

# Ingurumen Jardunbide Egokien Gida

## Euskadiko farmazien elkartea



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)

# aurkibide



orria **04**  
> 1.Energia



orria **08**  
> 2.Ura



orria **10**  
> 3.Papera



orria **12**  
> 4.Beste zenbait  
baliabide



orria **13**  
> 5.Hondakinak



orria **15**  
> 6. Laborategia duten  
farmaziak



orria **17**  
> 7.Sigre



orria **18**  
> 8.Autoebaluaketa

EUSKADIKO FARMAZIEN ELKARTEAK Ingurumen Jardunbide Egokien Gida aurkeztu du, ingurumen eragina murriztea ekarriko duten oinarrizko ezagutza batzuk helarazteko farmazietako langile guztiei. Gida egiteko, Cei aholkularitza enpresaren gomendioa izan du, baita Ingurumen eta Lurralde Antolamendu Sailaren diru-laguntza ere. Horrez gain, erakunde nortasunari buruzko Eusko Jaurlaritzaren araudia bete du.

Gidaren ideiak hobeto ulertzeko, argi eduki behar dira ondorengo kontzeptuak:

**MURRIZTEA:** Jatorrian lehengai gutxiago erabiltzea esan nahi du.

**BERRERABILTZEA:** Antzeko erabileren edo alternatiboen bidez, produktu jakin baten bizi zikloa luzatzea.

**BIRZIKLATZEA:** Erabilitako baliabide bat berreskuratzea beste produktu bat sortzeko.

Murriztea-berrerabiltzea-birziklatzea ordenak logikari jarraitzen dio, murrizketa zenbat eta handiagoa izan orduan eta gehiago aurrezten baita kostuetan.

Era berean, produktuak erabiltzerakoan, funtsezkoa da sinbolo eta marka ekologikoen esanahia ezagutzea.



grupocEI.net

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. Energia

Energia kontsumoa faktore nagusietakoa da. Eta faktore horretan argiztapena eta aparatuen elektrizitate kontsumoa nabarmentzen dira. Argiztapenak garrantzi handia du edozein farmaziatan, oso lotuta baitago haren irudiarekin. Gehiegi kontsumitzeak, ordea, eragin txarra du ingurunean zein ekonomian.



Beraz, eraginkortasunez erabiltzeak hobekuntza ekarriko du ingurumen eta ekonomia arloan: ingurumen jardunbide egokiei esker, argi kontsumoa optimizatzeke aukera dago.

Energia kontsumoa murrizteko, ondorengo neurriak ezarri ditzakegu:





- Egiaztatu behar da farmaziako toki bakoitzak hari dagokion argiztapen maila duela eta erabilera txikia duten lekuek ez dutela argi gehiegirik.
- Egun argia ahalik eta gehien aprobetxatu behar da, doan da eta.
- Argi gorien ordeztuz, hodi fluoreszenteak edo kontsumo txikiko lanparak jarri behar dira, energia kontsumoa % 80 ere murriztu dezakete eta.
- Hodi fluoreszenteak, berehala berriz piztu behar badira, ez dira itzali behar. Izan ere, pizterakoan kontsumitzen da energia gehien.
- Kolore argiek argi gehiago eman eta beraz, kontsumo elektrikoa murrizten dute.
- Ordenagailuak «energia aurrezteko» konfiguratu behar dira, % 50 murriztu baitaiteke elektrizitate kontsumoa sistema honi esker.
- Lan eguna bukatutakoan, ordenagailua, inprimagailua eta gainerako aparatuak itzali behar dira.
- Aurretzen laguntzen duen pantaila-babesle bakarria beltza da; konfiguratu ezazu, beraz, abian jar dadin ordenagailuak geldirik hamar minutu pasatu ondoren.



- Beharrezkoa denean baino ez dira erabili behar klimatizazio sistemak. Ahal den guztietan, temperaturaren erregulazio naturala aprobetxatu behar da; farmazia freskatzeko aire korrante naturalak sortuta, adibidez.
- Temperatura, neguan, 20°C-etan eta, udan, 24 °C-etan mantendu behar da.

Klimatizazio ekipoak lanean ari diren bitartean, atek eta leihoak itxita daudela egiaztatu behar da.

- Langileak motibatu behar dira, energia aurrezteko ohiturak har ditzaten.

#### BADAKIZU...

- Pantaila-babesleek, oso-osorik beltzak direnek izan ezik, ez dutela energia aurrezten?
- Monitorea gastatzen duela ekipoaren energia kontsumo osoaren % 70?
- Pantaila lau batek (LCD) monitore batek (CRT) baino % 50 energia gutxiago kontsumitu eta erradiazio gutxiago sortzen duela?
- Udan gradu bat gutxiago jartzeak % 8 igoarazten duela



energia kontsumoa?

- Aire girotu aparatuan, neguan, gradu bat gehiago jartzeak % 10 igoarazten duela energia kontsumoa?
- Argi halogenoek energia asko xahutzen dutela?
- Bonbilla gori batek kontsumitutako energia guztiaren % 20 baino ez dela argi bihurtzen eta gainerako % 80 beroa dela?
- Hodi fluoreszente batek 30.000 litro ur kutsa ditzakeela?





## 2.Ura

Ura baliabide urria da, eta modu zentzugabeen eta neurrigabe kontsumitzen da.

Prebentzio neurri batzuk, erraz aplikatzeko modukoak, gomendatuko ditugu hemen; haiei esker, ura era arrazionalagoan kontsumitzea lor dezakegu.

- Aginte bakarra duten txorrotak jarri behar dira, temperatura hobeto erregulatzeaz gain, % 50 ere aurrezteko bidea ematen dutelako.
- Txorrotari tantak isur dakizkion saihestu behar da. Izan ere, segundoro tanta bat isuriz gero, 30 litro ere gal daitezke egunean.
- Paperontzi sanitarioak jarri behar dira komunetan, eta gainerako hondakinak (paperak, paper-zapiak eta abar) botatzeko beste batzuk konketa dagoen lekuan.
- Berriz bete eta desinfekta daitezkeen xaboi euskarriak erabili behar dira komunetan, kutsatzeko arriskuari aurrea hartzeko.
  - 5 mm-ko ur korrante batek 528.000 litro xahutzen ditu urtean. Horregatik, txorrota erabiltzen ez denean itxi egin behar da, ihesak saihesteko. Matxurarik izanez gero, dei ezazu mantentze zerbitzura.
  - Hustuketa geldiaraz dezaketen edo husteko sistema



bikoitza duten zisternek sei litrora murriz dezakete ur bolumena (10 litro izaten da ohikoena).

- Eskuak garbitzen ari zarenean ez utzi ura alferrik isurtzen.
- Komuna ez da paperontzia. Ez da horretarako erabili behar, beraz. Hartara, hondakin urak ez zikintzen, ibaiak ez kutsatzen eta ur kontsumoa murrizten lagunduko duzu.





## 3.Papera

Teknologia berriek paper kontsumoa nabarmen jaisten lagundu dute. Dena dela, farmaziek paper hondakin asko sortzen dute oraindik ere.

Papergintzak oso ondorio larriak ditu ingurumenean, lehengai naturalak kontsumitzen dituelako eta kloroaren eta haren deribatuen zuritzaileek kutsadura eragiten dutelako hondakin organoklorodun, ekotoxiko eta biometagarriak sortuta.

Zentzuz kontsumitzea da paper beharra murrizteko modurik onena:

- Dokumentuak formatu digitalean gorde behar dira.
- Kopia kopurua optimizatzeaz gain, beharrezkoak ez diren agiriak inprimatzea saihestu behar da.
- Internetek, posta elektronikoak... eskaintzen dituen aukerak aprobetxatu behar dira.
- Farmazien ohiko paperezko poltsa merkatutik kentzeko aukera aztertu behar da.





- Ahal den neurrian birziklatutako papera erabili behar da.
- Balio ez duen papera birziklatu egin behar da, horretarako edukiontzi urdinak erabilia.

### BADA AL ZENEKIEN...

- Birziklatutako paperak irakurketa laguntzen duela, distira txikiagoa duelako, eta nabarmen hobetu duela kalitate estetikoak?
- Tona bat birziklatutako paper fabrikatzeak 14 zuhaitz ez botatzea eta ur kontsumoa % 47, energia kontsumoa % 62,5 eta hondakin sorrera % 93 murriztea dakarrela?





## 4. Beste Zenbait Baliabide

- Behin erabili eta bota beharreko pilen orde z berriz karga daitezkeenak jarri behar dira. Gastatutako pilak hondakin arrisksuak balira bezala tratatu behar dira.
- Ahal dela, birziklatutako inprimagailu tonerra eta kartutxoak erabili behar dira. Hornitzaileak kudeatuko ditu tonerrak edota kartutxoak; egiazta ezazu hark jasozten dituela.
- Ahalik eta bilgarri gutxien duten produktuak aukeratu behar dira.
- Ingurumenean eragin txikia duten garbiketara produktuak (fosforik gabeko detergenteak) hobetsi behar dira, eta ez dira saneamendu sarera isuri behar.
- Laborategia duten farmaziek ingurumenarekin ardura handien duten metodoak eta teknikak aukeratu behar dituzte.





## 5. Hondakinak

Hondakin sorrera da farmaziek kontuan hartu beharreko alderdi nagusietako bat; hondakin mota ugari sortzen dute eta. Hondakinen artean, honako hauek ditugu:

### Hondakin asimilagarriak edo hiri hondakinak

Hondakin orokorrak dira: papera, kartoia, beira, plastikoak eta abar.

### Hondakin biosanitarioak

Osasunarekin lotutako jardunaren berezko hondakinak dira; hondakin horiek substantzia biologikoek kutsatuta egon daitezke, kontaktuan egon baitira bezeroekin edo likido biologikoekin.


### Hondakin zitotoxikoak

Botika zitotoxikoen hondarrez eta haiekin kontaktuan izandako edozein materialez osatutako hondakinak dira, arrisku kartzinogenikoak eta mutagenikoak izan ditzaketenak.

### Hondakin infekziosoak

Analisietatik, laborategiko ikerketetatik eta gaixotasun sanitarioen tratamenduetatik eratorritako hondakin kutsatuak dira.

Kudeaketan, garrantzi handia du hondakinak eta isuriak murrizten ahalegintzeak. Azpiproduktuak farmazian bertan edo beste toki batzuetan berriz erabiltzeko saioa ere egin behar da. Birziklapen soluzioetan, kontuan hartu behar da farmazietako



hondakinak baliagarriak izan daitezkeela lehengai moduan erabiltzeko eta beste batzuk sortzeko.

- Hondakinak kudeatzeko prozedura bat ezarri behar da. Ondorengoetan oinarrituta: identifikatzea, ontziratzea, biltzea, garraiatzea eta kudeatzea/tratatzea.

Farmazietako hondakin arriskutsu guztiak baimendutako kudeatzaile batek kudeatu behar ditu.

- Hondakin sanitario orokorrak berezko koloreko poltsetan jaso behar dira, eta zitostatikoak eta infekziosoak, erabilera bakarrerako, kolore bakarreko eta haiei dagokien piktograma duten edukiontzietan.





## 6. Laborategia Duten Farmaziak

Produktuak aukeratzeko, honako hau hartu behar dute aintzat:

- Produktuek behar bezala etiketatuta egon behar dute, eta erabilerari buruzko argibideek argiak izan behar dute.
- Desinfektatzeko eta garbitzeko produktuak edo kimikoak aukeratzeko, ingurumenari eragin txikiena egiten diotenen alde egitea.





### Biltegitratzeari dagokionez:

- Produktu arriskutsuen kopurua mugatu beharra dago lantokian.
- Produktuak bateragarritasun irizpidearen arabera gorde behar dira biltegian.
- Ontziek ondo itxita eta etiketatuta egon behar dute.

### Erabilerari dagokionez:

- Kalte txikiena eragiten duten produktu kimikoak erabili behar dira, eta aintzat hartu behar dira hondakinen arriskua txikiagoa izan dadin fabrikatzaileak gomendatutako dosiak.
- Kudeaketaren betebeharren arabera, hondakin mota bakoitza botatzeko edukiontzi bat izan behar da.
- Hozkailuak, berogailuak eta labeak erabiltzerakoan ondo itxi behar dira atek eta ez dira alferrik ireki behar. Horrez gain, ez da bero dagoen produkturik sartu behar.





# 7. Sigre



29/2006 Legeak, Botiken eta Osasun Produktuen Bermeei eta Zentzuzko Erabilerari buruzkoak, lehen aldiz, ingurumena babestu beharra ezarri zuen; horretarako, hondakinak biltzea bermatzen duten sistemetan parte hartu beharra dago.

Farmazien sektoreak, SIGRE bidez, aspalditik biltzen ditu hondakinak, eta agerian uzten du, beraz, ingurumenarekiko sentsibilitatea eta ingurune naturalarekiko ardura soziala duela.

Farmazien sektorea jabetuta dago neurriak hartu behar dituela medikamentuen hondakinen tratamendu egokia bermatzeko osasun, ingurumen eta gizarte aldetik, haien bizi zikloa bukatu arte. Ilido horretatik, farmazian edukiontzia jartzea bermea da, profesionalek ikuskatu eta zaintzen baitituzte bertan utzitako botika hondakinak.

Denon laguntzaz, SIGRE sistema eraginkor eta segurua da ontziak eta botika hondakinak jasotzeko, eta osasun eta ingurumen arloko berme guztiak betetzen ditu.



## 8. Autoebaluaketa

1. Zer hondakin arriskutsu sortzen dira zure farmazian?
2. Kontsumoen eta hondakin sorreraren inbentariarik egiten al da?
3. Hondakin arriskutsuak erabiltzeko baimendutako kudeatzaileengana jotzen al duzu?
4. Zein poltsatan sartu behar dira aposituak, bendak eta antzeko materialak?
5. Ezagutzen dituzu farmazia produktuentzako azpiproduktuen poltsak?
6. Nola murriztuko zenuke paper eta kartoi hondakinen sorrera?
7. Laborategiko produktuak behar bezala etiketatuta eta gordeta daude?
8. Zer egin behar dugu ontzien hondakinekin?



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)