

## Pequeños cambios, gran impacto: 7 pasos para una vida más ecológica

**El movimiento 'Julio Sin Plástico' ha ganado una enorme popularidad en los últimos años, demostrando que cada vez más personas están comprometidas con un estilo de vida más sostenible. EzeeTabs se une a la lucha contra el plástico en el marco de 'Julio Sin Plástico'**

EzeeTabs, la innovadora empresa dedicada al desarrollo de productos de limpieza sostenibles, se suma al movimiento global 'Julio Sin Plástico' con el lanzamiento de sus tabletas de limpieza biodegradables. Desde su fundación en 2022, EzeeTabs ha trabajado incansablemente para ofrecer soluciones de limpieza efectivas y respetuosas con el medio ambiente.

Según datos del Ministerio para la Transición Ecológica y el Reto Demográfico, en España se consumen alrededor de 13,6 millones de toneladas de plástico al año, de las cuales 1,1 millones de toneladas son de un solo uso. Esto significa que cada español consume, de media, 22,7 kg de plástico de un solo uso al año.

Las tasas de reciclaje de plástico de un solo uso en España son todavía bajas. En 2020, solo se recicló el 58% de este tipo de plástico, mientras que el objetivo europeo es alcanzar el 65% para 2025.

El movimiento 'Julio Sin Plástico' ha ganado una enorme popularidad en los últimos años, demostrando que cada vez más personas están comprometidas con un estilo de vida más sostenible. Aunque puede parecer abrumador, la adopción de hábitos ecológicos es más sencillo de lo que se imagina. Empezando por el hogar, donde pequeños cambios pueden marcar una gran diferencia.

### 1. Ahorrar agua, salvar el planeta

Además de ser beneficioso para el medio ambiente, ahorrar agua también supone un ahorro económico. Optar por duchas cortas en lugar de baños prolongados, utilizar el lavavajillas en lugar de lavar los platos a mano y asegurarse de que los grifos no goteen. Invertir en grifos con eco-botones y duchas con aireadores también puede reducir el consumo de agua. Aprovechar el agua de lluvia recolectada en barriles para regar las plantas también es una buena idea.

### 2. No al desperdicio de comida

El desperdicio de alimentos es un problema grave, especialmente en los países desarrollados. Planificar las comidas, hacer listas de la compra y evitar ir al supermercado con hambre para reducir el derroche. Revisar las fechas de caducidad, congelar los alimentos sobrantes o reinventarlos en nuevas recetas son ideas para no tirar comida. Si sobre sobra mucha, siempre es posible considerar donarla a quienes más lo necesitan.

### 3. Reducir el plástico, aumentar la consciencia

El consumo de plástico es alarmante: se estima que se utiliza un millón de botellas de plástico por minuto. Para combatir este problema, se puede comenzar con pequeñas acciones como evitar bolsas, cubiertos y utensilios de plástico desechables. Optar por bolsas reutilizables, pajitas y vasos metálicos. Si es posible, elegir siempre productos libres de plástico y con envases biodegradables.

En cuanto a la limpieza, las tabletas EzeeTabs ofrecen una alternativa sostenible. Estas tabletas holandesas se disuelven en agua, creando un limpiador multiusos sin necesidad de botellas de plástico.

#### 4. Comprar ropa con consciencia

La moda sostenible empieza por la elección de prendas de calidad que duren más de una temporada. Optar por ropa de segunda mano, apoyar marcas que utilizan materiales ecológicos y reciclar, reutilizar o donar la ropa que ya no se use son medidas para apoyar un mundo más sostenible.

#### 5. Separar los residuos

La correcta separación de residuos es esencial para un estilo de vida ecológico. Separar plástico, vidrio, papel, orgánico y otros materiales. Siempre utilizar contenedores de reciclaje adecuados y devolver las baterías y equipos electrónicos a los puntos de recogida correspondientes.

#### 6. Elegir productos naturales

Optar por cosméticos y detergentes naturales, libres de microplásticos y otras sustancias dañinas. Incluso es posible producir sus propios productos ecológicos para reducir la cantidad de químicos en el hogar y en el medio ambiente.

#### 8. Ahorrar energía

Elegir electrodomésticos eficientes, reemplazar las bombillas tradicionales por LED y aislar el hogar. Evitar dejar los aparatos electrónicos en modo de espera y desenchufar los cargadores cuando no estén en uso. Además de ayudar al planeta, se ahorrará en la factura de la luz.

Cabe recordar que pequeños cambios pueden marcar una gran diferencia. La adopción de hábitos ecológicos no solo beneficia al medio ambiente, sino también a la salud y bienestar. "Únete al movimiento y construyamos un futuro más sostenible juntos".

#### **Datos de contacto:**

Montse  
EzeeTabs  
667242368

Nota de prensa publicada en: [Barcelona](#)

Categorías: [Nacional](#) [Cataluña](#) [Ecología](#) [Consumo Sostenibilidad](#)

---

**NotasdePrensa**

<https://www.notasdeprensa.es>