

# Manual de buenas prácticas ambientales

## Sector farmacias del País Vasco



Plaza Iribar nº 2 - 3º  
Planta, oficina 7  
20018 Donostia  
Tel.: 943 21 53 64

[www.grupocei.net](http://www.grupocei.net)

C/ Donostia-San Sebastián, 1  
01010 Vitoria-Gasteiz  
Telf.: 945 019 542

[www.ejgv.euskadi.net](http://www.ejgv.euskadi.net)

c/GRAN VIA DIEGO LOPEZ DE  
HARO, 50-5  
48011 Bilbao (Bizkaia)  
Tel.: 944 00 28 00

[www.afare.org](http://www.afare.org)

# índice



pag 04  
p > 1.Energía



pag 08  
p > 2.Agua



pag 10  
p > 3.Papel



pag 12  
p > 4.Otros recursos



pag 13  
p > 5.Residuos



pag 15  
p > 6. Farmacias con laboratorio



pag 17  
p > 7.Sigre



pag 18  
p > 8.Autoevaluación

La ASOCIACION DE FARMACIAS DEL PAIS VASCO- EUSKADIKO FARMAZIEN ELKARTEA(AFARE/EUSFARE) presenta la Guía de Buenas Prácticas Medioambientales con el fin de hacer llegar a todos los trabajadores de las farmacias, unas nociones básicas que conlleven a la reducción del impacto ambiental. Para la realización de dicha guía se ha contado con el asesoramiento de Cei Consultoría y ha sido subvencionada por el Departamento de Medio Ambiente y Ordenación del Territorio, cumpliendo lo dispuesto en la Normativa de Identidad Corporativa del Gobierno Vasco

Para comprender mejor a los puntos que se refiere esta Guía es necesario tener claros los siguientes conceptos "LAS 3 R's"

**REDUCCIÓN:** Supone la disminución de la utilización de materias en origen.

**REUTILIZACIÓN:** Supone alargar el ciclo de vida de un producto mediante usos similares o alternativos del material.

**RECICLAJE:** Supone la recuperación de un recurso ya utilizado para generar un nuevo producto.

El orden de actuación reducción, reutilización, reciclaje, tiene su razón de ser, ya que cuanto mayor sea la reducción, mayor será el ahorro de costes.

A su vez, en el consumo de productos es importante conocer el significado de símbolos y marcas ecológicas.



Plaza Iribar nº 2 - 3º  
Planta, oficina 7  
20018 Donostia  
Tel.: 943 21 53 64

[www.grupocei.net](http://www.grupocei.net)



C/ Donostia-San Sebastián, 1  
01010 Vitoria-Gasteiz

Tel.: 945 019 542

[www.ejgv.euskadi.net](http://www.ejgv.euskadi.net)



c/GRAN VIA DIEGO LOPEZ DE  
HARO, 50-5  
48011 Bilbao (Bizkaia)  
Tel.: 944 00 28 00

[www.afare.org](http://www.afare.org)



# 1. Energía

El consumo energético es uno de los factores más significativos, siendo la iluminación y el consumo eléctrico de los diferentes aparatos los más representativos de éste. La iluminación es una parte muy importante pues repercute significativamente en la imagen de una farmacia.



**“un consumo excesivo afecta de manera perjudicial al entorno”**



Sin embargo, un consumo excesivo afecta de manera perjudicial al entorno y a la economía.

Un uso eficiente supondrá tanto una mejora ambiental como económica, y la aplicación de buenas prácticas ambientales permitirá optimizar el consumo de luz.





Para lograr una reducción en el consumo energético, podemos aplicar las siguientes medidas:

- Asegurarse de que el nivel de iluminación es el adecuado a cada zona del establecimiento y que no existe exceso de luz en las zonas poco frecuentadas.
- Aprovechar la luz solar al máximo, es gratis.
- Sustituir el alumbrado incandescente por tubos fluorescentes o lámparas de bajo consumo.
- Puedes reducir el consumo de energía eléctrica hasta un 80%.
- No apagar los tubos fluorescentes en las zonas donde se vayan a volver a encender brevemente, ya que el mayor consumo energético se produce en el encendido.
- Los colores claros en las paredes proporcionan mayor iluminación reduciendo el consumo eléctrico.
- Configurar los ordenadores en “ahorro de energía”, ya que con este sistema se puede reducir el consumo de electricidad hasta el 50%.
- Apagar ordenador, impresora y demás aparatos una vez finalice la jornada laboral.



- El único protector de pantalla que ahorra es el negro, así que configúrelo para que se active a los 10 minutos de inactividad.
- Los dispositivos de climatización sólo se deben usar cuando sea necesario. Siempre que sea posible, aprovechar la regulación natural de la temperatura creando corrientes de aire naturales que puedan refrescar las zonas.
- Mantener la temperatura aproximadamente en 20°C en invierno y en 24°C en verano.
- Asegurarse que las puertas y ventanas están cerradas mientras funcionan los equipos de climatización.
- Motive al personal para que se implique en hábitos que favorezcan el ahorro energético.

#### ¿SABÍAS QUE...

- Los salvapantallas no ahorran energía a no ser que sean totalmente negros?
- El monitor gasta un 70% del consumo energético total de un equipo?
- Una pantalla plana (LCD) consume un 50% menos energía y emite menos radiaciones que un monitor (CRT)?



- En verano un grado menos, incrementa el consumo de energía en un 8%?
- Un aparato de aire acondicionado regulado un grado más en invierno gasta un 10% más de energía?
- Las luces alógenas son potentes consumidoras de energía?
- Del total de la energía consumida por una bombilla incandescente sólo el 20% se convierte en luz y el 80% restante se transforma en calor?
- Un tubo fluorescente puede contaminar 30.000litros de agua?





## 2. Agua

El agua es un bien escaso del que existe un consumo irracional y excesivo. Adoptando una serie de medidas preventivas de fácil aplicación como las que sugerimos, podemos lograr un uso más racional de este recurso.

- Instalar grifos monomando ya que regulan mejor la temperatura y ahorran hasta un 50%.
- Evitar que los grifos goteen ya que, a razón de una gota por segundo, se pierden hasta 30 litros de agua al día.
- Instalar papeleras sanitarias dentro de los servicios y otras para el resto de residuos (papeles, toallitas, etc.) en los lavabos.
- Utilizar dispensadores de jabón rellenables, y desinfectantes en los inodoros para prevenir el riesgo de contagio.
- Una corriente de agua de 5mm malgasta 528.000l/año. Por ello, evite las fugas y cierre bien el grifo cuando no lo esté utilizando. Avise al servicio de mantenimiento para reparar la avería.
- Los mecanismos de cisternas que pueden detener la descarga o pesen doble sistema de descarga pueden reducir el volumen de agua hasta 6 litros frente a los 10 habituales.



- No deje correr el agua inútilmente cuando se lave las manos.
- El inodoro no es una papelera, no lo use como tal, así colaborará a no ensuciar las aguas residuales, a no contaminar los ríos y a disminuir el consumo del agua.





## 3. Papel

La introducción de nuevas tecnologías ha contribuido significativamente a una reducción del consumo de papel, pero aún así, en las farmacias la generación de residuos de papel es muy elevado.

La producción de papel tiene consecuencias muy negativas para el medio ambiente debido al consumo de recursos naturales y a la contaminación causada por los blanqueadores del cloro y derivados que generan residuos organoclorados, ecotóxicos y bioacumulables.

El consumo racional es la mejor opción para reducir las necesidades de papel:

- Guardar los documentos en formato digital.
- Optimizar el número de copias necesarias y evitar imprimir documentos innecesarios.
- Aprovechar la posibilidad de Internet, correo electrónico...





- Estudiar la posibilidad de retirar del mercado la bolsita de papel habitual en la farmacia.
- Utilizar de forma preferente y en la medida de lo posible papel reciclado.
- Reciclar el papel inservible, haciendo uso de los contenedores azules.

### ¿SABÍAS QUE...

- Las calidades estéticas del papel reciclado han evolucionado mucho y, además permite una lectura más relajada por tener menos brillo?.
- Fabricar una tonelada de papel reciclado supone evitar la tala de 14 árboles, reducir el consumo de agua un 47%, el consumo de energía un 62,5% y la generación de residuos un 93%?





## 4. Otros recursos

- Sustituir las pilas de un solo uso por pilas recargables. Las pilas gastadas serán gestionadas como residuos peligrosos.
- Usar en la medida de lo posible tóner y cartucho de impresora reciclados. Los tóner y/o cartuchos serán gestionados por el proveedor; asegúrese de su recogida.
- Elegir productos con embalajes mínimos.
- Los productos de limpieza que sean poco agresivos con el medio ambiente (detergentes sin fosfatos) y no verter a la red de saneamiento.
- Las farmacias que dispongan de laboratorio, elegir métodos y técnicas lo más respetuosas con el medio.





# 5. Residuos

La producción de residuos es uno de los factores más importantes a considerar en las farmacias, dado la gran diversidad de residuos que producen. Entre estos residuos podemos citar:

## Residuos asimilables o urbanos

Son residuos generales como: papel, cartón, vidrio, plásticos, etc.

## Residuos biosanitarios

Son los residuos sanitarios específicos de la actividad sanitaria propiamente dicha, potencialmente contaminados con sustancias biológicas al haber estado en contacto con clientes o líquidos biológicos.


## Residuos citotóxicos

Son residuos compuestos por restos de medicamentos citotóxicos y todo material que haya estado en contacto con ellos, y que presentan riesgos carcinogénicos y mutagénicos.

## Residuos infecciosos

Son residuos contaminados procedentes de las analítica e investigación en laboratorio y procesos de tratamientos de enfermedades sanitarias a pacientes

Los puntos clave en la gestión son tratar de reducir la producción de residuos, vertidos o emisiones, siendo necesario intentar reutilizar los subproductos, en la misma farmacia o en centros



externos. En soluciones de reciclaje, hay que tener presente que el residuo de una farmacia puede ser útil como materia prima para otros.

- Establecer un procedimiento de gestión de residuos basado en: identificación, envasado, almacenamiento, transporte y gestión/tratamiento.

Todos los residuos de carácter peligroso generados en la farmacia deben ser gestionados por un gestor autorizado.

- Recoger los residuos sanitarios generales en bolsas de color exclusivo y los citostáticos e infecciosos en contenedores de un solo uso, de color exclusivo y con el pictograma correspondiente.





## 6. Farmacias con laboratorio

En la elección de un producto deben tener en cuenta:

- Los productos están correctamente etiquetados con instrucciones claras de manejo.
- Elegir lo productos químicos, de desinfección y de limpieza entre los menos agresivos posibles para el medio.





### En cuanto al almacenamiento:

- Limitar la cantidad de productos peligrosos en el lugar de trabajo.
- Almacenar los productos según el criterio de compatibilidad.
- Cerrar y etiquetar los recipientes adecuadamente

### En cuanto al uso:

- Emplear los productos químicos más inocuos y cuidar la dosificación recomendada por el fabricante para reducir la peligrosidad de los residuos.
- Acondicionar un contenedor para depositar cada tipo de residuo en función de los requisitos de gestión.
- En el uso de frigoríficos, estufas y hornos cerrar bien las puertas, evitar abrir innecesariamente y evitar introducir productos aún calientes.





# 7. Sigre



La Ley 29/2006 de Garantías y Uso Racional del Medicamento y Productos Sanitarios, obliga, por primera vez, a proteger al medio ambiente mediante la participación en sistemas que garanticen la recogida de los residuos una actividad que el sector farmacéutico, a través de SIGRE, lleva tiempo efectuando y que pone de manifiesto su sensibilidad medioambiental y su responsabilidad social con el entorno natural.

## “Proteger al medio ambiente”

El sector farmacéutico es consciente de la necesidad de establecer una serie de medidas que garanticen sanitaria, medioambiental y socialmente el correcto tratamiento que reciben los restos de medicamentos hasta conseguir cerrar adecuadamente su ciclo de vida. De esta manera, la decisión de instalar el contenedor en la oficina de farmacia asegura que los restos de medicamentos depositados se encuentren siempre bajo la supervisión y custodia de un profesional.

SIGRE, con la participación de todos, es un sistema eficaz y seguro para la recogida de envases y restos de medicamentos que cumple con todos los avales sanitarios y medioambientales.



## 8. Autoevaluación

1. ¿ Cuáles son los residuos peligrosos que se producen en su farmacia?
2. ¿ Se realiza un inventario de consumos y generación de residuos?
3. ¿ Manejas los residuos peligrosos a través de gestores autorizados?
4. ¿En qué bolsa hay que depositar los apósitos, vendas y otros materiales similares?
5. ¿ Conoces las bolsas de subproductos para productos farmacológicos?
6. ¿Cómo reducirías la producción de residuos de papel cartón?
7. ¿Están correctamente etiquetados y almacenados los productos de laboratorio?
8. ¿Qué debemos de hacer con los residuos de envases?



Plaza Iribar nº 2 - 3º  
Planta, oficina 7  
20018 Donostia  
Tel.: 943 21 53 64

[www.grupocci.net](http://www.grupocci.net)



C/ Donostia-San Sebastián, 1  
01010 Vitoria-Gasteiz

Tel.: 945 019 542

[www.ejgv.euskadi.net](http://www.ejgv.euskadi.net)



c/GRAN VIA DIEGO LOPEZ DE  
HARO, 50-5

48011 Bilbao (Bizkaia)

Tel.: 944 00 28 00

[www.afare.org](http://www.afare.org)