

Guía Rápida de Bolsillo

UVM Cumbres

Uso interno administrativos, docentes
y estudiantes de todos los niveles.



UVM

"Menos es más: reduce tu huella,
aumenta tu impacto".



Buzón de Ideas de
Responsabilidad y
Equilibrio Ambiental

¡Queremos conocer
tus propuestas!

¡Lince, la Certificación de Responsabilidad para el Equilibrio Ambiental está muy cerca!

Sé agente de cambio y obtengámosla con **acciones que dejen huella** en el medio ambiente.

UVM Campus Cumbres – Monterrey en **proceso** de **evaluación** para la **Certificación CREA, ¡las acciones las CREAmos hoy!**





Política sobre el medio ambiente



1. Crear conciencia a través de programas de **educación ambiental**.



2. Proveer los recursos adecuados para la implementación de la presente política.



3. Hacer uso adecuado de los recursos naturales como **agua y energía** eléctrica.



4. Reducir el impacto ambiental reciclando y reutilizando materiales de residuos.



5. Garantizar el cumplimiento de las normativas vigentes del medio ambiente.



6. Comunicar con transparencia la política ambiental a todos los grupos de interés.



7. Prevenir la contaminación ambiental ejecutando las **actividades con calidad**.



8. Capacitar, desarrollar y motivar a la **Comunidad Universitaria** para lograr un alto nivel de responsabilidad.



9. Concientizar a proveedores y contratistas con nuestra **política ambiental**.



10. Fortalecer la relación entre las autoridades competentes en los distintos niveles jurisdiccionales, participando en el **desarrollo de acciones** para cuidar el medio ambiente.



11. Los casos no previstos en la presente, así como posibles excepciones a las disposiciones contenidas serán resueltos y/o autorizados por el **Vicepresidente de Recursos Humanos México y Centro América**.



Jerarquía de las 5Rs Gestión de Residuos

En el nivel Diamante, debemos demostrar qué pasa con el residuo. Si reducimos la generación, nuestra trazabilidad es más sencilla y menos propensa a errores.



"No gana el que más recicla, sino el que menos necesita reciclar porque supo Rechazar, Reducir y Reutilizar".



Eficiencia Energética

En auditoría ambiental, llamamos Carga Fantasma o energía en stand-by al consumo de dispositivos que parecen apagados pero mantienen circuitos activos (sensores, luces LED, transformadores).

El impacto: Ese 15% de consumo "invisible" no solo infla la factura eléctrica, sino que genera emisiones de CO2 constantes por una energía que no produce ningún valor.

Para que esto sea efectivo, debemos atacar los puntos de mayor fuga de energía con acciones específicas:

La Regla de los 5 Minutos

No basta con "apagar la luz al salir". Debes entrar a la configuración de sistema de tu laptop/PC y programar: *Pantalla - > Apagar tras 5 min de inactividad.*

El Cargador "Huésped"

Es una práctica común dejar el cargador de la laptop o el celular conectado al enchufe aunque no esté cargando nada. El transformador interno sigue consumiendo energía en forma de calor.

Cafeteras y Microondas

En las oficinas, estos aparatos pasan el 90% del tiempo en reposo pero con el reloj digital encendido.

Para que UVM Cumbres cumpla con los estándares de Certificación CREA®, estas no son sólo sugerencias:

- El último en salir de la oficina debe **verificar que no queden "ojitos rojos"** (luces de stand-by) encendidos.
- Antes de salir del salón de clases **asegurarnos de apagar** el proyectos, luz y ventiladores (si aplica).
- Mantener el **brillo de los monitores al 70-80%** en lugar del 100%. Esto reduce el cansancio visual (Salud Ocupacional) y baja el consumo eléctrico de forma inmediata.

"Ser un Lince es ser eficiente: Si no lo usas, no lo conectes. El planeta no necesita tu energía desperdiciada, necesita tu conciencia activa."



Agua Virtual y Cadena de Suministro

Cuando hablamos de que una hoja de papel requiere 10 litros de agua, nos referimos al proceso industrial de celulosa: desde el riego de los árboles hasta el blanqueamiento y enfriamiento de las máquinas.

Cada resma de papel (500 hojas) que desperdiciamos en la oficina equivale a **5,000 litros de agua** que fueron extraídos de alguna cuenca. Eso es el equivalente a lo que una persona bebe en **7 años**.

Buenas prácticas:

- Usa la "Vista Previa" y herramientas de edición PDF. Si el error es de una sola palabra, no imprimas todo el legajo de nuevo; usa una nota adhesiva o corrige digitalmente.
- Ten un bloque de hojas de rescate (cortadas a la mitad o en cuartos) de papel ya usado por un lado. Esos 10 litros de agua ya se "gastaron", aprovecharlos al máximo es responsabilidad operativa.
- Limpia tu bandeja de entrada y evita imprimir correos que solo dicen "Gracias" o "Recibido".
- Configurar la impresión por ambos lados (duplex) reduce el consumo de agua virtual de tu departamento en un 50% de forma inmediata. No es solo ahorro de inventario; es gestión de cuenca desde el escritorio.
- Reduce la necesidad de imprimir contratos o actas solo para firma. Cada firma digital ahorra, además de tiempo, los 10 litros de esa hoja.

"Antes de presionar 'imprimir', recuerda que esta hoja necesitó 10 litros de agua para llegar a tus manos. Úsala con respeto, imprímela con conciencia."



Eliminar la contaminación cruzada

En calidad, la contaminación cruzada ocurre cuando un elemento ajeno arruina un lote de producción.

Ejemplo Real: El papel es higroscópico (absorbe humedad). Si arrojas una manzana a medio comer (Orgánico - Verde) en el bote de Papel (Azul), la humedad y el azúcar de la fruta degradan las fibras del papel. Resultado: Una tonelada de papel puede terminar en el relleno sanitario por culpa de una sola manzana.

Guía de Aplicación:

- **VERDE:** Lo que la tierra reclama (Orgánicos). Vida Cotidiana: Cáscaras de fruta, restos de comida de la cafetería, café molido, servilletas de papel sucias con comida. No incluyas huesos grandes o mucha grasa, ya que retardan el proceso de compostaje del campus.
- **NARANJA:** (Inorgánico reciclable: Papel, Cartón, Plástico y Metal). Vida Cotidiana: Botellas de PET (refrescos), latas de aluminio, envases de yogurt (HDPE) lavados, latas de conserva, Exámenes viejos, cajas de archivos, folletos, sobres. El papel debe estar seco y libre de grapas o cintas plásticas. Si el cartón tiene restos de pizza o grasa, no va aquí, va al gris; En el caso de envases, aplica la técnica de "Vaciado y Enjuagado". Un chorrito de líquido sobrante en una botella de refresco puede atraer plagas y contaminar el resto de los plásticos.
- **GRIS:** El remanente (Inorgánicos no reciclables). Vida Cotidiana: Envolturas de frituras (metalizadas), colillas de cigarro (en áreas permitidas), vidrios rotos (envueltos), restos de limpieza. Este es el bote de "última instancia". Si no estás seguro de que algo sea reciclable tras leer la etiqueta, el gris es el lugar más seguro para no contaminar los otros flujos.
- **ROJO:** Peligro y Cuidado (Sanitarios) Vida Cotidiana: Papel higiénico, toallas sanitarias, pañales. En UVM Cumbres, el bote rojo es sagrado por bioseguridad. Mezclar una toalla sanitaria en el bote verde o azul es una falla crítica de seguridad e higiene.

"Si un residuo orgánico toca el papel,
el papel ya no se puede reciclar. ¡Separa bien!"



Digitalización y Cero Papel

En gestión de calidad, "desmaterializar" significa eliminar el soporte físico sin perder la validez legal o administrativa.

Impacto	Ventaja Digital
Un archivo físico ocupa espacio, requiere insumos (tóner, grapas, carpetas) y genera una huella de carbono por transporte y disposición.	La búsqueda de un documento físico toma en promedio 12 minutos; en Google Drive o Teams, toma 2 segundos mediante el uso de palabras clave.

En lugar de imprimir minutas de junta y repartirlas, usa la pestaña de "Notas" en Teams. Todos editan en tiempo real y el registro queda grabado con fecha y hora automáticamente.

"La digitalización es el auditor más honesto: Un proceso digital deja una huella de auditoría perfecta. Cada documento que no imprimes no solo ahorra agua y papel, garantiza la integridad de la información de UVM Cumbres."

Recomendaciones de "Cero Papel"

- **Regla de Oro: "Nacido Digital, Muere Digital"**. Si un documento se generó en la computadora, no tiene por qué tocar una impresora. Si requiere una firma, busca el método digital antes de considerar el papel.
- **Limpieza de Tóner y Mantenimiento**: Monitorea el consumo de cartuchos por departamento.
- **Doble Monitor**: A menudo imprimimos porque es difícil leer y escribir al mismo tiempo en una sola pantalla pequeña.
 - **Sugerencia**: Fomenta el uso de un segundo monitor o pantallas divididas. Es una inversión de equipo que se paga sola con el ahorro de papel y tóner en 6 meses.

"Tu oficina en la nube es más segura, rápida y responsable. Si el proceso empezó en una pantalla, que termine en ella. Únete al reto Cero Papel."



Compras Verdes y Adiós a los Plásticos de un Solo Uso

Comprar con mentalidad CREA significa entender que cada peso que gasta la organización es un voto a favor del planeta. No se trata solo de adquirir insumos, sino de asegurar su ciclo de vida.

El Reto: **Eliminación de Plásticos de un Solo Uso.**

El mejor residuo es el que no se genera. Nuestra prioridad número uno es rechazar y sustituir. Los plásticos de un solo uso (vasos, cubiertos, agitadores, botellas) tardan hasta 500 años en degradarse y solo se usan por 15 minutos.

Si por la naturaleza de un evento o actividad es estrictamente necesario usar desechables, debemos aplicar el filtro CREA antes de dar el "visto bueno" a la compra:

- **Prioriza el origen:** Busca materiales hechos de plantas (como el bagazo de caña de azúcar, fécula de maíz o bambú) en lugar de petróleo.
- **Asegura el cierre de ciclo:** Elige productos que sean compostables (que regresan a la tierra como abono) en lugar de solo "biodegradables" (un término muy ambiguo que a veces oculta plástico común).
- **Evita el "Greenwashing" (Falso Ecologismo):** Si un proveedor dice que su producto es "100% ecológico" pero no tiene cómo probarlo, desconfía. Aquí es donde entran las certificaciones.

"Biodegradable" significa que se deshará en algún momento (pueden ser siglos). **"Compostable"** significa que se convertirá en nutrientes para la tierra en un periodo corto. ¡Busquemos siempre lo compostable!



Certificaciones que Avalan el Impacto Real

Para asegurarnos de que no nos están vendiendo "gato por liebre", cualquier desecho o insumo verde que compremos debe contar con al menos una de las siguientes certificaciones internacionales:

Sello / Certificación	¿Qué avala y por qué es confiable?
BPI (Biodegradable Products Institute)	Garantiza que el producto es 100% compostable en instalaciones industriales y no dejará residuos tóxicos.
FSC (Forest Stewardship Council)	Certifica que el papel, cartón o madera provienen de bosques gestionados de forma responsable, previniendo la deforestación.
OK Compost (HOME / INDUSTRIAL)	El sello Industrial requiere altas temperaturas para degradarse; el sello Home garantiza que el colaborador podría incluso enterrarlo en la compostera de su jardín.
Cradle to Cradle (c2c)	Evalúa la seguridad humana y ambiental del producto, asegurando que fue diseñado bajo el principio de economía circular (de la cuna a la cuna).



Súmate al equipo de **Voluntarios** en el grupo de Whats App



Participa en actividades sociales como entrega de juguetes, tapitas y víveres, y Ambientales como sembrado de plantitas, talles de compostaje, cuidar nuestro jardín polinizador.

¿Qué responder cuando te pregunten?

¿Cuál es el objetivo de la Certificación CREA® en el campus?

Estamos trabajando para alcanzar el Nivel Diamante, que es el máximo reconocimiento en Responsabilidad Social y Equilibrio Ambiental. Nuestro objetivo es ser un campus referente en el cuidado del agua, la energía y la gestión de residuos en Monterrey.

¿Cómo separas tus residuos aquí en la oficina/campus? (Código de Colores)

Seguimos la 'Biblia de la Separación': Gris para inorgánicos, Verde para orgánicos, Azul para papel y cartón limpio, Amarillo para plásticos y metales, y Rojo para residuos sanitarios.

Sabemos que si el papel se moja o se ensucia con comida, ya no se puede reciclar, por eso cuidamos la limpieza de los botes.

¿Qué acciones realizas para ahorrar energía y agua en tu día a día?

Configuramos la PC para ahorro de energía, apagamos el monitor al ir a comer y desconectamos cargadores ('energía vampiro'). En cuanto al agua, digitalizamos procesos para reducir el uso de papel, ya que fabricar una sola hoja requiere 10 litros de agua.

¿Qué responder cuando te pregunten?

Si detectas una fuga de agua o un desperdicio de energía, ¿qué haces?

Existe un canal de reporte inmediato con el área de Mantenimiento/Sostenibilidad. Además, puedo usar el Buzón de Ideas CREA para proponer mejoras que eviten que estos problemas se repitan.

¿Dónde puedes consultar la Política Ambiental o los avances del programa?

Está disponible en los tableros informativos, en las pantallas del campus y a través de los comunicados digitales (Teams/Correo). También recibimos capacitación constante y ayudas visuales.

El auditor **no busca respuestas de memoria** como un examen, busca **coherencia**. Si el colaborador dice que apaga el monitor pero el auditor ve tres monitores encendidos en oficinas vacías, habrá una **"No Conformidad"**.

¿Qué responder cuando te pregunten?

¿Por qué la eliminación de plásticos de un solo uso es una prioridad en la filosofía CREA?

Porque tienen un tiempo de uso promedio muy corto (aproximadamente 15 minutos), pero tardan hasta 500 años en degradarse, acumulándose en los ecosistemas y dañando la biodiversidad. La filosofía CREA busca actuar desde la raíz, rechazando el residuo antes de que se genere.

¿Cuál es la diferencia crítica entre un producto "Biodegradable" y uno "Compostable"?

Un producto biodegradable se descompone por acción biológica en un tiempo indeterminado (que pueden ser décadas o siglos) y a veces deja microplásticos. Un producto compostable se degrada por completo en un periodo corto (meses), no deja residuos tóxicos y se convierte en abono orgánico útil para la tierra.

¿Qué es el "Greenwashing" o falso ecologismo en el contexto de las compras?

Es una estrategia de marketing donde una empresa o producto se presenta como "100% ecológico", "amigable con el planeta" o "natural" usando colores verdes o dibujos de hojas, pero sin tener ninguna certificación ni pruebas científicas que avalen ese impacto sustentable.

Lo que los estudiantes DEBEN saber

Los estudiantes deben ser capaces de:

- **Identificar y rechazar** los plásticos de un solo uso en su entorno escolar y personal.
- **Diferenciar** con precisión entre un material biodegradable y uno compostable para evitar caer en el greenwashing.
- **Validar** la autenticidad de un producto sustentable a través del reconocimiento de certificaciones internacionales.
- Aplicar el **criterio de Compras Verdes** en la adquisición de materiales para proyectos, eventos escolares o consumo diario.



¡Diagnóstico de Cultura y Acciones Ambientales!



Tu participación es clave
para la mejora continua.

