



Universidad Autónoma del Estado de México

La Hora del Planeta llama a transformar hábitos y fortalecer la conciencia ambiental

•*Ruth Moreno Barajas, académica de la UAEMéx, destacó la importancia de ir más allá del gesto simbólico, ya que el cambio climático exige acciones colectivas para evitar impactos irreversibles.*

Toluca, Méx. - 28 de marzo de 2026. La iniciativa internacional La Hora del Planeta representa una oportunidad para reflexionar sobre la necesidad de modificar los hábitos de consumo y fortalecer la conciencia ambiental en la sociedad, afirmó la profesora e investigadora de la Facultad de Planeación Urbana y Regional de la Universidad Autónoma del Estado de México (UAEMéx), Ruth Moreno Barajas.

La académica explicó que esta acción global, impulsada por el Fondo Mundial para la Naturaleza (WWF), consiste en apagar las luces durante una hora como un gesto simbólico para visibilizar la urgencia de proteger el planeta y actuar frente al cambio climático.

“La Hora del Planeta busca concientizar a la humanidad sobre la importancia de cuidar nuestro entorno. Más allá de apagar la luz, lo que realmente se pretende es generar un cambio de hábitos y propiciar una reflexión colectiva sobre cómo vivimos y cómo nuestras acciones impactan en el medio ambiente”, señaló.

Destacó que esta iniciativa surge en el contexto de las discusiones internacionales sobre el cambio climático y los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS) de la Agenda 2030, ante la urgencia de frenar el incremento de la temperatura global.

“El planeta enfrenta un aumento gradual de la temperatura y el límite establecido es de 1.5 grados Celsius. Alcanzar ese punto podría traer consecuencias irreversibles. Por ello, se han impulsado diversas estrategias para sensibilizar a la población mundial y fomentar acciones que contribuyan a evitar ese escenario”, puntualizó la universitaria.

Entre los efectos ya visibles del calentamiento global se encuentran el derretimiento de glaciares, el aumento del nivel del mar y la alteración de los patrones climáticos, fenómenos que afectan directamente la disponibilidad de agua, la biodiversidad y las condiciones de vida de diversas especies, incluida la humana.

En este contexto, la investigadora subrayó el papel fundamental de las instituciones de educación superior en la promoción de una cultura ambiental responsable.

Asimismo, destacó que la UAEMéx ha implementado diversas acciones orientadas al uso responsable de los recursos, como proyectos de aprovechamiento de energía solar,





Universidad Autónoma del Estado de México

programas de ahorro de agua y el impulso a investigaciones científicas enfocadas en la sostenibilidad.

“La universidad ha comenzado a implementar estrategias importantes, como el uso de paneles solares y proyectos relacionados con el manejo del agua. Son avances relevantes, aunque aún queda un amplio camino por recorrer para consolidar una cultura ambiental sólida”, apuntó.

Ruth Moreno Barajas enfatizó que el impacto de iniciativas como La Hora del Planeta no se limita al ahorro energético momentáneo, sino al cambio de mentalidad que pueden generar en la sociedad.

Finalmente, invitó a la población a sumarse a estas acciones mediante prácticas cotidianas como reducir el consumo innecesario, cuidar el agua, usar la energía de manera responsable, separar residuos y privilegiar el consumo de productos locales.

