

# ECOFEMINISMO

¡SALVEMOS NUESTRO PLANETA!



## ¿QUÉ ES Y QUÉ IMPLICA?

Es el encuentro entre el feminismo y el ecologismo. El movimiento feminista implica que las mujeres que tradicionalmente no tenían un papel protagonista en la sociedad lo tengan ahora. Debido a la importancia cada vez mayor de las mujeres en la sociedad actual, es imprescindible una mayor concienciación de las mujeres en todos los ámbitos de su vida. Hay que avanzar hacia un feminismo con conciencia ecológica que permita trabajar a la vez en el respeto por la naturaleza y la igualdad de géneros.



DESCUBRE MÁS  
SOBRE EL  
ECOFEMINISMO

PRESTAD ATENCIÓN, MUJERES, CREAMOS UN GRAN IMPACTO MEDIO AMBIENTAL

NUESTRO PAPEL: REDUCIENDO NUESTRA HUELLA ECOLÓGICA

No es necesario ser una “ecoguerrera” para luchar por la preservación del planeta. Debemos y podemos reducir nuestra huella ecológica como seres humanos y especialmente como mujeres. Los estudios dicen que el 55% de las mujeres europeas toman la decisión sobre los productos del hogar en un y tercio se toman en pareja. La mujer tiene en sus manos la posibilidad de que un 70% de los hogares europeos realicen un consumo sostenible. Para ello nos centramos en algunos productos:

### ROPA: problemas y acciones.

- Sobreexplotación de recursos en la producción de ropa:** Arjen Hoekstra estima que para fabricar una camiseta de algodón de 250 gr se usan unos 2.900 litros de agua, unos pantalones vaqueros de 1 kg 11.800 litros
- Toxicidad:** Los tintes sintéticos usan metales pesados y tóxicos.
- ¿Soluciones para una moda sostenible?** Materiales más sostenibles, mirar el etiquetado, conocer las marcas respetuosas con el medio ambiente. Elegir algodón ecológico o reciclado y tintes naturales. El uso de ropa de segunda mano.



### HIGIENE ÍNTIMA

La gran mayoría de productos para la higiene femenina que hay en el mercado, están hechos con plástico. “Celulosa súper absorbente, sistemas de control del olor, productos básicamente químicos”. Este mercado mueve 3.500 millones de euros al año. Y genera una gran contaminación.



#### ¿QUÉ TIPOS DE PRODUCTOS DEBEMOS ELEGIR?

- Tampones elaborados con algodón e hipoalergénicos
- Compresas ecológicas fabricadas con algodón orgánico. Que no sean testadas en animales. Que estén libres de perfumes y parabenos.
- Salvaslips elaborados con algodón 100% natural y ecológico. Además, deben ser totalmente biodegradables y compostables.
- Copas menstruales, un método bueno para el bolsillo, para el cuerpo y el medio ambiente. La copa menstrual es una alternativa a los productos desechables de higiene íntima, limpia e higiénica.

### COSMÉTICOS: principales peligros.

Las Microesferas son partículas que se mezclan en nuestros productos cosméticos. El problema principal de las microesferas es que por su reducido tamaño no pueden ser eliminadas mediante el tratamiento de las agua y terminan en ríos y océanos.

Un alto porcentaje de los peces que ingerimos tienen en su interior micropartículas de plástico. Afortunadamente la Unión Europea ha tomado medidas contra el impacto ambiental de las microesferas. Nosotros debemos evitar el consumo de estos productos.

Productos tóxicos. La media europea de consumo es de 17 productos cosméticos al día, Muchas de estos están hechos con sustancias muy contaminantes para el aire, el agua y el suelo. que generan un gran impacto en el medioambiente.

#### ¿QUÉ TIPOS DE PRODUCTOS DEBEMOS ELEGIR?

Cosmética Raw: sus productos tienen una procedencia ecológica: aceites vírgenes, frutas, semillas y demás componentes en los que no hay presencia alguna de pesticidas u otros químicos nocivos. Además los envases son libres de plásticos y en muchos casos los productos son sólidos para reducir el embalaje.



¡CUÍDATE  
CUIDANDO EL  
PLANETA!



## EL PLANETA ESTA EN NUESTRAS MANOS



### ¡AYUDA A REDUCIR LA CONTAMINACIÓN!

Empieza por pequeños cambios en tu vida cotidiana, como la reducción del plástico.

¡UN PEQUEÑO PASO PARA UNA MUJER, UN GRAN SALTO PARA EL PLANETA!

