



Cuestionario Huella Ecológica

Uso de agua

1. En un día normal, permanezco en la ducha o la bañera durante: _____

- No me ducho (0)
- 1-2 minutos / bañera llena hasta un cuarto (50)
- 3-6 minutos / bañera llena hasta la mitad (70)
- 10 ó más minutos / bañera completamente llena (90)

2. Tiro de la cadena: _____

- Cada vez que uso el baño (40)
- A veces (20)

3. Cuando me limpio los dientes, dejo correr el agua (40) _____

4. He lavado el coche o regado el césped hoy (80) _____

5. Usamos lavabos con dispositivo de ahorro de agua (6-9 litros por descarga) (-20) _____

6. Usamos teléfonos de ducha de baja presión (-20) _____

7. Utilizo el lavaplatos diariamente (50) _____

Subtotal: _____

Comida

1. En un día normal como:

- Ternera (150/ración) _____
- Pollo (100/ración) _____
- Pescado de granja (80/ración) _____
- Pescado salvaje (40/ración) _____
- Huevos (40/ración) _____
- Leche/lácteos (40/ración) _____
- Fruta (20/ración) _____
- Vegetales (20/ración) _____
- Cereales: pan, cereal, arroz (20/ración) _____

2. De los alimentos que consumo, ¿qué cantidad se cultiva localmente? _____

- Todos (0)
- Algunos (30)
- Ninguno (60)

3. De los alimentos que consumo, ¿qué cantidad es orgánica? _____

- Todos (0)
- Algunos (30)
- Ninguno (60)

4. ¿Hago compostaje de las sobras y pieles de las frutas y verduras que consumo? _____

- Si (-20)
- No (60)

5. De los alimentos que consumo, ¿cuántos son precocinados? _____

- Todos (100)
- Algunos (30)
- Ninguno (0)

6. De los alimentos que consumo, ¿cuántos están precintados? _____

- Todos (100)
- Algunos (30)
- Ninguno (0)

7. En un día normal, desecho: _____

- Nada de mi comida (0)
- Una cuarta parte de mi comida (100)
- Un tercio de mi comida (150)
- La mitad de mi comida (200)

Subtotal: _____