



PREGUNTAS ANTES DE CONSUMIR

Las preguntas que nos deberíamos plantear cuando consumimos son:

1) ¿Cuál es la necesidad exacta que necesito cubrir? ¿Es una necesidad realmente o sólo un impulso emocional motivado por el marketing?

2) ¿Cuál es la mejor opción para satisfacer esa necesidad? ¿Se trata de un producto, de un servicio o de una “acción”?

3) ¿Cuál es el producto/servicio que más beneficios me va a aportar en el momento de consumirlo y también a largo plazo? ¿Con que frecuencia o durante qué período lo necesito?

4) Dentro del tipo de producto seleccionado ¿Cuál es el producto que más contribuye al Bien Común?

5) ¿Necesito tener el producto en propiedad? ¿Puedo adquirirlo de 2º mano (siempre que se trate de una fuente fiable, asegurándonos que no sea robado...), comprarlo entre varias personas (asociación, comunidad de vecinos) o alquilarlo?

6) ¿Cuál es la mejor empresa (en relación a su contribución al Bien Común) que puede proveernos del producto?

7) ¿Cuál es el transporte a utilizar que más beneficia (o menos perjudica) al medioambiente?

8) ¿Cuál es la mejor forma de pagar?

9) ¿Realmente estoy usando el producto que he comprado?

10) ¿Puedo reutilizar y/o reciclar una vez que el producto a perdido su utilidad principal o una vez que ya no lo necesito?



Explicaciones y comentarios sobre las preguntas

1) ¿Cuál es la necesidad exacta que necesito cubrir? ¿Es una necesidad realmente o sólo un impulso emocional motivado por el marketing?

Debemos plantearnos si tenemos alguna necesidad antes de consumir, ya que hay muchas veces que puede que no necesitemos nada más de lo que ya tenemos.

En muchas ocasiones, se consume de manera impulsiva para satisfacer un deseo o una carencia a nivel interno.

2) ¿Cuál es la mejor opción para satisfacer esa necesidad? ¿Se trata de un producto, de un servicio o de una “acción”?

En muchas ocasiones, las necesidades no se satisfacen con productos. Puede ser que se requiera de un servicio, o incluso que no se requiera de ninguna de las dos cosas, sino de una “acción”. Por ejemplo, si tenemos una necesidad emocional, evidentemente, un producto (físico) que compremos no puede cubrirla, pero una terapia (servicio) sí que puede ayudarnos. Pero también hay que considerar que una “acción”, como por ejemplo, la práctica continuada de actividad física (por ejemplo hacer deporte) o/y mental (por ejemplo técnicas de meditación o relajación) podría cubrir dicha necesidad. Puede haber acciones que solucionan la necesidad en ese momento (“acción curativa”) o que previenen de que exista la necesidad en el futuro (“acción preventiva”). También puede que se requiera de un producto y una acción (combinados), o de dos acciones, una “curativa” y otra “preventiva”. Para ampliar información, consulta los ejemplos concretos al final de este documento.

3) ¿Cuál es el producto/servicio que más beneficios me va a aportar en el momento de consumirlo y también a largo plazo? ¿Con que frecuencia o durante qué período lo necesito?

Consideremos los beneficios y perjuicios que nos puedan aportar cada uno de los posibles producto o servicios que vaya a elegir consumir, tanto en términos de salud como en términos de vida útil o aprovechamiento del producto, evitando en este caso comprar productos con “obsolescencia programada” en caso de productos no fungibles (productos que no se pierden, transforman o degradan tras ser utilizados).



4) Dentro del tipo de producto seleccionado ¿Cuál es el producto que más contribuye al Bien Común?

Seleccionemos el producto que más beneficios (o menos perjuicios) puede generar para para la sociedad y para el medioambiente (ecológico, comercio justo, local,...) en lugar del convencional, siempre que exista la alternativa.

5) ¿Necesito tener el producto en propiedad? ¿Puedo adquirirlo de 2º mano (siempre que se trate de una fuente fiable, asegurándonos que no sea robado...), comprarlo entre varias personas (asociación, comunidad de vecinos) o alquilarlo?

Reducir nuestro consumo es una de las vías hacia la sostenibilidad ambiental. En muchas ocasiones no es necesario que compremos algo en propiedad, sobre todo si va a tener un uso reducido. Y posiblemente tampoco necesitamos que sea de primera mano. Consulta en nuestra web las empresas relacionadas: empresas de segunda mano y reciclaje, alquiler de herramientas, etc.

6) ¿Cuál es la mejor empresa (en relación a su contribución al Bien Común) que puede proveernos del producto?

Seleccionemos la empresa que más contribuya al Bien Común, basándonos en indicadores de valores, como el “Balance del Bien Común” siempre que sea posible, y si no lo fuera, en otros indicadores sociales o en el conocimiento directo que podamos tener de la empresa a la que compramos.

Consideremos también la distancia a la que nos desplazamos para realizar la compra en el caso de que utilicemos un medio de transporte que consuma combustibles fósiles.

7) ¿Cuál es el transporte a utilizar que más beneficia (o menos perjudica) al medioambiente?

Con el objetivo de tener menos necesidad de compra y mantenimiento de medios de transporte, y de reducir el gasto energético y la emisión de gases procedentes de combustibles fósiles, tendríamos el siguiente en orden de preferencias en cuanto a los transportes:

Andando → bici → vehículo eléctrico → transporte público (autobús/tranvía → taxi) → vehículo (con motor de combustión) privado compartido → vehículo (con motor de combustión) privado personal.



8) ¿Cuál es la mejor forma de pagar?

- En efectivo o con tarjeta. Desde las organizaciones de consumidores se insta a que se pague en efectivo para que las entidades bancarias habituales (no éticas) no ganen comisiones.
- Pago con tarjeta procedente de banca ética.
- Pago con moneda social. Aunque es un tema complejo, la moneda social puede ayudar a aquellas personas o comunidades más desfavorecidas.

9) ¿Realmente estoy usando el producto que he comprado?

Asegurémonos de darle uso a lo que se ha comprado, y en caso de que no se necesite, procuremos que alguien pueda usarlo, donándolo o vendiéndolo. Esto es válido tanto para objetos como para alimentos. Y este último punto es de especial interés, puesto que actualmente desaprovechamos una gran cantidad de los alimentos que compramos (en Europa se desaprovecha la mitad de los alimentos que se producen).

Consulta las empresas de reciclaje y organizaciones sociales en nuestro listado.

10) ¿Puedo reutilizar y/o reciclar el producto una vez que ha perdido su utilidad principal o una vez que ya no lo necesito?

Una vez que el producto haya perdido la utilidad principal para lo que estaba diseñado, constituye un material que ha de ser reutilizado, bien mediante otro uso o bien mediante el reciclaje. Hoy en día, prácticamente todo se puede reciclar. Consulta nuestro informe sobre cómo reciclar.



Ejemplos prácticos

Ejemplo 1

1) ¿Cuál es la necesidad exacta que necesito cubrir?

Necesidad: eliminar la sensación de sueño (al despertar o durante el día)

2) ¿Cuál es la mejor opción para satisfacer esa necesidad? ¿Se trata de un producto, de un servicio o de una “acción”?

La mejor opción (producto/servicio/acción) podría ser un producto, pero consideremos también las acciones:

2.a - Producto que elimine la sensación de sueño. No obstante, hagamos también la reflexión de que hasta el s. XVI el ser humano ha podido vivir sin estas sustancias.

- Extractos de plantas: Café, Té.
- Refresco con cafeína o teína: Bebida de cola, de té o similar
- Bebida energizante: Bebida con estimulantes (taurina o similar) y azúcares

2.b - Acción “curativa”

- Salir a pasear o hacer deporte
- Hacer una actividad física en casa: un estiramiento, un ejercicio dinámico, una postura de yoga (apertura),...

2.c - Acción “preventiva”

- Procurar hábitos de sueño adecuados (dormir 7-8 horas)
- Reducir el nivel de estrés (mediante técnicas de relajación, respiración, yoga, meditación,...)

3) ¿Cuál es el producto/servicio que más beneficios me va a aportar en el momento de consumirlo y también a largo plazo?

En caso de elegir un producto, puede que convenga más una bebida con propiedades diuréticas o antioxidantes (té, café) en lugar de una bebida azucarada para no provocar un pico de insulina (que puede generar una respuesta inflamatoria en el organismo), y no almacenar calorías en exceso. Los consumidores también debemos ser responsables de nuestra salud, porque en la medida que enfermamos, también tendremos más necesidades, y por tanto, más consumo.

4) Dentro del tipo de producto seleccionado ¿Cuál es el producto que más contribuye al Bien Común?

Por ejemplo, si elijo té, que sea ecológico, de comercio justo, y si fuera posible (aunque para este tipo de productos es más difícil), de procedencia local.



5) ¿Necesito tener el producto en propiedad? ¿Puedo adquirirlo de 2º mano (siempre que se trate de una fuente fiable, asegurándonos que no sea robado...), comprarlo entre varias personas (asociación, comunidad de vecinos) o alquilarlo?

No procede

6) ¿Cuál es la mejor empresa que puede proveernos del producto?

¿Qué empresas venden té ecológico y de comercio justo? Con ayuda del listado de empresas de esta página web, seleccionemos aquellas empresas que se comporten de manera más ética, contribuyendo en mayor medida al bien común, en lugar de comprarlo, por ejemplo, en una gran superficie que no se comporte de esta manera, por mucha variedad de productos ecológicos que pueda tener.

7) ¿Cuál es el transporte a utilizar que más beneficia (o menos perjudica) al medioambiente?

Si es posible, vayamos en bici, o transporte urbano, o compartiendo coche, y si no es posible y necesitamos ir con nuestro propio coche o moto, especialmente en ciudad, realicemos una conducción eficiente evitando el consumo de energía y la emisión de combustibles fósiles innecesarios.

8) ¿Cuál es la mejor forma de pagar?

Estudiar el modo de pago: en efectivo, con tarjeta de banco ético o con moneda social.

9) ¿Realmente estoy usando el producto que he comprado?

Procuremos usar el producto que hemos comprado, evitando que caduque.

10) ¿Puedo reutilizar y/o reciclar una vez que el producto a perdido su utilidad principal o una vez que ya no lo necesito?

Si ya no necesito el producto que he comprado (porque por ejemplo, he decidido dejar de tomar té), procuremos que alguien pueda aprovecharlo. Si el producto está en mal estado (por ejemplo, caducado), depositémoslo dónde corresponda (ver manual de reciclaje). Consideremos también si tenemos la posibilidad de incluirlo como residuo orgánico para hacer compostaje.



Ejemplos prácticos

Ejemplo 2

1) ¿Cuál es la necesidad exacta que necesito cubrir?

Desplazarme por la ciudad en tiempos razonables

2) ¿Cuál es la mejor opción para satisfacer esa necesidad? ¿Se trata de un producto, de un servicio o de una “acción”?

Opciones:

Desplazamiento a pie.

Desplazamiento en bici.

Transporte público.

Coche privado (compartido).

Coche privado.

En la elección, consideremos de qué tiempo disponemos para el desplazamiento y la distancia o dificultad del trayecto. Y hemos de remarcar que en ciudades no muy grandes (como Murcia) el desplazamiento en bici no tiene por qué ser mucho más lento que en coche.

3) ¿Cuál es el producto/servicio que más beneficios me va a aportar en el momento de consumirlo y también a largo plazo?

Desde el punto de vista de la salud, lo más beneficioso sería el desplazamiento a pie o en bici (tanto para la salud personal como para la del resto de ciudadanos).

4) Dentro del tipo de producto seleccionado ¿Cuál es el producto que más contribuye al Bien Común?

Habría que considerar el tipo de transporte que menos contamine, no sólo en el momento, sino en todo su ciclo de vida: fabricación, uso y reciclaje. Evidentemente, lo menos contaminante desde este punto de vista, sería el desplazamiento a pie o en bici, en los que además, no se genera ningún tipo de emisión de gases de efecto invernadero.

Si este tipo de transporte no fuera posible, por ejemplo, por tener algún tipo de minusvalía, habría que considerar, en este orden: bici eléctrica → moto eléctrica → transporte público (autobus-tranvía-taxi) → coche (compartido) → coche particular.



5) ¿Necesito tener el producto en propiedad? ¿Puedo adquirirlo de 2º mano (siempre que se trate de una fuente fiable, asegurándonos que no sea robado...), comprarlo entre varias personas (asociación, comunidad de vecinos) o alquilarlo?

Esto dependerá de la frecuencia y necesidades reales de uso. Si hemos decidido transportarnos en bicicleta (aparte de la posibilidad ir a pie), por ser la opción más recomendable, nos debemos preguntar si podemos emplear un servicio de alquiler de bicicletas, y en caso de necesitarla en propiedad, buscaríamos una tienda de segunda mano para ver si existe disponible alguna bici que se pueda adaptar a nuestras necesidades. Sólo consideraríamos comprarla en propiedad si es una necesidad real y le damos un uso continuo.

6) ¿Cuál es la mejor empresa (en relación a su contribución al Bien Común) que puede proveernos del producto?

Para ello consultaríamos el listado de empresas de segunda mano/reciclaje y las tiendas de bicicletas que tienen una orientación más ética, o/y que tengan mayor compromiso con el Balance del Bien Común.

7) ¿Cuál es el transporte a utilizar que más beneficia (o menos perjudica) al medioambiente?

No procede, puesto que la necesidad es el propio desplazamiento. Ya comentado en preguntas anteriores.

8) ¿Cuál es la mejor forma de pagar?

Estudiar el modo de pago: en efectivo, con tarjeta de banco ético o con moneda social.

9) ¿Realmente estoy usando el producto que he comprado?

Si he comprado un bicicleta pero por alguna circunstancia no puedo emplearla, en primer lugar trata de que alguien la aproveche, donándola o vendiéndola.

10) ¿Puedo reutilizar y/o reciclar una vez que el producto a perdido su utilidad principal o una vez que ya no lo necesito?

Si nuestra bici está estropeada o inservible pero la necesitamos, tratemos en primer lugar de arreglarla, antes de “tirarla” para comprarnos otra. Y si no está en nuestras manos arreglarla, donémosla a quien pueda aprovecharla, arreglarla, darle una utilidad diferente o bien, reciclar sus componentes.

