

# Contaminación digital:

## ¿Cómo ser sostenible digitalmente?

### ¿Qué es la contaminación digital?

Es el conjunto de **sustancias contaminantes** que se emiten al hacer **uso de la tecnología** y su infraestructura.



Enviar un email



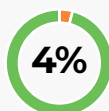
Ver una película online



Comprar un ordenador

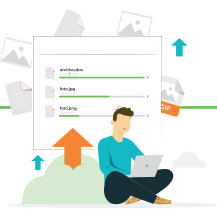


Implican un impacto ambiental



Responsable de las emisiones mundiales de gases de efecto invernadero.<sup>1</sup>

### ¿Cómo reducir la contaminación digital?



#### EVITA EL ALMACENAMIENTO MASIVO DE DATOS:

- Borra los **archivos** que no son **imprescindibles** (fotos, mensajes o vídeos).
- Borra los **correos no deseados** y date de baja de las **newsletters** que no leas.
- Evita descargar **archivos que ya tengas** en tu equipo.



#### OPTIMIZA EL USO DE INTERNET:

- Elimina la **reproducción automática** de vídeos.
- Guarda en **favoritos** las direcciones más utilizadas.
- **Comprime** los documentos adjuntos.



#### REDUCE EL TIEMPO DE USO DE LAS TECNOLOGÍAS:

- **Desconecta Internet** cuando no lo uses.
- **Evita dejar los dispositivos en stand-by.** Si no los usas, apágalos.



#### EVITA EL CONSUMO INNECESARIO:

- **Aumenta la vida útil** de tus aparatos electrónicos.
- **Compra dispositivos electrónicos de segunda mano** o reacondicionados.

<sup>1</sup><https://climate.selectra.com/es/que-es/contaminacion-internet>

Para más información sobre **economía circular y finanzas sostenibles**

VISITA NUESTRA WEB

Desde **ASUFIN** te ayudamos con tus finanzas sostenibles

· EDUCACIÓN FINANCIERA Y DIGITAL 2023 ·