua  
para otras cosas como la  
limpieza de pisos o regar  
plantas



No dejes la llave abierta al  
lavar las frutas y verduras,  
mucho menos las  
descongeles con el chorro  
de agua





Reduce: Sabías que un inodoro convencional consume entre 13 y 20 lts de agua por descarga? .

Paso  
1

## ¿Qué puedes hacer?

1. Sustituye tu inodoro convencional por inodoros eficientes o adquiere sistemas de doble descargas para adaptarlo a tu inodoro convencional

2. Reduce el volumen del tanque introduciéndole un objeto como una botella con arena que no flota.



Pulsación de botón circular. Inicio de la descarga de 3 litros



Pulsación en los dos botones a la vez. Inicio de la descarga de 6 litros.



El volumen de la botella determinará la cantidad de agua que se ahorra por descarga.

# Reutiliza

Paso  
2



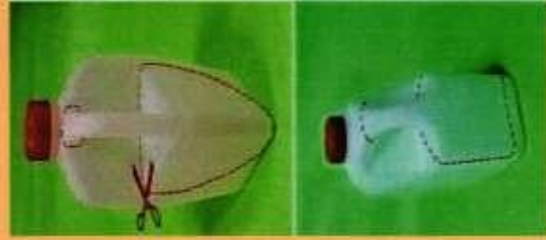
Reutilizar, de acuerdo con la Real Academia Española, es utilizar algo con la función que desempeñaba anteriormente o con otros fines.

Reutilizar es darle la máxima utilidad a los objetos, puede ser divertido, aquí algunos ejemplos.



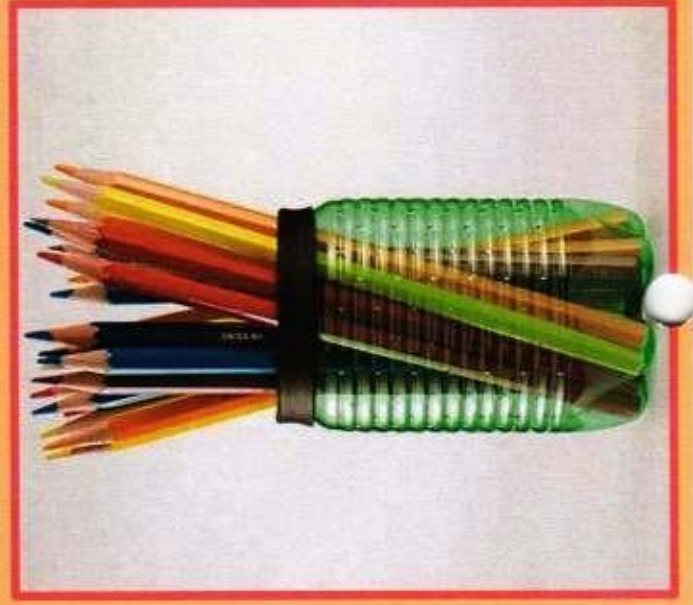


Lata de cerveza reciclada.  
Una bonita lámpara con una lata de cerveza.



# Reutiliza Reutiliza

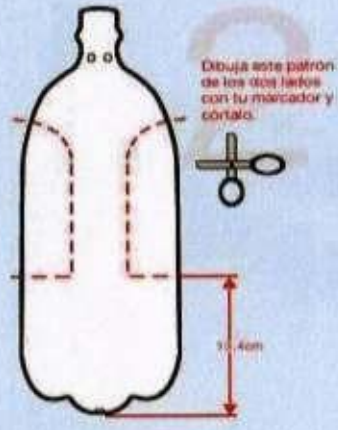
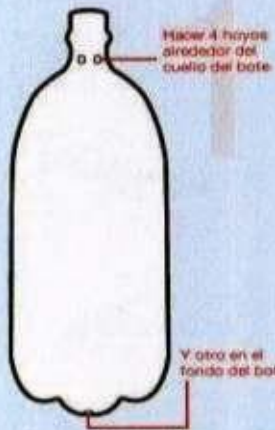
Paso  
2



## Como hacer una maceta colgante con un bote PET de soda de 2 litros

### Materiales:

- Un bote de 2 litros de soda.
- Tijeras, cuchillo o navaja.
- Cordón, sogá o agujetas.
- Marcador de Pizarrón.



Ata la sogá o cordón por los hoyos, llená con tierra y cuelgalo.

Está lista! Planta semillas, o transplanta.

por Terry Ruiz.  
Para La Biología, usa gis para hacer verde.

Para más información, visita La Biología en Facebook







El reciclaje empieza en la casa, es una actividad que sirve para proteger el medio ambiente y asegurar la vida del planeta. Para ello, la basura se clasifica en:  
Orgánica, Inorgánica y Desechos.

## ¿Qué se recicla?



Se recicla la basura inorgánica como envases de vidrio o plástico, papel, latas de aluminio, entre otros.



¿Cómo se recicla?



Luego de separar la basura en orgánica e inorgánica, el primer paso para reciclar es comprar varios envases de basura y separar la basura inorgánica en **vidrio, plástico, metal y papel**. Ayuda que cada contenedor sea de un color diferente



Organico  
Vidrio  
Plastico  
Metal  
Papel



Cuando te comas un riquísimo  
Tamal bota la hoja de chagüite en la  
basura orgánica



Y recuerda servirlo en su típico plato  
de barro evitando el uso de  
desechables



Será  
excelente para  
tu fertilizante  
hecho en casa



# Reciclaje - Vidrio

El vidrio se coloca en contenedor Verde

**SI**

- \*Botellas de vidrio (gaseosas, cervezas, ron, jugos, etc)
- \*Tarros de vidrio
- \*Fracos de conservas
- \*Envases de perfumes

**NO**

- \*Cristal
- \*Vidrios de automóviles
- \*Espejos
- \*Vidrios de ventana
- \*Tubos fluorescentes

**Recomendación:** Enjuague los envases y retire las tapas antes de llevarlos al contenedor.

# ¿Sabías que? - Vidrio

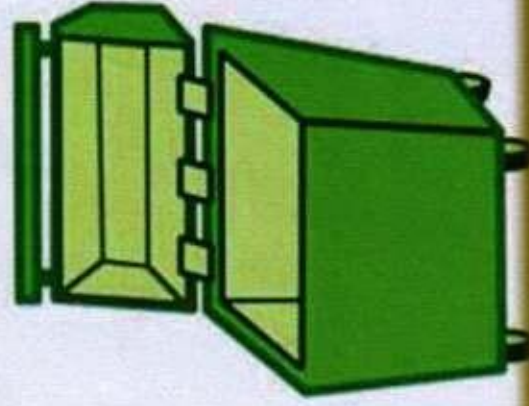


# Consejo


Paso  
3

**Recuerda!**


Con estos calores, después de tomar una bebida refrescante en botella de vidrio, debes de reciclar el envase.



# Reciclaje – Plástico y Metal



El plástico y metal se colocan en contenedor Amarillo.



SI

- \*Latas de bebidas, aerosoles, platos y bandejas de aluminio, entre otros. Bolsas y envoltorios de aluminio.
- \*Envases de plástico para alimentación (botellas, vasos, platos y cubiertos plásticos, tapas y tapones de plástico, etc), productos de aseo y limpieza, bolsas y envoltorios de plástico como las bolsas de cacao.

NO


- \*Materia orgánica.
- \*Envases de vidrio
- \*Papel y cartón
- \*Juguetes, pallas
- \*Electrodomésticos
- \*Guantes de goma
- \*Utensilios de cocina
- \*Cajas de fruta
- \*Cubos de plástico
- \*Baterías

**Recomendación:** Enjuague, limpie los envases y aplástelos para reducir su volumen antes de tirarlos al contenedor. Quite las etiquetas ya que estas pueden ser de otro material.



# ¿Sabías que? - Plástico

**CON CUATRO BOTELLAS RECICLADAS SE AHORRA LA ENERGÍA QUE CONSUME UN REFRIGERADOR DURANTE 24 HORAS**



**CADA BOTELLA RECICLADA EVITA CONSUMIR ELECTRICIDAD QUE NECESITA UNA BOMBILLA DE 100 WATTS DURANTE 4 HORAS**

# ¿Sabías que? - Metal

## Producción de nuevos metales

Por cada tonelada de metal reciclado que se usa



Se ahorra



500 KG de carbón



70% de energía



40% del agua

El reciclaje de 1 lata de aluminio



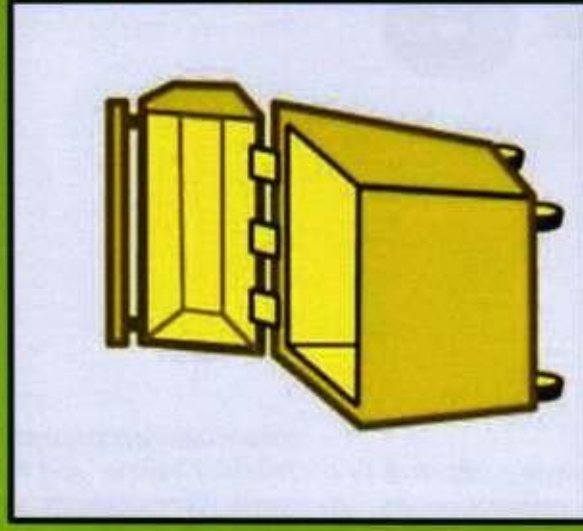
Ahorra suficiente energía

Para hacer funcionar un TV por 3 hr y 1/2



**Recuerda!**

Después de comer un riquísimo quesillo en bolsa, no olvides enjuagar la bolsa y reciclarla.



# Reciclaje – Papel y Cartón

El metal se coloca en contenedor Azul

SI

- \*Periódicos y revistas
- \*Propaganda
- \*Cajas pequeñas de cartón (galletas, cereales, detergente)
- \*Envases de cartón para huevos
- \*Bolsas de papel

NO

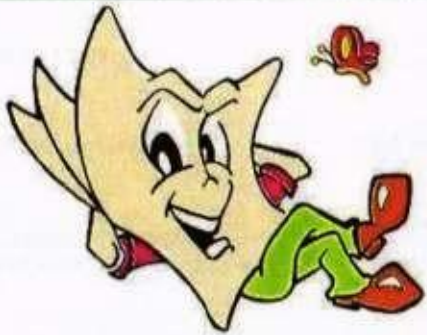
- \*Tetra packs
- \*Pañales
- \*Papeles sucios o papeles encerados, metalizados o plastificados

**Recomendación:** Enjuague, limpie el cartón y aplástelos para reducir su volumen antes de tirarlos al contenedor.. En el caso del papel procure depositarlos



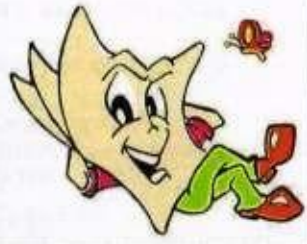
# ¿Sabías que? - Papel y Cartón

Paso  
3

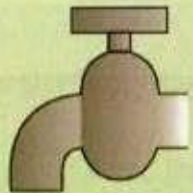


Para fabricar una tonelada de papel	Materia prima <small>kg m<sup>3</sup> madera árboles</small>	Consumo de agua <small>litros</small>	Consumo de energía <small>Kw/h Tep</small>	Generación de residuos <small>Kg</small>
<b>Papel de fibra virgen, pasta química</b>	 3,5 m <sup>3</sup> 14 árboles 2.300 kg	 15 m <sup>3</sup>	 9.600 kw/h 0,4 tep	 1.500 kg
<b>Papel reciclado</b>	 1.250-1.400 kg papel usado	 8 m <sup>3</sup>	 3.600 kw/h 0,15 tep	 100 kg

# ¿Sabías que? - Papel y Cartón



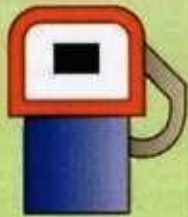
Por cada tonelada de Tetra Pack reciclado ahorramos



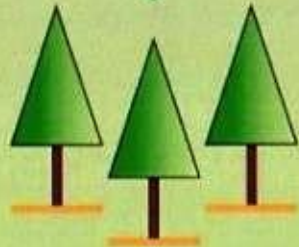
100.000 litros de agua



3.000 kW de energía eléctrica



221 kg de fuel-oil



1.500 kg de madera



en tratamiento y eliminación de residuos municipales

## Reciclar es fácil sigue estos 4 pasos



# Ya separaste y clasificaste la basura inorgánica, ¿qué sigue?



Es sencillo,  
tienes tres  
opciones:

## Donar

Por ejemplo, el papel se lo puedes entregar a un centro de acopio

## Vender

Existen empresas que compran desechos sólidos

## Entregar

Puedes entregarla a los camiones recolectores del municipio. Debes escribir en cada bolsa que tipo de desecho es



## ¿Sabías qué?



Aproximadamente el 65 por ciento de la basura de un mexicano promedio es orgánica



De acuerdo con la Encuesta de Ingresos y Gastos del INEGI una familia promedio mexicana gasta mensualmente el 25.6% de sus ingresos en alimentos y bebidas no alcohólicas



México exportó en 2011 y 2012 en promedio 7.7 millones de dólares en desechos reciclables



# Y Recuerda



Parte del cuidado del medio ambiente está en los pequeños detalles, todos podemos aportar nuestro granito de arena en la protección de las especies en peligro de extinción.



**NO COMAS HUEVOS DE TORTUGAS.** ¿Sabías que de cada 1,000 huevos solo uno llega a edad adulta?, por lo cual si los consumes, en un futuro no muy lejano ya no tendremos tortugas marinas.



**NO COMPRES NI USES JOYAS DE CAREY.** ¿Sabías que las Tortugas Carey se encuentran en peligro crítico de extinción?, solo quedan 500 hembras en el Pacífico Oriental.