



Ministerio de Seguridad  
Argentina

# Guía de prácticas sostenibles para navegantes recreativos y deportivos





# Hidratación y alimentación



44% del plástico producido en el mundo se convierte en packaging descartable.



(Plastics Europe, 2022)

En el mundo, se consumen 583 mil millones de botellas de plástico anualmente.

(Euromonitor + The Guardian, 2017)

## Hidratate sin descartables!

Lleva bidones plegables con agua y tu botella reutilizable. Recomendamos cargarlos con agua y congelarlos la noche anterior.



La mejor manera de tomar algo caliente sigue siendo en una taza! Hoy puedes conseguir tazas de acero inoxidable que mantienen tu bebida caliente

Vas a tener agua fresca todo el día!

Si haces kayak o sup, puedes cargar agua en bolsas de hidratación. Permite una hidratación rápida y sencilla.

Permite una hidratación rápida y sencilla

## A granel!

Comprar alimentos a granel es mucho más práctico y evitas el uso de packaging. Puedes aprovechar y usar bolsitas de tela para rotular y separar los alimentos!



El film se puede reemplazar por los envoltorios "bee wrap". Son reutilizables y 100% biodegradables.

Si llevamos cubiertos a la embarcación para comer, los de acero o bambú siguen siendo la mejor opción.

Los tupperes reutilizables son nuestros grandes aliados a la hora de llevar y conservar alimentos en el barco.

Los platos de madera o acero siguen siendo los más cómodos y aconsejables. Son resistentes y duraderos!

Comprá golosinas a granel y llevalas en bolsitas reutilizables!



Sabías que los chicles también son de plástico? Si los consumís, no los tires al río.

# Limpieza a bordo

Las embarcaciones son responsables de dispersar especies exóticas en sus cascos lo que puede traer consecuencias negativas para el ecosistema de la marina.

(Minchin et al. 2012)

(PNA, 2020)

Si navegaste fuera de las aguas del Río de la Plata, recordá limpiar las tomas de agua y el casco de tu embarcación! Ayuda a que no se introduzcan especies exóticas.



Si hiciste wakeboard, ski acuático, sup, windsurf o kitesurf, recordá limpiar todo tu equipo antes de usarlo en el Río de la Plata. Ayuda a conservar el ecosistema de nuestras aguas.

(Ordenanza 4/98. PNA)

No bombees las mezclas oleosas de sentina en el agua donde navegas!

Los derrames de combustible y aceite se remueven utilizando almohadillas absorbentes o papel! Recordá no descartarlo en el río!



Recordá seguir la disposición de tu club

Deposita en tachos de basura o donde sea adecuado según disposición de tu club o guardería, todos los residuos líquidos, recipientes vacíos, almohadillas impregnadas con hidrocarburos, filtros de combustible y aceite usados.

Elegi productos de limpieza no tóxicos en envases recargables.

En las zonas protegidas, no se puede descargar agua sucia! Los tanques de retención de agua sucia o inodoros químicos deben ser descargados en instalaciones terrestres.

(Ordenanza 4/98. PNA)



Cuando cambias el lubricante del motor, ¡evita derramar aceite en la sentina!

(Ordenanza 4/98. PNA)

No descargues directamente en el agua productos de limpieza como detergente, abrasivos, desodorante, lavandina!

Después de navegar, hora de lavar

Si usaste el ancla, ¡lava con agua dulce y limpia tanto la cadena como el ancla antes de guardarla! Ayuda a no introducir especies exóticas en otras áreas.



# Mantenimiento de la embarcación



La navegación recreativa produce distintos grados de impacto ecológico. Un estudio reciente concluye que es urgente concientizar a todos los involucrados para proteger el ecosistema donde se navega.

(Carreño y Lloret, 2021)

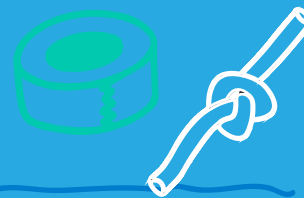
Estabas navegando, se levantó un viento fuerte y se te rompió una vela... no la tires a la basura! Si no tiene arreglo, puedes entregarla a distintas organizaciones que le dan una segunda vida!

Como por ejemplo, Tincho & Lola



Mientras navegas, no dejes las defensas colgadas. Sacalas y evita que se caigan al agua. Luego las volvés a poner cuando amarras la embarcación!

Si necesitas reparar algún elemento del barco con cinta aisladora, ¡no tires los restos al agua! Guardalos y descártalos en tierra.



Un cabo siempre viene bien. Si se rompe o cortas algún cabo, ¡guardalo! Si sabes que no lo vas a usar, traelo a tierra para descartarlo como corresponde.



Usá la embarcación frecuentemente para evitar que se depositen microorganismos (bioincrustación) en el casco y en el motor.

! Si hacés mantenimiento del casco,

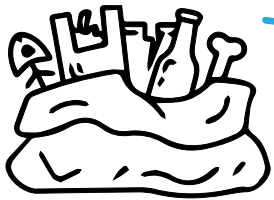
asegurate de hacerlo en el varadero para evitar que los organismos adheridos y la pintura a remover no entre en el agua y altere el ecosistema del lugar.

(Ordenanza 4/98. PNA)

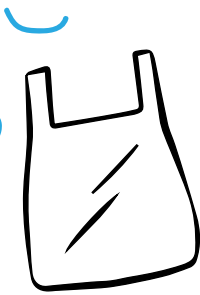


Si lijas, rectificas o perforas el exterior de la embarcación, usá herramientas con sistema de aspirado para evitar que las virutas y el polvo lleguen al agua.

Si no vas a navegar por un tiempo, sacá la embarcación del agua!



# Residuos

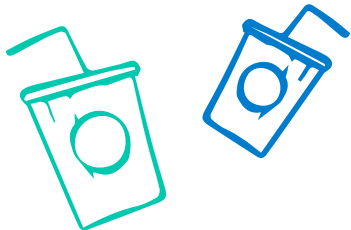


Más del 70% de los residuos censados en las playas bonaerenses continúan siendo plásticos.

(Vida Silvestres, 2023).

Jamás tiramos alimentos por la borda. No importa que sea orgánico. Todo vuelve con nosotros a tierra!

Todo lo que sube al barco debe bajar.



Evitá el plástico descartable como los sorbetes para tus bebidas o los contenedores de alimentos.

Para llevar nuestras cosas al barco podemos usar bolsas de tela que son mucho más fuertes y vienen en distintos tamaños!

Si llevas latas, recordá que pueden reciclarse! Arriba del barco separa los residuos en reciclables y no reciclables. Ahorras tiempo en tierra al gestionarlos!

Recordá que los orgánicos se pueden compostar.

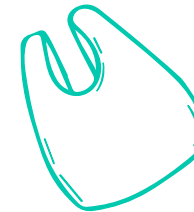


Contale a los tripulantes o pasajeros como evitar la contaminación de las aguas antes de salir a navegar!



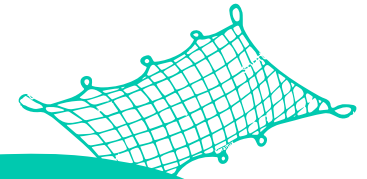
Explicá la importancia de retener a bordo la basura, especialmente plásticos, residuos oleosos y materiales tóxicos, el funcionamiento de los retretes, dónde y cómo almacenar los desechos a bordo, etc.

Mantene tus pertenencias secas! Para que no se mojen tus pertenencias, podés usar bolsas estanco. De esta forma, evitas usar bolsas de plástico descartable que se pueden volar y terminar en el agua!



Si fumás, tené a bordo un contenedor para depositar las colillas. NO las arrojes al agua. 1 sola colilla de cigarrillo contamina hasta 1.000 litros de agua. (Roder Green et al., 2014)

Si encontrás líneas de pesca, redes, cuerdas de pesca u otro material plástico en las hélices o tomar de mar, no las tires al agua! Guardalas y descartalas en tierra como corresponde.



Evita que otra embarcación esté en riesgo! No dañes la flora-fauna del lugar!

No uses productos que contengan microplásticos como cremas faciales, dentífricos, cosméticos y productos de limpieza. Si en los ingredientes mencionan "polietileno" no los subas a bordo!

