



TOGETHER FOR NATURE

# APAGUE LAS LUCES

**Ahorre energía, salve las aves, vea las estrellas.**

Los programas Lights Out ayudan a mitigar el impacto sobre las aves, a la vez que ayudan a ahorrar energía y dinero, a reducir nuestra huella de carbono, y a preservar nuestra vista de las estrellas. Usted también puede ayudar tomando el compromiso de apagar las luces en casa.

## ¿Cómo puede la lucha contra la contaminación lumínica ayudar a las aves?

*La luz de noche es un problema creciente que afecta a millones de aves que atraviesan Oregón en sus migraciones a lo largo de las vías del Pacífico cada primavera y otoño.*

Muchas aves migran de noche cada primavera y otoño, guiándose por la luna y las estrellas. Cuando las aves sobrevuelan las ciudades muy iluminadas, el resplandor del cielo las puede desorientar y atraerlas al laberinto de las áreas urbanas, donde se enfrentan a peligros secundarios que pueden dificultar mucho su supervivencia.

Sin factores adicionales, la migración ya es un logro difícil y que requiere mucha energía para los millones de aves que hacen estos trayectos.

### La noche es hábitat

Por 4.5 billones de años, no hubo luz artificial en la tierra, y los sistemas biológicos evolucionaron con ciclos de luz y oscuridad. Hoy día el planeta está bañado en luz, desde las farolas de las calles a los reflectores de los estadios deportivos. De acuerdo con el nuevo Atlas Mundial de Resplandor artificial nocturno, más del 99% de las personas de Estados Unidos viven bajo el resplandor de la contaminación lumínica.

Cuando iluminamos la noche, fragmentamos la oscuridad y afectamos a ecosistemas que dependen de patrones delicados de luz y oscuridad, cuyos ritmos gobiernan los ciclos de sueño y la migración, hibernación, florecimiento, etc.

### Qué puede hacer usted

- 1. Ayude a prevenir las colisiones contra las ventanas en su casa** | Las colisiones contra las ventanas matan hasta 1 billón de aves cada año, convirtiendo esto en una de las tres mayores amenazas a las aves silvestres. Las aves no perciben el vidrio sin marcas como una barrera, y vuelan directamente hacia reflejos de cielo o hábitat. Casi la mitad de las colisiones ocurren en edificios residenciales de 1-3 plantas y más de la mitad en edificios comerciales bajos. Esto significa que necesitamos su ayuda en casa para abordar este problema.
- 2. Elija luces LED cálidas y bien protegidas para reducir la contaminación lumínica** | Las LEDs tienen una vida larga y ofrecen un ahorro de energía significativo. Sin embargo, algunos tipos de LEDs producen luz blanca rica en azules que se extiende fácilmente en la atmósfera y puede afectar los ritmos circadianos de los humanos, las plantas, las aves, los peces y la vida silvestre. Hay muchos productos LED disponibles hoy en día que proporcionan eficiencia energética sin comprometer el ecosistema ni la salud humana. Hoy en día hay LEDs cálidas fáciles de encontrar y de costo efectivo. Cuando haga el cambio a LED, asegúrese de elegir luces cálidas de menos de 3,000 Kelvins. Elija siempre iluminación que dirija la luz hacia abajo.



**¡Únase al compromiso de ahorrar energía, salvar las aves y ver las estrellas!**

*Revise la iluminación de su casa y siga las mejores prácticas:*

- Apague todas las luces exteriores cuando no las esté usando.
- Asegúrese de que las luces exteriores alumbran hacia abajo y tienen buenas pantallas para que no pase la luz ni creen reflejos.
- Instale sensores de movimiento en las luces exteriores para que se enciendan solo cuando las necesite.
- Cuando haga el cambio a LED, elija luces cálidas (de 3,000 Kelvins o menos)
- Durante la temporada migratoria, baje las persianas o corra las cortinas para reducir el derrame de luz.

Para obtener más información, póngase en contacto con Mary Coolidge, coordinadora de la campaña Bird Safe (aves a salvo) en [mcoolidge@audubonportland.org](mailto:mcoolidge@audubonportland.org)