

<b>Medio</b>	El Mercurio
<b>Fecha</b>	18-08-2018
<b>Mención</b>	Chilenos Basura Cero. Mención a U. Alberto Hurtado.

**BASURA  
DE 6 MESES**

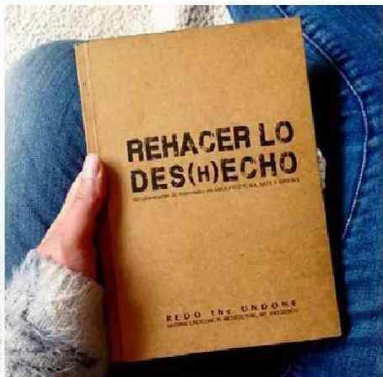
*En esta botella están  
los residuos que Camila  
Silva no puede reciclar.*



*Chilenos*  
**BASURA CERO**

Reducen al mínimo la basura en sus casas, usan jugo de limón como desodorante, comen los vegetales que otros tiran, fabrican su propia pasta de dientes e intentan que otros los sigan en su estilo de vida que difunden en charlas, blogs e Instagram. Son los activistas Zero Waste: una tendencia mundial que comenzó hace una década y que cada día suma nuevos seguidores que buscan salvar el planeta.

POR CAROLA SOLARI FOTOS CARLA DANNEMANN



**TIPS ZERO WASTE**

En su cuenta de Instagram, Camila Silva comparte datos y reflexiones sobre su transición hacia una vida sin residuos. Ahí se puede leer la receta de vinagre de manzana casero con la que reemplazó el champú y observar el kit que lleva en su mochila: una taza enlozada por si se quiere comprar un café, una botella de vidrio para el agua y varias bolsitas de tela por si se necesita comprar algo. Tiene 13.000 seguidores.

**En 2016** la diseñadora industrial, Camila Silva (30), puso en el suelo del living de su departamento toda la basura que iba a llevar al Punto Limpio y que había acumulado durante un mes en un gran saco: doce cajas de leche, veinte tetrapacks de jugos individuales, cinco envases de pizza, varias botellas plásticas, cajas de huevos, de cereales, frascos de yogur y latas de atún. Se quedó mirando todos esos desechos que ocupaban buena parte de su living y pensó que, aun si iba a reciclarlos, eran un exceso. Entonces se hizo la pregunta, que compartió después con Francisco, su marido, también diseñador.

–¿Te imaginas si viviéramos sin generar basura?

–¿Y qué vamos a comer? ¿Aire? –le contestó él.

–Es cosa de que pensemos qué podemos comprar que no genere basura. En vez de encargar una pizza, podemos hacer la masa y prepararla en la casa.

–Si tú te encargas, yo te apoyo –sentenció el marido.

Ella lo asumió como un reto e inició un blog en el que subió la foto que se tomó rodeada de todos esos desperdicios reciclables. Y escribió: “Decidí plantearme un desafío que quiero compartir: disminuir al mínimo la producción de desechos de mi familia y míos”.

–Sentí que llevar un blog me iba a obligar a buscar soluciones –dice Camila, sosteniendo una taza de té en su casa en Ñuñoa–. Fue algo intuitivo: entendía que la basura no era el camino.

Camila entonces no sabía que estaba siguiendo una tendencia mundial llamada Zero Waste: llevar un estilo de vida cero residuos y cuya precursora es la francesa Bea Johnson –quien en 2008 abrió su blog Zero Waste Home, que más tarde se transformó en un *best seller*–, con las acciones que le permitieron vivir con menos y reducir considerablemente la huella de carbono de ella y su familia, compuesta por

cuatro personas. Eso era lo mismo que aspiraba Camila: menos consumo, más sustentabilidad, teniendo en cuenta que en Chile cada persona genera 456 kilos de basura al año. De alguna forma, ella ya venía moviéndose en esa dirección desde que nació su hija en 2011: aprendió a cocinar para así reducir la cantidad de comida preparada que compraba, cultivó vegetales comestibles en maceteros y empezó a trasladarse en bicicleta. Era el momento de dar un paso más.

Lo primero fue tomar el control de la cocina, donde se generaban más desechos. Se propuso cocinar todas las comidas, incluidas las colaciones escolares de su hija de 7 años: en vez de galletitas envasadas, ella las hornearía en casa. En vez de salsas de tomates preparadas, las elaboraría para el año completo con los tomates de temporada. Empezó a ir a La Vega una vez por semana en metro, y a regresar cargada con varios kilos de vegetales, porque a medida

que avanzaba en su desafío fue dejando la carne y volviéndose vegana. Compraba a granel el arroz, las legumbres y las pastas, cuidando de investigar cómo se producían, prefiriendo la producción local y responsable con el medioambiente.

–Fue un proceso lento y tuve muchas frustraciones. Al principio fui muy nazi: quería hacerlo bien y que todos me siguieran. Le hacía la guerra al plástico y me molestaba si mi mamá quería regalarme un queque envuelto en papel film –cuenta.

Si hacían un carrete en su casa, los amigos tenían que traer cerveza en envases de vidrio, porque no se aceptaban latas. Si con su marido se le antojaba comer sushi, ella partía a comprarlo provista de un tupper para que ahí le depositaran los rolls. Lo mismo cuando querían comprar papas fritas en el Teclados, un local de la Plaza Ñuñoa, cerca de su casa.

–Partía con una fuente de grenda y les pedía que me echaran

ahí las papas. La primera vez que fui, la mujer que me atendió no entendía nada y atraje la atención de todos los clientes: tuve que dar explicaciones sobre por qué rechazaba el envase de plumavit y, en cambio, quería llevármelas en una fuente de greda –cuenta.

Al cabo de seis meses, asegura, su basura se redujo a un tercio y hoy lo que no logra reciclar está dentro de la única botella de plástico que hay en su casa. Así, hoy Camila es una de líder cero residuos en Instagram: su cuenta @nomedalomismo es seguida por casi 13 mil personas que siguen sus consejos y hallazgos, como su fórmula casera de pasta de dientes en base a bicarbonato y esencia de menta que utiliza.

En julio publicó la foto de un limón y escribió: “Hace tres años que dejé los desodorantes comerciales (...) Encontré una receta que me ha acompañado desde entonces, pero hay veces que se acaba y ahí aparece un reemplazo de emergencia: limón. Jugo de limón directo bajo el brazo es maravillosamente efectivo, 100% natural y sin nada de basura de ningún tipo. No arde, no irrita, no da alergia. ¿Por qué no lo ocupo siempre? Porque pasada la temporada, el limón es un lujo que no desperdiciaré en mis axilas”, y colocó unos emoticones sonrientes. Obtuvo 352 likes.

### **Comer desperdicios**

En la calle Monseñor Müller, en Providencia, hace unos meses abrió un pequeño bistró llamado Voló Food que ofrece tres menús a la hora de almuerzo. La novedad, que ha llamado la atención de los vecinos –que en su mayoría son personas mayores–, es que sus coloridas ensaladas y platos principalmente veganos están elaborados en un 90% con alimentos recuperados; es decir, vegetales que por sus características estéticas –un zapallo muy chico, una manzana picada– están destinados a terminar en el tacho de la basura.

Tomás González (30) y Carla Flores (35) son amigos y socios en este emprendimiento. Se conocieron hace unos años cuando ambos entraron como voluntarios a DiscoSopa, un movimiento ciudadano que busca visibilizar el tema del desperdicio alimenticio: según datos de la FAO, 127 millones de toneladas de alimentos aptos para consumo terminan como desechos en América Latina cada año.

–Una vez que sabes todo esto, no puedes quedar indiferente. Con Tomás dijimos: tenemos que hacer algo –cuenta Carla.

Como ambos tenían gusto por la cocina, partieron con la idea de hacer *snacks* saludables con alimentos recuperados. En eso estaban en junio de 2017, cuando les preguntaron si podían hacer un *catering* para un evento sustentable. Elaboraron un *dp* de zanahoria y otro de espinaca con vegetales recuperados, además de trufas energéticas y leches vegetales. Fue muy bien recibido en términos de sabor, pero también por su concepto. Así partieron.

–Me pasó con mis papás que les costó mucho entender la recuperación de alimentos: ¿Por qué lo haces si es desperdicio? Anda a comprar tomates a la feria, me decían –cuenta Tomás, que creció en Los Andes, donde todavía vive su familia en una parcela llena de frutales–. Tuve que explicarles que no es que no pudiera comprar un tomate, que lo hacía por activismo: prefiero llevarme a mi casa un tomate feo a que termine en la basura.

Una vez a la semana, Tomás y Carla van a recuperar alimentos para su local, ya sea en La Vega, ferias libres o en el campo del agricultor Anibal Donoso en Rinconada de Maipú, quien tiempo atrás se comunicó con DiscoSopa ofreciéndoles que fueran a buscar parte de la merma de su cosecha de hortalizas.

–Un tercio de la cosecha se pierde. Los feriantes vienen a elegir qué llevarse y escogen lo más bonito. Hay mucho descarte

por estética o por calibre: la lechuga muy chica o la zanahoria deforme –explica el agricultor.

Un sábado por la mañana, Tomás y Carla recorren las 40 hectáreas de la agrícola de Anibal Donoso recogiendo esa merma: apios y lechugas cuyas hojas están amarillas por la helada y que se perderán; ningún comerciante va a llevárselas. Ellos las depositan en cajas que cargan en una camioneta, para después usarlas como base de las ensaladas con hamburguesa de garbanzos que venden en Voló Food.

Su lógica de trabajo cero residuos sigue esta premisa: guardar para tener. En verano, cuando hay abundancia de frutas, hacen mermeladas, salsas de tomate, encurtidos que tienen en frascos de vidrio en una bodega. También congelan grandes volúmenes e intentan no botar nada, lo que los obliga a ser muy creativos. Por ejemplo, al tallo de la acelga que suele terminar en la basura, le sacan mucho partido: lo usan en sofritos y en rellenos de fajitas. Lo mismo los plátanos cuando se ponen negros: hacen helados o panqueques de plátano y avena, recetas que comparten en sus redes sociales.

–Por desconocimiento, la gen-

te desecha mucho alimento en buen estado, porque no sabe qué hacer con ellos. Nosotros hemos aprendido, porque siempre estamos investigando y experimentando –dice Carla.

–Acá lo que se pierde es lo que es difícil de compostar: lo que tiene mucho aceite o mayonesa, eso no se lo puedes echar a las lombrices –explica Tomás, que procesa toda la basura orgánica del local en una compostera comunitaria del barrio que funciona con lombricultura; él se encarga de revolverla, para que se airee bien y las lombrices hagan su trabajo de convertir esos residuos en compost.

Tomás, que en su familia, dice, es la “oveja verde”, asegura que logró evangelizar a su clan: su hermana armó una compostera en la casa familiar y ahora, cada vez que van a tirar alguna cáscara o restos de vegetales al tacho de la basura, sus padres saltan y dicen: “No, eso no va al basurero, hay que echarlo a la compostera”.

### **Desechos en la maleta**

El ingeniero Darío Contreras (34) recuerda que desde chico le inculcaron que había que comerse todo, que no se dejaba comida en el plato, porque era un recurso escaso que no se podía perder. Por eso cuando escuchó en la radio, en 2016, que existía un movimiento contra el desperdicio alimenticio llamado DiscoSopa, se ofreció como voluntario. Su labor fue encargarse de las redes sociales, lo que lo obligó a informarse para poder subir noticias todos los días.

–Aprendí mucho porque estaba todo el día leyendo noticias para compartirlas. Fue ahí que dije: “si estoy evangelizando, tengo que comenzar por casa”. Lo primero que hice fue comprarme una compostera que puse en mi balcón –cuenta en un café de Providencia, tomando un jugo de naranja.

Aunque no es vegetariano, informarse sobre la huella hídrica

y de carbono de los alimentos de origen animal, lo llevó a reducir al mínimo su consumo de carne, aunque le gusta, ya que asegura que para generar 1 kilo de carne se requieren 14 veces más recursos que para 1 kilo de vegetales. También redujo el consumo de alimentos muy procesados, como las galletas, y, en cambio, aprendió a cocinar: hoy hace su propio pan con masa madre y sus mermeladas.

Su hermano y su mujer lo han ido siguiendo en esto. No así sus amigos del colegio, a quienes no ha conseguido entusiasmar aún con el reciclaje. Cuando se junta con ellos, él se encarga de llevarse todas las botellas de cerveza y bebidas vacías para reciclarlas. Dice que es su forma de dar ejemplo.

—Cuando me casé, fuimos de luna de miel a Isla de Pascua y como allá la comida es cara, llevamos una maleta llena de cosas ricas: jamón serrano, tarritos de alcaparra. A la vuelta del viaje, me traje la misma maleta llena de envases vacíos. Ni por nada les habría dejado un frasco de plástico en un basurero —dice.

En Facebook Darío armó hace un año y medio una comunidad llamada Maifud, en la que participan 8.800 personas, y donde se comparten alimentos: la gente que tiene árboles frutales en la casa, por ejemplo, ofrece regalar damascos o limones que tiene en exceso. Darío, que funciona como intermediario, hace el control de lo que se va a regalar y luego los pone en contacto con quienes quieren recibirlo.

—Confiamos en la buena fe de la gente. Hasta ahora nadie se ha quejado y todos han quedado contentos —dice Darío, antes de echarse al bolsillo el vaso plástico en que tomó el jugo de naranja, para llevarlo al Punto Limpio.

## Río arriba

La arquitecta Macarena Guajardo (29) tiene un auto que solo usa cuando sale fuera de Santiago. En la ciudad, en cambio, se

mueve en bicicleta.

—Me hizo sentido meterme con la basura, porque me sentí mal. Un día leí que alrededor del 60% de la basura que hay en los vertederos son relleno de la construcción. Soy arquitecto y me llegó porque es mi disciplina. No se me olvidó y quise tomar cartas en el asunto.

En 2014, luego de cursar un máster en arquitectura sustentable en la Universidad Técnica de Berlín, fundó en Santiago con dos amigos la Fundación Basura que ha impulsado los Desafíos Basura Cero: reclutando voluntarios, gestionan de manera sustentable el manejo de la basura en eventos masivos, como la Maratón de Santiago y la Visita del Papa. También han implementado la Academia Basura Cero: cursos donde enseñan a vivir sin generar residuos.

—El reciclaje es una acción que está río abajo: actúa para mitigar cuando ya se ha generado la basura. Yo quería lograr una intervención río arriba, es decir, prevenir y evitar la generación de basura.

Macarena lo ha implementado consigo misma, día a día.

—Lo más importante para mí fue estar en el supermercado: decidir qué comprar. Frente a las estanterías me preguntaba: ¿Esto se recicla o no? Si no se recicla, no lo compro o cambio lo que voy a consumir. Por ejemplo,

los champiñones. Como los venden en bandejas de plumavit, dejé de comprarlos. El plumavit es muy contaminante y, aunque se recicla, por ser demasiado liviano los recicladores base lo recuperan poco.

Macarena usa un pañuelo de tela en vez de pañuelos desechables. Cambió las servilletas de papel por las de algodón. Lleva una taza de loza en su mochila para evitar el envase desechable si se compra un café. Casi no compra ropa. Más bien intenta deshacerse de la que no usa.

—Estoy pasando por una etapa minimalista. El otro día ordené mi librero y todos los libros que no he ni abierto, chao. Hice lo mismo con mi clóset: regalé lo que no me pongo. Son cosas que ocupan segundos de mi vida y captan mi atención. Entre menos tengo, más tiempo me queda para mirar el cielo —dice.

## Una casa sin basurero

Francisca Amenábar es una iniciada. Se declara en transición hacia una vida sustentable. Es profesora de arte, tiene 31 años, y en 2015 se metió al comité ambiental del colegio en el que trabaja en la comuna de Las Condes, donde logró instalar contenedores diferenciados para clasificar la basura. Pensó que ese era el principio del fin de la basura. Pero apenas comenzó a interiorizarse más del tema, se dio cuenta de que en realidad era la punta del iceberg.

Se puso a estudiar. Se inscribió en la Academia Basura Cero, tomó un curso en la Academia Circular e hizo un diplomado en educación ambiental en la **Universidad Alberto Hurtado**.

—Me parecía difícil vivir sin generar basura, pero empecé de a poquito: dejé de tirar todo a la bolsa negra, donde la basura se mezcla y luego la cierras y desaparece. Y al empezar a clasificar mi basura me enfrenté a las preguntas sobre mi consumo: ¿Por qué hay tantos paquetes

de papas fritas? ¿Por qué estoy botando tantas verduras? ¿Por qué compré esta estevia que viene en un envase que no se puede reciclar? —cuenta Francisca.

En marzo de este año comenzó su cuenta @loquemaspuedo, que ya tiene 6.700 seguidores, y toma su nombre de un cuento que escuchó en uno de sus cursos y que suele relatar, en un tono pedagógico, en las charlas que ha dado en la Universidad de los Andes o la Universidad de Chile: “La selva se está quemando y todos los animales arrancan, salvo el colibrí que va y viene. El jaguar le pregunta que por qué no arranca. Y el colibrí le dice que está trasladando agua con su pico. El jaguar le dice que nunca apagará el incendio, a lo que el colibrí responde: hago lo que más puedo”.

—Uno tiene que hacer lo que más puede respecto a la basura, que quizá es nada. Pero si todos hiciéramos un poquito, haría una gran diferencia.

En su cuenta, Francisca tiene un tono optimista: les dice a sus seguidores que si no pueden siempre comprar a granel, lo hagan cuando puedan. También les cuenta sus trucos para llevar una vida *slow*: por ejemplo, para regar las plantas de manera ecológica, ella pone un tacho bajo la ducha donde junta agua mientras se calienta; agua que luego utiliza para regar sus maceteros.

Francisca vive con su pareja, Enrique. Tiene en el balcón una compostera de greda con lombrices que procesan su basura orgánica. Y un montón de tarritos en el lavadero llenos de carteles: uno es para los papeles y las boletas, otro para PP o polipropileno donde van los envoltorios de los *snacks*.

Hace poco, su pareja entró a la cocina y no encontró el basurero.

—¿Dónde está el basurero? —preguntó Enrique.

—Ya no tenemos basurero en la casa. No lo necesitamos —respondió Francisca. S



**Tomás González y su socia Carla Flores abrieron en Providencia un bistró donde ofrecen menús elaborados con vegetales recuperados en ferias y campos que, por razones estéticas, terminan en la basura.**



CARLA PINILLA

“

Mis papás no entendían por qué recuperaba alimentos (...) Por activismo, les dije. Prefiero llevarme un tomate feo a que termine en la basura

”





FELIPE VARGAS FIGUEROA

**Francisca Amenábar clasifica su basura.** Se ayuda de unos tarritos con carteles: uno para las tapas, otro para los papeles y boletas y un tercero para los envoltorios de *snacks*.