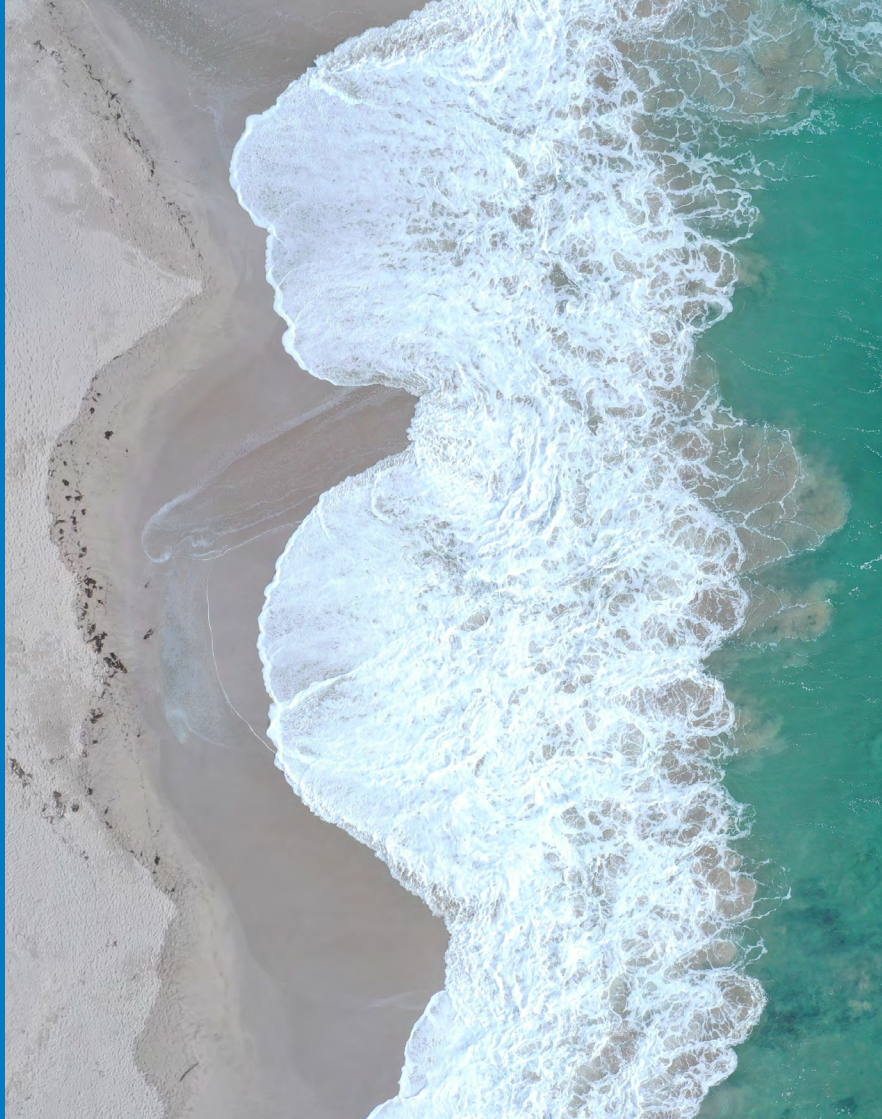


Que lo único que quede en la playa sea tu nombre escrito en la arena

Guía de buenas prácticas para
proteger nuestros arenales y
contribuir a mantener nuestra
Galicia azul y verde



Sogama

El problema:

impacto de los residuos en las playas

Los residuos generados por la actividad humana provocan un grave impacto ambiental en nuestras playas. Esta acumulación de desechos **degrada los ecosistemas** de la costa, **amenaza la biodiversidad** marina y pone en riesgo directo la salud de los propios usuarios y bañistas.

Es crucial recordar que **el 80% de la basura marina se origina en tierra firme, acumulándose tanto en la superficie como en los fondos marinos**. Elementos cotidianos como plásticos, envases y colillas no solo ensucian el entorno visual, sino que lo contaminan al liberar sustancias tóxicas al degradarse.





Consecuencias



Microplásticos en la cadena alimentaria: el sol fragmenta el plástico que luego consumen los peces.

Peligro para la fauna: los animales marinos mueren por ingesta de plástico o asfixia.

Destrucción de hábitats: las especies vegetales nativas se ven desplazadas por la alteración del hábitat.

Riesgo para la salud pública: cristales, jeringuillas y otros desechos representan un riesgo directo para la seguridad y la salud de las personas.

Pérdidas económicas: las playas contaminadas ahuyentan el turismo y dañan a la pesca local.

Buenas prácticas

No podemos controlar todos los incidentes en la playa, pero evitar el abandono de residuos en la arena es **responsabilidad de cada uno de nosotros.**



1º Fase. Antes de ir a la playa: **PLANIFICA**



Prioriza productos reutilizables: botellas de acero inoxidable, cubiertos de madera y fiambreras de vidrio.



Sin envoltorios plásticos: retira los embalajes plásticos innecesarios de los alimentos antes de salir de casa.



Lleva bolsas de tela o mochilas para transportar tus pertenencias.



Que tus productos de cuidado personal no contengan microplásticos.



Opta por cosmética biodegradable: elige protectores solares minerales con óxido de zinc o dióxido de titanio.



Cenicero portátil: no fumes, pero si lo haces, mete en tu mochila un bote pequeño con tapa para la ceniza y colillas.





2ª Fase. En la playa:

DISFRUTA SIN DAÑAR



Que no vuelen los residuos: sujeta las bolsas a la sombrilla o silla para que no se desplacen con el viento.



Orgánicos a la bolsa: guarda las cáscaras de fruta y restos de comida para su posterior gestión.



Duchas sin jabón: usa el agua de las duchas públicas solo para quitarte la sal y la arena.



Respetar la biodiversidad: no captures cangrejos, medusas ni estrellas de mar, y evita pisar las dunas protegidas.



No recojas recuerdos: deja las conchas, piedras y fragmentos de coral en su lugar. Estos elementos proporcionan refugio a especies como los cangrejos ermitaños, estabilizan la costa contra la erosión y, al degradarse, liberan nutrientes esenciales que mantienen el equilibrio químico del mar.



Llévatelo todo: recoge absolutamente todo lo que lleves a la playa.

3ª Fase. Cuando te vayas:

QUE TU PASO POR LA PLAYA SEA INVISIBLE



Revisa el entorno: haz un rastreo visual para comprobar si olvidas algo.



Presta atención a la basura invisible: tapones pequeños, gomas elásticas o pajitas que se hayan enterrado.



Separa los residuos y deposítalos en los contenedores de reciclaje correspondientes: si no los tienes cerca o están llenos, guárdalos hasta que encuentres otros disponibles.



Contribuye a la limpieza: recoge al menos tres elementos plásticos ajenos que encuentres de camino a la salida.



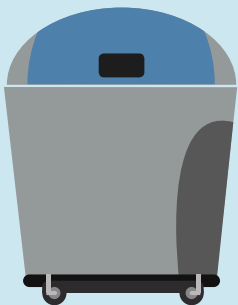
Mantén tu equipamiento: enjuaga y limpia tus pertenencias en casa para evitar trasladar especies invasoras microscópicas a otras zonas.



Recuerda

CONTENEDOR AZUL

PAPEL Y CARTÓN



SÍ

Periódicos y revistas, cuadernos y libros, papel de embalar, cajas de cartón, ...

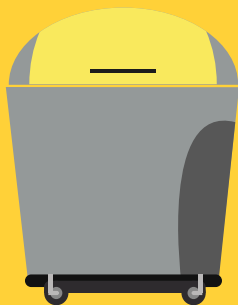
NO

Servilletas de cocina, papeles sucios o con restos de grasa.

RECUERDA: *Aunque lleven cartón, los briks deben ir al contenedor amarillo ya que contienen plástico y aluminio.

CONTENEDOR AMARILLO

ENVASES



SÍ

Briks, latas de conserva, bolsas de plástico, botellas y envoltorios de plástico, tapones de plástico y metal.

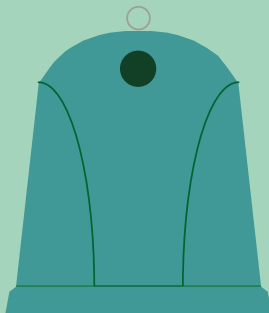
NO

Mecheros, envases de medicamentos, bolígrafos y sacapuntas,...

RECUERDA: *No todos los objetos fabricados con plástico deben depositarse en este recipiente.

IGLÚ VERDE

ENVASES DE VIDRIO



SÍ

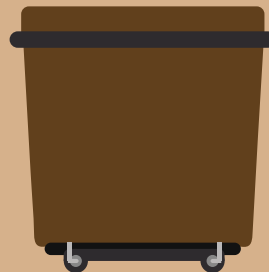
Botellas, frascos y tarros de vidrio.

NO

Tapas, corchos, vasos, copas, espejos y bombillas.

CONTENEDOR MARRÓN

MATERIA ORGÁNICA



SÍ

Restos de comida, cáscaras de huevo, posos de café, hojas secas...

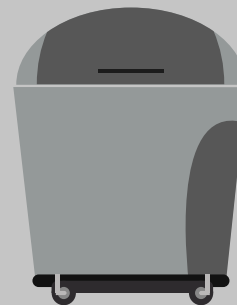
NO

Aceite de cocina, pañales, compresas, tampones, restos de poda y colillas de tabaco.

CONTENEDOR GENÉRICO

(VERDE O GRIS)

FRACCIÓN RESTO



SÍ

Mascarillas y compresas, servilletas de papel, toallitas desechables, bastoncillos, pañales, colillas, ...

NO

No debemos introducir en él materiales que puedan ser reciclados y que, por lo tanto, debemos depositar en otros contenedores o puntos de recogida.



Xacobeo  2027

Elige bien la huella que quieres dejar.



SOGAMA.GAL