

TV-OFF

El Futuro del Planeta Está en tus Manos

Desde 2010 la humanidad necesita los recursos de 1,5 planetas para cubrir sus necesidades y la población mundial sigue creciendo. Los países actualmente en desarrollo aumentan su poder adquisitivo y demandan cada vez más comodidades iguales a las que disfrutaban los países desarrollados, por lo que, si nada cambia, todos los ecosistemas del planeta sufrirán un colapso irreparable en el futuro. Para WWF esta es una cuestión urgente que todos tenemos que asumir. Por ejemplo, si todos viviéramos como el estadounidense medio, necesitaríamos casi 5 planetas para cubrir nuestras necesidades. Por tanto, es importante que cambiemos nuestros hábitos de vida hacia unos más sostenibles y saludables, tanto para el planeta, como para nosotros.⁽¹⁾

Cada año se venden en el mundo unos 220 millones ⁽²⁾ de televisiones, cuyo



Fuente: WWF

consumo energético asciende a más de 250TWh/año. Esto supone la emisión a la atmósfera de 200MtnCO₂eq.⁽ⁱ⁾ Además, la fabricación de las televisiones requiere el consumo de importantes cantidades de materias primas, como metales (cobre, oro, mercurio, plomo, etc.), la fabricación de plástico y de cristales y

el consumo de energía. Dicho consumo, en combinación con la rápida renovación de estos aparatos, especialmente en los países desarrollados, contribuye al aumento de la huella ecológica de la humanidad, tanto por la fabricación creciente de más aparatos, como por la generación de residuos electrónicos que, en su mayoría, no se reciclan correctamente. Este hecho tiene como resultado la contaminación de la tierra, el agua y la atmósfera con materiales altamente tóxicos y nocivos, no solo para el medio ambiente, sino también para la salud humana. En concreto, cada año se generan más de 50M de toneladas de residuos electrónicos mundialmente, de los cuales solo el 13% ⁽³⁾ se recicla adecuadamente.

ⁱ Calculado con la media mundial de mix energéticos, 800grCO₂eq./Kwh (Fuente: IEA)



En España, la televisión, a pesar de que su consumo registró un leve descenso en los últimos años, debido principalmente al aumento del uso del internet, sigue siendo una de las opciones de empleo del tiempo libre más populares para los españoles. De hecho, prácticamente todos los hogares españoles disponen al menos un receptor de televisión y su uso abarca a casi el 90% de la población de todas las edades. En 2014 el promedio de consumo televisivo era de 239 minutos por persona y día, la tercera cifra más elevada desde que la televisión llegó a los hogares españoles. ⁽⁴⁾

La televisión es un invento muy relevante en la historia de la humanidad y una herramienta con un potencial informativo y didáctico muy importante, aunque no siempre se le da un buen uso. Como transmisora de modelos, en muchas ocasiones se aleja de los principios básicos de responsabilidad ambiental y social. Diferentes estudios han demostrado los efectos perjudiciales que provoca un consumo excesivo de la televisión, sobre todo en menores y adolescentes: comportamientos y réplicas de estereotipos, problemas de obesidad ligados con la tendencia a comer alimentos poco sanos y altamente calóricos durante su visionado, reforzados por la propia publicidad ^{(5) (6)}.

WWF propone para un consumo responsable:

1. Si no tienes televisión, analiza bien si te hace falta una. .
2. Es recomendable no instalar la televisión en los dormitorios. En general, lo ideal sería tener la menor cantidad posible de dispositivos en casa.

3. Reduce el tiempo que ves la televisión. Especialmente los niños no deberían ver la tele más de 1-2 horas al día y solo programas educativos. Además de mejorar tu salud y la de tus hijos, beneficiarás a tu bolsillo y al medio ambiente, ya que reducirás el consumo energético de este aparato.
4. Utiliza el tiempo libre para otras actividades que estimulan positivamente la mente y el cuerpo y sean respetuosas con el medio ambiente, como por ejemplo hacer deporte, leer, aprender artes, ir al teatro y al cine, apoyar entidades de conservación de la naturaleza, crear o participar en un huerto urbano u otros espacios que impulsen las actividades socioculturales y ambientales colectivas, etc. Todas estas actividades son importantes para crear comunidades más vibrantes que fomenten unos estilos de vida saludables para las personas y para el planeta.

No obstante, si de verdad necesitas adquirir una televisión deberías tener en cuenta las siguientes consideraciones:

- Todas las televisiones que se venden tienen que llevar el certificado de eficiencia energética de la UE. La clasificación de la eficiencia energética de estos aparatos varía entre A+++ (más eficientes) y G (menos eficientes). Por tanto, los modelos de categoría solo A o solo B no son los más eficientes que existen en el mercado.
- En los últimos 10 años el tamaño de las pantallas de la televisión se ha duplicado. En términos generales, cuanto más grande es la pantalla, más energía necesita para funcionar. Además, en la selección de un televisor se debe tener en cuenta el espacio disponible en cada casa. Por ejemplo, para una tele de 32" la distancia mínima de visualización es de 1,4 metros, mientras para una de 50" es de 2,2 metros. Por tanto, antes de comprar una televisión, es importante estudiar bien su ubicación puesto que la televisión más grande no siempre es la más adecuada.

ratio pantalla 16:9			
Diagonal (pulgadas)	Ancho de la pantalla (centímetros)	Distancia mínima (metros)	Distancia máxima (metros)
20	30,48	0,68	1,69
26	57,56	1,14	2,86
32	70,84	1,39	3,47
37	93,98	1,63	4,07
40	88,55	1,76	4,4
42	92,98	1,85	4,62
46	101,83	2,02	5,06
50	110,69	2,2	5,5
ratio pantalla 4:3			
14	28,45	0,57	1,43
21	42,67	0,85	2,14
25	50,8	1,02	2,55
29	58,93	1,18	2,96

Ilustración 1. Tabla sobre distancias óptimas de visualización de televisores (Fuente: Society of Motion Picture & Television Engineers, SMPTE)

- Elige una televisión LED. Las pantallas LCD con retroiluminación LED son la tecnología más eficiente que existe en el mercado en estos momentos. Son similares a las pantallas LCD (Pantallas de Cristal Líquido), pero utilizan iluminación LED, que ahorra más energía en relación con la tecnología fluorescente que se utiliza en las LCD.
- Apaga tu televisión y desconéctala cuando no la utilizas. La televisión es el tercer aparato que más energía consume en cada hogar. El consumo anual medio llega a los 260Kwhⁱⁱ. Además, el consumo “fantasma” de *standby* es responsable del 11% de la factura eléctrica de un hogar español. Apagar la televisión por completo cuando no se ve, puede ahorrar este gasto. Hoy en día, hay maneras muy fáciles para acabar con el consumo *standby* de varios equipos. Muchas de las regletas que utilizamos llevan un interruptor: cuando se apaga se corta por completo la corriente que llega a los equipos y por tanto se acaba el consumo *standby*. Además hay regletas “inteligentes” que cuando apagamos nuestra televisión con el mando a distancia cortan automáticamente la corriente que llega hasta ella eliminando el *standby*.

ⁱⁱ Fuente OCU. <http://bit.ly/1GVcXE6>



Ilustración 2. Regleta “inteligente” con apagado automático

- Cambia los ajustes de tu televisión. Cuando compras una televisión viene con unos ajustes de brillo más altos de los necesarios. Reduciendo el brillo de la televisión puedes reducir significativamente su consumo energético.
- Muchas de las nuevas televisiones tienen un sensor de luz ambiental que ajusta la luz de la televisión según la de la habitación. Viendo la televisión con las luces de la habitación apagadas se puede ahorrar entre un 30% y un 50% de la energía si está el sensor encendido.
- Utiliza tu televisión actual hasta el final de su vida útil, que es aproximadamente de 10 años, y no compres una nueva cada vez que se actualiza la tecnología. La fabricación de las televisiones es un proceso que necesita el empleo de una importante cantidad de energía y recursos naturales. Utilizando tu televisión durante un largo periodo de tiempo contribuyes a la reducción de la huella ecológica de este producto.
- Si decides comprar una nueva televisión, recicla la antigua adecuadamente, a través de los puntos limpios que hay en tu localidad. Los equipos de televisión contienen elementos dañinos (p.ej. metales pesados) para el medio ambiente y para la salud humana y por tanto tienen que reciclarse correctamente después del fin de su vida útil.

Bibliografía

1. **Informe del Planeta Vivo. WWF, 2014. <http://bit.ly/1zww1tk>**
2. **Green Gadgets: Designing the Future. The Path to Greener Electronics. Greenpeace, 2014. <http://bit.ly/1uHihjj>**
3. **Transnational Organized Crime in East Asia and the Pacific. UNODC, 2010. <http://bit.ly/1NH9076>**
4. **Análisis Televisivo 2014. Barlovento, 2014. <http://bit.ly/1y3rDLQ>**
5. **“La influencia de la nueva televisión en las emociones y en la educación de los niños”. Dr. Serafin Aldea Muñoz, Revista internacional de Psicología Vol. 5, N°2, 2004 <http://bit.ly/1RKzBPS>**
6. **Television Watching and “Sit Time”. Harvard T.H. Chan. School of Public Health, 2014. <http://bit.ly/1hrtNZU>**