



PONTIFICIA
UNIVERSIDAD
CATÓLICA
DE CHILE



GUÍA VERDE

para estudiantes
que se integran
a la UC



Estimada Comunidad

Estamos muy felices de que hayan escogido a nuestra universidad y a Chile para su desarrollo internacional.

En UC Chile entendemos la internacionalización como una experiencia crucial en el cuidado de la casa común, particularmente en un mundo global y multicultural. Consecuentemente, pretendemos integrar una dimensión internacional, como también el desarrollo de competencias interculturales y globales al interior de nuestra comunidad universitaria.

Esta mirada se refleja en una movilidad renovada, con un modelo moderno, inclusivo y sustentable, que permita abrir nuevas fronteras para que personas de distintos países vengan a aprender, intercambiar conocimientos y potenciar sus investigaciones en nuestros campus.

Sabemos que venir a Chile puede generar una carga importante en la huella de carbono. Sin embargo, valoramos la decisión que han tomado para integrarse a nuestra comunidad universitaria. Por ello, con el propósito de acompañarles en el camino de transformación para convertirse en un(a) ciudadano(a) global, dejamos a su disposición esta guía verde.

En ella, podrán encontrar información de utilidad sobre acciones amigables con el medio ambiente, las cuales podrán aplicar tanto durante su movilidad en Chile como en el regreso a su país, a su universidad y a lo largo de toda su vida.

Esperamos que esta guía pueda ser una semilla que ayude a mitigar el impacto que generamos como seres humanos en el medio ambiente, contribuyendo a un mundo más verde y sustentable.

Dirección de Movilidad Global
Dirección de Sustentabilidad

**GUÍA VERDE PARA ESTUDIANTES
QUE SE INTEGRAN A LA UC**
Edición 2023

Vicerrectoría de Asuntos Internacionales
- Dirección de Movilidad Global

Prorectoría
- Dirección de Sustentabilidad

Diseño: Dirección de Diseño Corporativo

 Licencia Creative Commons
Atribución 4.0 Internacional.



Índice

Antes de que llegues a Chile	6
Cuando ya estés acá (transporte)	8
Viajar por el país	10
Comprar y comer sustentablemente	11
Moda sustentable	12
Agua	13
Puntos de reciclaje en el campus UC: qué reciclar y cómo	14
Puntos de reciclaje en la ciudad	15
¡Involúcrate! Iniciativas sustentables en la UC	16
Cuando te vayas de Chile	21
Involúcrate más allá de la UC	22
¿Cómo se ha elaborado esta guía?	23

Antes de que llegues a Chile

Para llegar a esta “larga faja de tierra” llamada Chile, ubicada al final del cono sur del continente americano, puedes hacerlo por vía terrestre, por avión o incluso por mar. Cualquiera de estas modalidades implica desplazarse largas distancias y generar una gran huella de carbono. ¡Pero no te desanimes! Si escoges llegar en avión podrás evaluar conseguir vuelos en aerolíneas que tengan planes de compensación de huella de carbono. Además, mientras te encuentres en Chile -para reducir tu huella de carbono e impacto en el medio ambiente- podrás realizar acciones y actividades amigables con el medio ambiente, algunas de las cuales compartimos contigo en esta guía.

Prepara tu kit sustentable para minimizar tu huella durante tu trayecto

Elementos útiles para llevar cuando viajes:

- Bolsa reutilizable
- Botella térmica
- Set de cubiertos
- Servilletas de tela
- Taza térmica reutilizable
- Recipiente reutilizable para tus snacks



¡Recuerda!

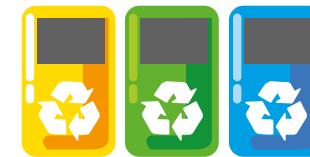


1.

Llevar tu tarjeta de embarque en **formato digital**.

2.

Si no llevas **tu propio tazón**, al solicitar una bebida caliente puedes optar por pedirlo sin la tapa.



3.

Utiliza los puntos de reciclaje de los aeropuertos si es que generas residuos reciclables como plásticos, papel, latas o vidrios.



4.

Reduce tu consumo de alimentos derivados de animales.



5.

Si compras, **compra local**, sin envoltorio o empaquetado, y busca el logo de *fair trade* o similar.

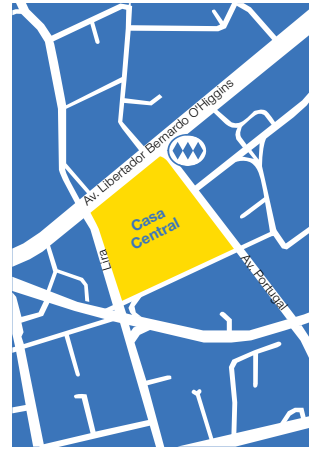
Cuando ya estés acá (transporte)

Si escoges vivir cerca del campus UC donde estudies/trabajes, podrás trasladarte caminando o en bicicleta. Además, la UC tiene el programa SIBICO de préstamo de bicicletas. En este puedes pedir prestada una bicicleta por el semestre igual de fácil como pides prestado un libro.

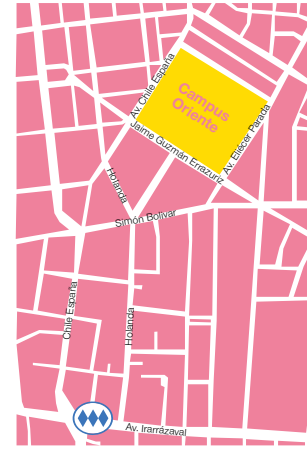
Si vives lejos del campus UC donde estudies/trabajes, escoge trasladarte en transporte público, como el tren subterráneo (Metro de Santiago) o los buses (conocidos como "micros"). Todos nuestros campus están cerca de estaciones del Metro: campus Casa Central (Metro Universidad Católica, Línea 1), campus San Joaquín (Metro San Joaquín, Línea 5), campus Lo Contador (Metro Pedro de Valdivia, Línea 1), Campus Oriente (Metro Chile-España, Línea 3).

Programa SIBICO (Préstamo de bicicletas)

Visita la web de SIBICO: [Pincha aquí](#)



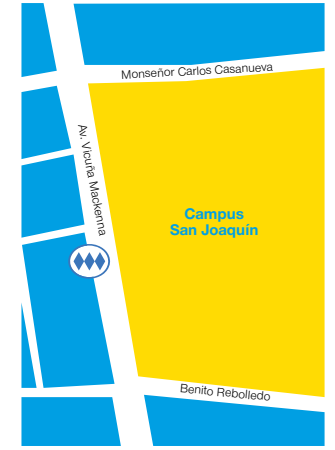
Campus Casa Central
Metro Universidad Católica,
Línea 1



Campus Oriente
Metro Chile-España
Línea 3



Campus Lo Contador
Metro Pedro de Valdivia,
Línea 1



Campus San Joaquín
Metro San Joaquín
Línea 5



Viajar por el país

Siendo Chile un país largo y angosto, posee una amplia variedad de climas, donde podrás encontrar el desierto más árido del mundo, playas de todo tipo, subir o nadar dentro de un volcán, explorar un glaciar y un sinfín de experiencias más.

[Pincha aquí](#)

Al viajar por el país, dependiendo de las distancias, podrás hacerlo en distintos tipos de transporte. Escoge transporte masivo y, si es necesario que viajes en automóvil, trata de que tu trayecto sea compartido.



Comprar y comer sustentablemente

En la UC podrás encontrar muchas alternativas de comida saludable en el circuito de casinos de los campus.

[Pincha aquí](#)

Escoge alimentarte de forma saludable preparando tus propios snacks. Infórmate sobre talleres y programas que promueven la salud física, mental y dental de los y las estudiantes, con alimentos producidos localmente.

[Pincha aquí](#)

Escoge una dieta de alimentos menos procesados y libres de sellos. Chile fue pionero en el desarrollo de los sellos de advertencia (que alertan sobre la presencia excesiva de azúcares, calorías, grasas saturadas o sodio en los alimentos) y fue el primer país en establecerlos a nivel nacional y de manera obligatoria.



Si cocinas en tu casa, privilegia los productos locales y de estación que podrás encontrar en mercados de productos agrícolas (“ferias libres”), los cuales están en todas las comunas de Santiago (sumando más de 400 establecimientos). Si quieres encontrar la feria más cercana a tu domicilio

[Pincha aquí](#)

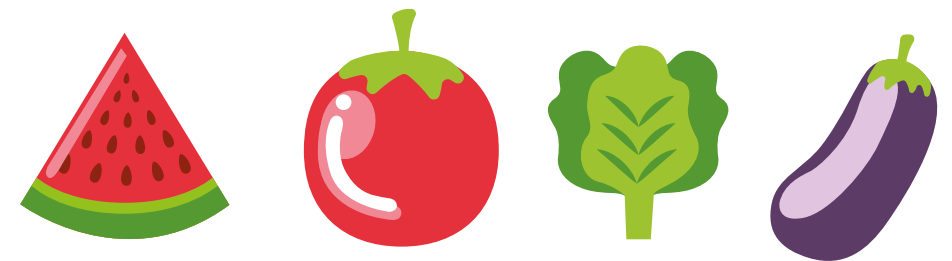
Planifica tus compras de alimentos frescos, para evitar pérdidas por descomposición.

Compra fruta con formas divertidas y/o rústicas. Muchas frutas y vegetales son desechados y/o arrojados a los vertederos porque su tamaño, forma o color no son los “típicos”. Al comprar estas frutas sanas en algún mercado local o incluso en supermercados, junto con alimentarte, evitas que se pierda comida y que esta se transforme en un desecho.

¿Conoces la iniciativa Goodmeal? Miles de usuarios conscientes pueden comprar y rescatar esta comida a un precio reducido.

[Pincha aquí](#)

Vincúlate con otros(as) consumidores(as) para compartir datos de alimentos sustentables (cooperativas de consumo, canastas de alimentos orgánicos, ecoferias, entre otros). Cuando vayas al mercado lleva tu propia bolsa reutilizable de compras.



Moda sustentable

Sabemos que querrás conocer los estilos y tendencias de moda locales, por lo que te animamos a buscar alternativas de moda de programas de economía circular (ya sea ecodiseñada, usada, etc.), como por ejemplo las tiendas Coaniquem. Visita el sitio:

[Pincha aquí](#)

Además, podrás intercambiar la ropa que ya no necesites por otras prendas en las ferias de reuso que toman lugar cada semestre en nuestra universidad (atentos/as al Instagram de @UCSustentable, donde podrás enterarte de fechas de este evento), y reciclar aquella ropa que no usas con iniciativas como Eco-citex, para evitar que terminen convirtiéndose en basura.

[Pincha aquí](#)

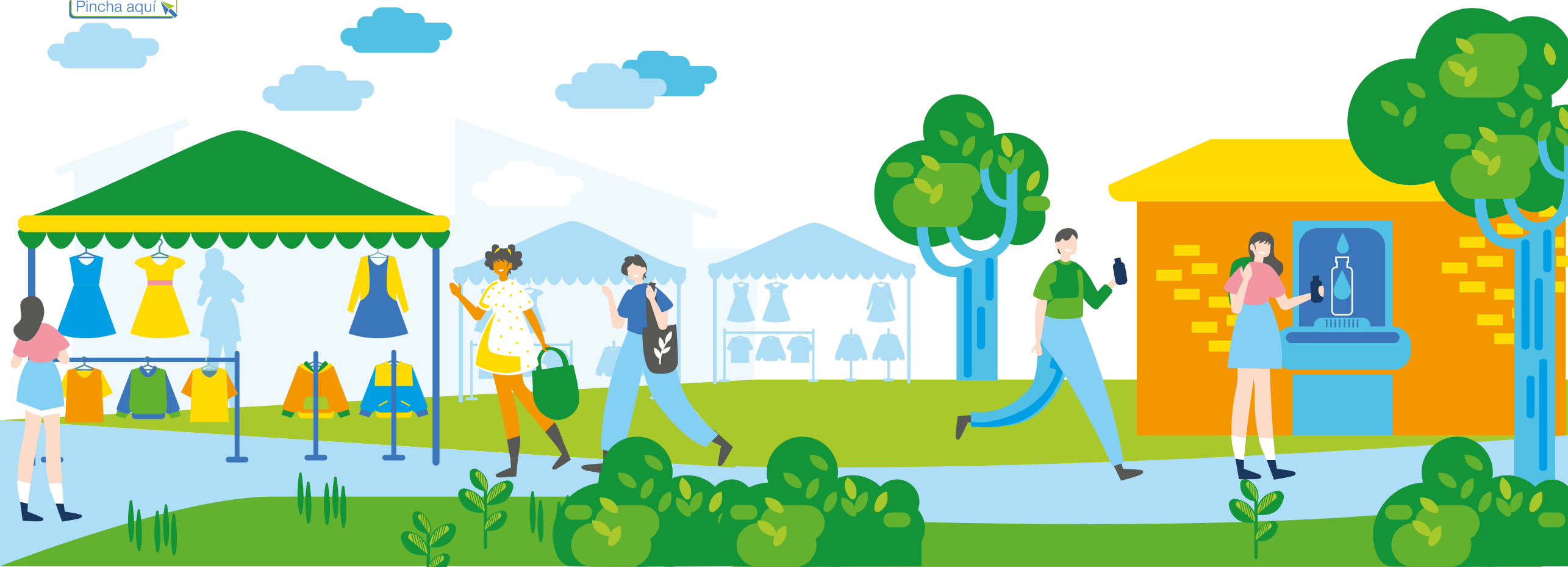
Evita el fast fashion y lava conscientemente tus prendas usando la carga completa de la lavadora. Te invitamos a conocer más de este tema viendo documentales reveladores como The True Cost (2015), donde queda de manifiesto cómo la moda ha bajado de precio, mientras su impacto ambiental, sus desechos y los costos humanos se han disparado.

Agua

Chile es uno de los países que lidera la crisis hídrica en América Latina. Ayúdanos a cuidar el agua y toma duchas cortas (si es posible de no más de seis minutos) y no te des baños de tina, pues estos requieren utilizar mayor cantidad de agua.

Prefiere hidratarte con los hidropuntos que tenemos en todos los campus UC. Puedes revisar su ubicación:

[Pincha aquí](#)



Puntos de reciclaje en el campus UC: qué reciclar y cómo

Con el objetivo de hacer del reciclaje una dinámica propia en la comunidad UC, en los patios de los diferentes campus de nuestra universidad encontrarás Puntos Verdes, los cuales están provistos de contenedores que reciben separadamente diferentes materiales para reciclar vidrio, metales, plásticos PET, papeles y un contenedor que recibe residuos comunes. Además, en todos los campus hay puntos fijos de reciclaje (conocidos como el Punto Limpio Central) para otros tipos de materiales, los cuales están abiertos para toda la comunidad.

También en el campus San Joaquín podrás reciclar tu aceite usado y libros.

Súmate a la campaña de reciclaje de residuos eléctricos y electrónicos menores que realizamos en el mes de mayo y octubre en todos los campus UC.



Puntos de reciclaje en la ciudad

En varias comunas de Santiago existen puntos de reciclaje. Solo debes revisar su disponibilidad y horario de atención en la web. Se pueden reciclar casi todos los materiales (envases, botellas de vidrio y plástico, baterías, cartón, metales, latas, etc.). Recuerda que para reciclar debes limpiar los envases.

Te compartimos también un mapa del reciclaje en la ciudad, que puedes visitar en el sitio

[Pincha aquí](#)



¡Involúcrate! Iniciativas sustentables en la UC

Huerto San Francisco

[Pincha aquí](#)

El Huerto San Francisco es un espacio educativo que a través de la conexión con la naturaleza y la producción agroecológica permite una reflexión en torno a la sustentabilidad. Es un lugar de encuentro, formación y promoción, extendido en torno a los sistemas alimentarios regenerativos hacia la comunidad UC. Súmate a los Miércoles Huerteros y conecta con la comunidad y la naturaleza (todos los días miércoles de 12:00 a 14:00 horas).



ECOS Programa Ayudantes

[Pincha aquí](#)

El programa de ayudantes reúne a los y las estudiantes de la UC que se sienten llamados(as) a participar de manera activa en los proyectos y campañas que buscan empujar la sustentabilidad en nuestros campus, los cuales actúan como laboratorios vivos de aprendizaje. Postula a las ofertas que publicamos durante el año en el instagram @UCSustentable.

El Container

[Pincha aquí](#)

El Container es un taller mecánico de bicicletas colaborativo, el cual cuenta con un espacio físico equipado que entrega soporte a la tarea de educar a la comunidad, en aspectos relacionados con la vialidad, la mecánica, el trabajo en equipo, las prácticas sustentables y sanas, que involucran el uso de la bicicleta como medio de transporte urbano, recreativo, deporte y/o exploración.



Biohuerto

[Pincha aquí](#)

Agrupación estudiantil que busca consolidarse como un faro agroecológico, generando redes conscientes entre estamentos (funcionarios, estudiantes y profesores) y con las comunidades territoriales aledañas.



Vivero Forestal Dombeyi

[Pincha aquí](#)

La misión de este vivero es generar educación ambiental, logrando una mayor valoración de nuestras especies nativas, a través de actividades prácticas, como lo son los talleres de lombricultura, viverización o reconocimiento de especies nativas.



Cicletada Intercampus

Hacer de la bicicleta un medio de transporte diario tiene múltiples beneficios, entre los que destacan: mejorar el rendimiento físico y estado de ánimo, contribuir al cuidado del medio ambiente o ayudar a descongestionar la ciudad, entre otros. Este evento se realiza cada año, el último viernes del mes de septiembre, con motivo de la celebración del día mundial sin auto, invitando a la comunidad a realizar un pedaleo en la ciudad en una actividad recreativa y de encuentro.



Tour Sustentable

Entérate en el Instagram [@UCSustentable](#)

Durante el año se promueven distintas instancias en el campus San Joaquín, abiertas para estudiantes, grupos de funcionarios/as y académicos/as que quieran conocer más sobre sustentabilidad y los campus. Te invitamos a sumarte al Tour Sustentable (disponible en versión a pie o en bicicleta) y a las visitas guiadas que realizamos en el Huerto San Francisco y en el Vermicampus del campus San Joaquín.



Instituto para el Desarrollo Sustentable UC

[Pincha aquí](#)

El Instituto para el Desarrollo Sustentable tiene como misión la formación de personas, la creación de conocimiento, la promoción y fomento de la ecología integral y la sustentabilidad, contribuyendo al desarrollo integral del ser humano. Revisa sus cursos e instancias de capacitación.



Dirección de Sustentabilidad UC

[Pincha aquí](#)

La UC comprende la sustentabilidad como “una construcción colectiva mediante la cual la humanidad aspira a la posibilidad de que el ser humano y otras formas de vida florezcan en el planeta de manera perpetua” (John Ehrenfeld, MIT 2012). Creemos que la sustentabilidad es un pilar sobre el cual ir construyendo nuestra responsabilidad social y medioambiental, y nuestro quehacer académico y desarrollo profesional.

La Dirección de Sustentabilidad te invita a conocer más detalles sobre esta temática y a construir juntos una cultura de sustentabilidad que se respire en cada rincón de nuestros campus y se proyecte a la sociedad.



Cursos y charlas sobre sustentabilidad en la UC

Puedes revisar el listado con la oferta de cursos actualizados semestralmente enfocados y relacionados con la sustentabilidad dentro de la UC.

Encuentra detalles aquí:

[Pincha aquí](#)

Te invitamos también a revisar los cursos del Programa de Formación General de la UC del Área Temática Ecología Integral y Sustentabilidad.

[Pincha aquí](#)

Charlas periódicas sobre sustentabilidad en la agenda UC.

Encuentra más información:

[Pincha aquí](#)



Cuando te vayas de Chile

¡Regala o comparte cosas que no puedes llevarte de vuelta a tu país! Puedes donar o entregar a organizaciones.

Dona tus libros (en Bibliotecas UC):

[Pincha aquí](#)

Recicla los artefactos electrónicos. Puedes encontrar información en Chilenter en este sitio:

[Pincha aquí](#)

O puedes encontrar fácilmente en la web decenas de lugares de acopio de los más insospechados tipos de donaciones.

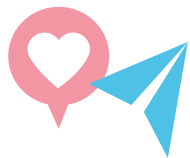


Involúcrate más allá de la UC



1.

Cuando regreses a tu país, comparte tu experiencia de movilidad sustentable en la UC y en Chile.



2.

¡Comparte! No solo des un “like”. Si lees un post interesante sobre cambio climático, compártelo en tus redes.



3.

¡Contribuye! ¿Cómo hacerlo? Puedes encontrar información aquí:

[Pincha aquí](#)



4.

¡Opina! Pídele a las autoridades locales y nacionales involucrarse y financiar iniciativas que no dañen el planeta.



5.

Calcula tu huella de carbono personal. Puedes encontrar un medidor de huella de carbono aquí:

[Pincha aquí](#)

¿Cómo se ha elaborado esta guía?

La inspiración viene de:

- University College Dublin (UCD) Global´s green guide www.ucd.ie/global/sustainability/
- The lazy person’s guide to saving the world (Naciones Unidas) www.un.org/sustainabledevelopment/takeaction/
- Objetivos de Desarrollo Sostenible (Naciones Unidas) www.un.org/sustainabledevelopment/es/
- Renovación de la Movilidad: resultados de un proceso colaborativo www.internacionalizacion.uc.cl/noticias/un-nuevo-modelo-de-movilidad-internacional/
- Iniciativas Sociales UC www.iniciativassociales.uc.cl/

Sitios de Interés

- Dirección de Sustentabilidad www.sustentable.uc.cl
- Vicerrectoría de Asuntos Internacionales www.internacionalizacion.uc.cl
- Instituto para el Desarrollo Sustentable UC www.desarrollosustentable.uc.cl
- Dónde Reciclo www.dondereciclo.cl
- Huella Chile www.huellachile.mma.gob.cl
- Ministerio de Medio Ambiente www.mma.gob.cl



PONTIFICIA
UNIVERSIDAD
CATÓLICA
DE CHILE

Diseño: Diseño Corporativo. Vicerrectoría de Comunicaciones y Extensión Cultural.



UNIVERSIDAD ACREDITADA • 7 AÑOS
Máxima acreditación en todas las áreas
Docencia de pregrado / Gestión institucional
Docencia de postgrado / Investigación
Vinculación con el medio. HASTA NOV. 2025



DISEÑO 100%
DIGITAL

¡Aportando a
construir un mundo
más sustentable!