


## ÍNDICE

1. GESTIÓN DE LOS RECURSOS.....	3
2. GESTIÓN DE RESIDUOS.....	3
3. EMISIONES ATMOSFÉRICAS. ....	4
4. RUIDOS.....	4
5. VERTIDOS.....	4
6. PRODUCTOS PELIGROSOS.....	4

COPIA CONTROLADA	
COPIA NO CONTROLADA	X

 <p>PARQUES NACIONALES ARCHIPIÉLAGO DE CABRERA PARQUE NACIONAL</p>	<p><b>MANUAL DE BUENAS PRÁCTICAS AMBIENTALES</b></p>	<p>Página 2 de 15 Revisión: 1 Fecha: 27-08-2014</p>
---	--	---

El **Parque Nacional Marítimo Terrestre del Archipiélago de Cabrera (PNMTAC)**, en su proceso de implantación de un Sistema de Gestión Ambiental se ha comprometido a contribuir en la conservación del medio ambiente, reduciendo los impactos ambientales que pudieran generar sus actividades y estableciendo un programa de objetivos y metas ambientales que ayuden alcanzar el proceso de mejora continua al que el PNMTAC se ha comprometido.

Con este propósito se elabora el **Manual de Buenas Prácticas** que recoge las pautas de comportamiento ambiental para el PNMTAC, siendo de obligado cumplimiento para todos los empleados del PNMTAC, desde el personal propio al contratado.

**“Todos tenemos el derecho a disfrutar de un Medio Ambiente adecuado, pero también tenemos el deber de cuidarlo y defenderlo”**

**“Reducir al máximo los accidentes, o en caso de que éstos se produzcan mitigar sus consecuencias, es un esfuerzo del que todos somos responsables”**

## 1. Ventajas de la Implantación de Buenas Prácticas Ambientales (BPA)

La aplicación de BPA lleva asociados los siguientes beneficios:

Reducción del consumo de los recursos energéticos e hídricos.

Racionalización de la compra de materias primas desde el punto de vista medioambiental.

Reducción del coste de la gestión de los residuos, mediante la disminución de su generación y el fomento de su reutilización y reciclaje.

Minimización de los impactos ambientales derivados de las emisiones atmosféricas, ruidos y vertidos generados por la empresa.

COPIA CONTROLADA	
COPIA NO CONTROLADA	X

Mejora de la imagen de la empresa ante los clientes, los usuarios y los trabajadores.

Ahorro de costes destinados a la gestión medioambiental.

Contribución a un modelo de desarrollo sostenible, alcanzando los objetivos empresariales de mejora continua y prevención de la contaminación, al tiempo que se protege al medio ambiente y a la sociedad.

## **2. Buenas Prácticas Ambientales (BPA)**

### **Sensibilización del Personal**

La formación y concienciación del personal es un elemento imprescindible para la aplicación de buenas prácticas ambientales en el Parque Nacional. Los trabajadores, como elemento de primera línea dentro del proceso productivo, han de ser los principales implicados en el desarrollo e implantación de prácticas ambientales más respetuosas.

**Los principales aspectos que debemos cuidar en la gestión diaria del Parque Nacional son los siguientes:**

#### **1. GESTIÓN DE LOS RECURSOS.**

- 1.1. Papel y cartón.
- 1.2. Agua.
- 1.3. Electricidad.
- 1.4. Combustibles.
- 1.5. Otros recursos y materias primas.

#### **2. GESTIÓN DE RESIDUOS.**

- 2.1. Residuos urbanos.
- 2.2. Residuos peligrosos.
- 2.3. Otros Residuos.

COPIA CONTROLADA	
COPIA NO CONTROLADA	X

**3. EMISIONES ATMOSFÉRICAS.**

**4. RUIDOS.**

**5. VERTIDOS.**

**6. PRODUCTOS PELIGROSOS.**

**1. GESTIÓN DE LOS RECURSOS**

Los recursos naturales son escasos y debemos implantar medidas de ahorro en la medida de lo posible. Para ello, se exponen a continuación, de forma general, **Buenas Prácticas Ambientales** en la gestión de los recursos, así como específicas de posibles actividades que se desarrollen en el Parque Nacional de Cabrera.

**1.1. PAPEL Y CARTÓN**



El mayor consumo de papel se da en las Oficinas del PNMTAC. Para garantizar su ahorro en las oficinas como demás instalaciones y actividades del PNMTAC debemos:

- ▶ Utilizar el menor volumen de papel posible: empleando siempre que sea posible las dos caras, empleando el papel impreso por una cara como borrador o para imprimir documentos de uso personal, etc.
- ▶ Usar papel reciclado para cuadernos de notas cartas, facturas, materiales promocionales, etc.
- ▶ Cuando se haya sacado todo el partido al papel, depositarlo en las papeleras que existen a tal efecto en las oficinas.
- ▶ Utilizar siempre que sea posible medios informáticos para enviar fax, documentos y correo.
- ▶ Fomentar la recogida selectiva de papel, disponer de una papeleras específica de papel en cada puesto de trabajo y en cada vivienda del Parque Nacional.

COPIA CONTROLADA	
COPIA NO CONTROLADA	X

## 1.2. AGUA

El  
 serie



agua es uno de los recursos naturales más utilizados en las actividades desarrolladas del Parque. Para su ahorro es aconsejable realizar una serie de prácticas que evitarán el

consumo y gasto innecesario del mismo.



Buenas Prácticas Ambientales para ahorrar agua son:

- ▶ Realizar inspecciones de las instalaciones de fontanería periódicamente para detectar posibles fugas y goteras.
- ▶ Los grifos de los lavabos deben quedar cerrados después de su uso, por ello asegúrate bien. Un grifo abierto gasta de 12 a 20 litros de agua por minuto.
- ▶ Además, siempre que observemos una anomalía, como por ejemplo fugas, es importante colaborar avisando a quien proceda.
- ▶ En inodoros, adoptar para el ahorro de agua el mecanismo de doble pulsador. Sus dos opciones de descarga, de 3 y 6 litros, favorece dicho ahorro.
- ▶ Instalar grifos con temporizador para que no queden abiertos.
- ▶ Reutilizar agua en los procesos que no sea necesario agua limpia.
- ▶ Para el lavado de alimentos es aconsejable el uso de barreños para lavar más de una pieza a la vez, así se evita lavarlos con agua en continuo.
- ▶ En jardín botánico:
  - Regar al anochecer o amanecer, cuando la temperatura es más baja y evitaremos pérdidas por evaporación.
  - Utilizar sistemas automáticos de riego por aspersión o goteo.

COPIA CONTROLADA	
COPIA NO CONTROLADA	X

### 1.3. ELECTRICIDAD

#### *Iluminación*

- ▶  Aprovechar al máximo la luz natural, procurando una buena orientación de las zonas de trabajo.
- ▶ Evitar  dejar luces encendidas cuando no sea necesario.

- ▶ Utilizar preferentemente bombillas de bajo consumo, que reducen el consumo energético y tienen una mayor duración.

No obstante, no es recomendable encender y apagar estas luces con mucha frecuencia ya que su mayor consumo de energía se produce en el encendido.

- ▶ Realizar de modo periódico la limpieza de las luminarias. Mejora la calidad de la iluminación a la vez que se ahorra energía.
- ▶ Instalar interruptores con temporizado en las zonas de servicios, para evitar luces encendidas innecesariamente.

#### *Aire acondicionado*

- ▶ Instalar aparatos de aire acondicionado de clase A, que son aquellos de mayor eficiencia energética.
- ▶ Procurar un buen aislamiento del edificio, evitando mantener ventanas y puertas aisladas en las horas centrales del día y utilizando para ello las cortinas y persianas existentes.
- ▶ Llevar a cabo las tareas de airear las habitaciones a primera hora de la mañana o al final de la tarde.
- ▶ Regular la temperatura del termostato a 25 °C.
- ▶ Limitar el uso de aire acondicionado a las horas centrales del día en los meses en que sea necesario.

COPIA CONTROLADA	
COPIA NO CONTROLADA	X

### **Maquinaria**

- ▶ Desconectar las máquinas que no se usen durante un tiempo prolongado para evitar el despilfarro energético (por ejemplo: ordenadores, pantallas,...).
- ▶ No utilizar, calefacción eléctrica debido a su baja eficiencia energética en el proceso de generación eléctrica.
- ▶ Realizar un mantenimiento preventivo de la maquinaria para optimizar el consumo de energía y mejorar la calidad en la fabricación.
- ▶ Cambiar equipos antiguos que no hagan un uso eficiente de la energía.
- ▶ Adquirir ordenadores, faxes, fotocopiadoras e impresoras de bajo consumo energético.
- ▶ Emplear monitores de pantalla plana, de menor consumo energético y menor nivel de radiaciones.
- ▶ Utilizar salvapantallas que dejen la pantalla en negro, de menor consumo energético, ya que los animados consumen más energía.

### **Cocina:**

- ▶ Conectar los lavavajillas y lavadoras a carga completa.
- ▶ El mayor consumo de energía es debido al calentamiento del agua en los electrodomésticos, es aconsejable mantener los termostatos a una temperatura no muy elevada y constante.
- ▶ Minimizar el tiempo de precalentamiento del horno.
- ▶ Separar zonas frías y calientes en la cocina.
- ▶ Disponer de buenos cerramientos en las cámaras frigoríficas.

COPIA CONTROLADA	
COPIA NO CONTROLADA	X

## 1.4. COMBUSTIBLES

### *Vehículos*



Para un óptimo funcionamiento del motor y reducción del consumo de carburante se recomienda:

- ▶ No parar ni arrancar con una puesta en marcha.
- ▶ No acelerar el motor ni en frío ni al desconectarlo.
- ▶ Intentar mantener la velocidad constante.
- ▶ No someter al motor a brusquedades.

Utilizar aceites lubricantes de buena calidad que favorecen un mejor rendimiento del vehículo, un menor consumo, así como una mayor duración. Mantener los filtros limpios evitando la obstrucción del mismo.

- ▶ Cerciorarse de la presión de los neumáticos (estado y presión de los mismos.)

Utilizar neumáticos de larga duración, que al mismo tiempo realizan una menor fricción con el asfalto y por tanto permiten ahorrar combustible hasta un 5%.

### *Maquinaria*

- ▶ Realizar revisiones periódicas para la comprobación de su correcto funcionamiento.

COPIA CONTROLADA	
COPIA NO CONTROLADA	X





**BUENAS PRACTICAS EN EL SUMINISTRO DE COMBUSTIBLE**



- ⇒ No suministres carburante con el motor encendido
- ⇒ Utiliza siempre un embudo para evitar derrames.



- ⇒ Dispón de material absorbente cerca por si hubiera un derrame



- ⇒ Si vas ha suministrar combustible en un medio natural protege el suelo con cartones u otro material absorbente.



- ⇒
- ⇒ No fumes durante el suministro de carburante



**1.5. OTROS RECURSOS Y MATERIAS PRIMAS** (materiales de construcción. productos de limpieza, abonos...)

- ▶ Limitar, en la medida de lo posible, el uso de detergentes y productos químicos en la limpieza tanto de instalaciones como de vehículos y embarcaciones del Parque.
- ▶ Mejorar la gestión del inventario de materias primas y productos para evitar su deterioro o que expire la fecha de caducidad.
- ▶ Considerar una serie de criterios ecológicos a la hora de comprar materias primas, como posibilidad de reciclar, recuperar, menor embalaje, bajo consumo energético, menor requerimiento de agua para la mezcla, mayor facilidad de limpieza, cercanía de suministro, mayor duración, entre otros aspectos

COPIA CONTROLADA	
COPIA NO CONTROLADA	X

- ▶ Procurar consumir las materias primas más antiguas para evitar generar materias primas obsoletas y por tanto residuos: esta medida supone tanto un beneficio económico como la no generación de otro residuo potencial.
- ▶ Apurar al máximo las materias primas.
- ▶ Emplear en la medida de lo posible, compost y abonos orgánicos.

## **2. GESTIÓN DE LOS RESIDUOS**

**Debemos procurar REDUCIR la producción de residuos, REUTILIZARLOS o RECICLARLOS.**

*“El mejor Residuo es el que no se produce”.*

### **2.1. RESIDUOS URBANOS**



- ▶ Segregar en origen de residuos para facilitar su posterior manipulación.
- ▶ Emplear los residuos orgánicos para realizar compost.
- ▶ Reducir el gasto de papel para consumo interno empleando papel usado por una cara para borradores, sacando originales a dos caras o fomentándose el uso de correo electrónico para comunicaciones internas.
- ▶ Comprar productos a granel y si no es posible con poco embalaje.
- ▶ Evitar el uso de elementos desechables de plástico.
- ▶

COPIA CONTROLADA	
COPIA NO CONTROLADA	X

Evitar el uso de papel de aluminio y recubrimientos plásticos sustituyéndolos por recipientes que se puedan reutilizar.

- ▶ Elegir elementos recargables como bolígrafos, depósitos de tóner para fotocopiadoras, impresoras...
- ▶ Conocer las etiquetas de reciclado y ecológicas de producto.
- ▶ Seleccionar, en la medida de lo posible, productos con envases fabricados con materiales reciclados, biodegradables y retornables.

### 2.2. RESIDUOS PELIGROSOS. (Toner de impresoras, tubos fluorescentes, envases de productos tóxicos y peligrosos, aceites minerales...)



- ▶ No mezclar los residuos peligrosos con otros residuos.
  - ▶ No mezclar residuos peligrosos entre sí.
  - ▶ Rechazar en la medida de lo posible materiales que dan lugar a residuos peligrosos cuando han sido usados.
- ▶ Gestionar los residuos peligrosos a través de un gestor autorizado.
- ▶ Los productos tóxicos y peligrosos deben permanecer en su envase perfectamente cerrado e identificado. Los envases agotados de estos productos son **residuos peligrosos**. En caso de fuga, los materiales utilizados para su limpieza (trapos, arena especial u otro material absorbente...) deberán separarse de los residuos generales.


### 2.3. OTROS RESIDUOS

- Residuos de Construcción y Demolición (tierras y escombros) - Residuos Voluminosos.

COPIA CONTROLADA	
COPIA NO CONTROLADA	X

- Chatarra.
  - Neumáticos Fuera de Uso.
  - Residuos ganaderos.
  - Residuos sanitarios.
  - Residuos inertes.
- ▶ No mezclar con Residuos Urbanos ni Residuos Peligrosos.
- ▶ Gestionar a través del Gestor autorizado para cada tipo de Residuo.

### **3. EMISIONES ATMOSFÉRICAS**

- ▶  *Vehículos*
- Realizar un mantenimiento periódico de los vehículos para controlar la emisión de gases.
  - Utilizar preferentemente vehículos que posean motor con catalizador incorporado.
- Minimizar la utilización de vehículos para reducir las emisiones de CO<sub>2</sub>.
- ▶ *Maquinaria*
- Realizar revisiones regulares de los equipos y maquinaria para minimizar la emisión de los gases CFC (gases refrigerantes que destruyen la capa de ozono).
  - Cumplir los límites de emisión de humos, empleando los equipos de extracción y los filtros adecuados y manteniéndolos en condiciones óptimas de funcionamiento, realizando las inspecciones necesarias de acuerdo con la legislación.
  - Tener en funcionamiento la maquinaria el tiempo imprescindible para evitar emisiones atmosféricas contaminantes.
- ▶ *Emisión de polvo.*

COPIA CONTROLADA	
COPIA NO CONTROLADA	X

- El aislamiento y cubrición de los materiales o residuos en las operaciones de traslado, condiciones y situación de los acopios y vertederos para evitar emisiones pulverulentas.
  - Reducir las emisiones mojando o cubriendo los acopios de materiales que emitan polvo.
  - Minimizar almacenamientos provisionales.
  - Evitar la utilización de vehículos dentro del parque para minimizar la emisión de polvo en su recorrido.
- ▶ Prescindir de aerosoles.

#### 4. RUIDOS



- ▶ Realizar un mantenimiento correcto de la maquinaria, equipos y vehículos utilizados.
- ▶ Alejar lo máximo posible los focos de ruido.
  - ▶ Aislamiento o apantallamiento acústico temporal de las operaciones que lo permitan.

▶ **Maquinaria:**

- Emplear maquinaria y utensilios menos ruidosos.
- Mantener desconectados los aparatos y maquinaria que no se estén utilizando.

▶ **Vehículos:**

- Evitar en la medida de lo posible la utilización de vehículos para el traslado dentro del Parque.
- Utilizar el cláxon de los vehículos exclusivamente en casos de peligro.

▶ **Oficinas:** Impresoras, teléfonos, fotocopiadoras, ventiladores y múltiples conversaciones suelen ser las fuentes más comunes generadoras de ruidos. Para evitarlos se recomienda:

- Usar encerramientos acústicos para las impresoras.

COPIA CONTROLADA	
COPIA NO CONTROLADA	X

- Realizar pausas breves pero frecuentes en las tareas en las que la utilización del teclado sea muy intensa.
- Dotar al entorno de trabajo de hilo musical suave ayuda a amortiguar los ruidos a la vez que relaja.

► **Construcción:**

- Sustitución de operaciones de rotura(martilleo) por operaciones de corte, reduciendo la duración de la emisión de ruido.
- Utilización generalizada de elementos prefabricados o la realización en talleres aislados de las operaciones de corte de materiales

## **5. VERTIDOS**



Evitar derrames de combustibles o aceites colocando cubetas de recogida.



Tener barriles y tanques herméticamente cerrados para evitar fugas al suelo por derrames.



Realizar con la máxima precaución la operación de trasvase de los residuos al contenedor específico para evitar derrames.

- Comprobar el buen estado de los recipientes y envases a contener productos, ya sean sólidos o líquidos, así como su cerramiento, para el evitar el derrame innecesario de los materiales.
- Efectuar las operaciones de mantenimiento de la maquinaria y otras operaciones con productos peligrosos, en lugares específicos dentro de la obra, disponiendo de los mismos alejados de los cauces y red de saneamiento.

COPIA CONTROLADA	
COPIA NO CONTROLADA	X

## **6. PRODUCTOS PELIGROSOS**



sin

- ▶ Conocer los símbolos de peligrosidad y toxicidad.
- ▶ Comprobar que los productos están correctamente etiquetados, con instrucciones claras de manejo.
- ▶ Elegir los productos entre los menos agresivos con el medio (disolventes al agua; detergentes biodegradables, fosfatos ni cloro; limpiadores no corrosivos;etc.).

- ▶ Minimizar el almacenamiento provisional de productos: esta medida disminuye la posibilidad de errores, además de reducir las posibles fugas, goteos y contaminaciones.
- ▶ Fichas de seguridad: La consulta de las fichas de datos de seguridad de los productos facilita información sobre las propiedades físicas, químicas, peligrosidad, procedimientos adecuados de manipulación, transporte y almacenamiento. Es además una herramienta útil como información de actuación en caso de accidente por fuga o derrame de dichos materiales.

### ***Almacenamiento.***

- ▶ Colocar los materiales de manera que se eviten roturas que los hagan inservibles.
- ▶ Cerrar y etiquetar adecuadamente los recipientes de productos peligrosos para evitar riesgos.
- ▶ Observar estrictamente los requisitos de almacenamiento de cada materia o producto.
- ▶ Aislar los productos peligrosos del resto.
- ▶ Evitar la caducidad de productos.
- ▶ Evitar la emisión de polvo y los arrastres por la lluvia de las arenas y materiales acopiados, mojando o cubriendo los acopios.

COPIA CONTROLADA	
COPIA NO CONTROLADA	X