



GUÍA DE CONSTRUCCIÓN

Una guía para para construir la casa de tus sueños en Nosara de manera más amigable con el medio ambiente

¡Siga esta guía para hacer su parte y minimizar nuestro impacto!



**WILDLIFE CONSERVATION
ASSOCIATION**

AMBIENTE • SOSTENIBILIDAD • EDUCACIÓN
Nosara, Costa Rica • wcanosara.org



GUÍA DE CONSTRUCCIÓN

Wildlife Conservation Asssociation • Nosara, Costa Rica • wcanosara.org
AMBIENTE • SOSTENIBILIDAD • EDUCACIÓN

1

PROPEDIAD

Las limitaciones ambientales de su terreno



2

DISEÑO

Las características de su proyecto de construcción



3

MATERIALES

El tipo de materiales que se utilizan para construir



4

CONSTRUCCIÓN

Los pasos del proceso de construcción



5

MOBILIARIO

Los toques finales dentro de su edificio



6

MANTENIMIENTO

El mantenimiento necesario para la sostenibilidad a largo plazo





BIENVENID@ A NOSARA!

Estimado Agente de Cambio,

Si ha comprado una propiedad en el área, ¡felicidades! Se está uniendo a una comunidad que se esfuerza por vivir en equilibrio con la naturaleza. **Los primeros 200 m de costa aquí están protegidos por el Refugio Nacional de Vida Silvestre Ostional, un reconocido mundialmente como sitio de importancia para la tortuga lora.** Los 5 km de zona de amortiguamiento circundantes, incluidos Guiones y Nosara, son esenciales para proteger el ecosistema y la vida silvestre nativa.

Construir de manera sostenible en Nosara significa que debe considerar el medio ambiente, así como la cultura y la economía local al tomar decisiones sobre el diseño de su hogar. Si bien existen algunas regulaciones para proteger este lugar especial, actualmente hay poca aplicación o supervisión debido a la financiación y recursos limitados del gobierno. Lo que significa que, **en última instancia, depende de usted autorregularse y ser un propietario o desarrollador responsable.**

Hay muchas cosas que considerar durante el proceso de compra de una propiedad, diseño y construcción de su hogar. Aquí en la WCA, **hemos considerado las regulaciones existentes y propuestas, los estudios científicos y los objetivos de sostenibilidad para determinar las mejores prácticas que protegerán a las tortugas marinas y otros animales salvajes de los impactos del desarrollo.** Las siguientes pautas están destinadas a proporcionar una hoja de ruta para mitigar las implicaciones potencialmente dañinas de su proyecto.

Esperamos que esta guía le ayude a tomar decisiones ecológicas y le permita tener un impacto más positivo en la comunidad local.



**WILDLIFE
CONSERVATION
ASSOCIATION**

ENVIRONMENT • SUSTAINABILITY • EDUCATION

Inspirando comunidades sostenibles a través de la investigación, el alcance comunitario y experiencias educativas inmersivas.

Nosara, Costa Rica • wcanosara.org



GUÍA DE CONSTRUCCIÓN

PROPIEDAD



DOCUMENTACIÓN Y UTILIDADES

Primero, asegúrese de tener lo siguiente en orden:

- Título o plano de propiedad
- Límites de la propiedad verificados con un topógrafo
- Acceso a agua y electricidad



ENCUESTA TOPOGRÁFICA

Determina la elevación y características naturales de su propiedad

- Construir en áreas elevadas
- Considerar el flujo de agua de lluvia en su diseño
- Obtener una licencia si está moviendo 200+ m³ de suelo



TIP DE CONSTRUCCIÓN

Evite llenar o construir en zonas de inundación, planifique el drenaje y nivele su lote de manera que permita que el agua fluya naturalmente durante las fuertes lluvias



ESTUDIO DE SUELO

Determina la tasa de percolación del suelo y espacio requerido para el tratamiento de aguas residuales

- Realizar en la temporada lluviosa (o suponer tasas de filtración más lentas)
- Asegurarse de dejar suficiente espacio para el campo de drenaje séptico requerido



ENCUESTA DE ÁRBOLES

Determina las especies de árboles que viven en su propiedad

- Consulte [aquí](#) las especies de árboles protegidas cuya tala es ilegal
- Minimice la tala de árboles, especialmente donde los árboles se conectan con otras áreas boscosas



SEGREGACIÓN Y DESARROLLO DE LOTES

- Separar en parcelas grandes (1000+ m cuadrados) para dejar espacio para sistemas sépticos eficientes
- Planificar parques para conectar el hábitat con las propiedades vecinas
- Registrar su propiedad como Servidumbre Ecológica



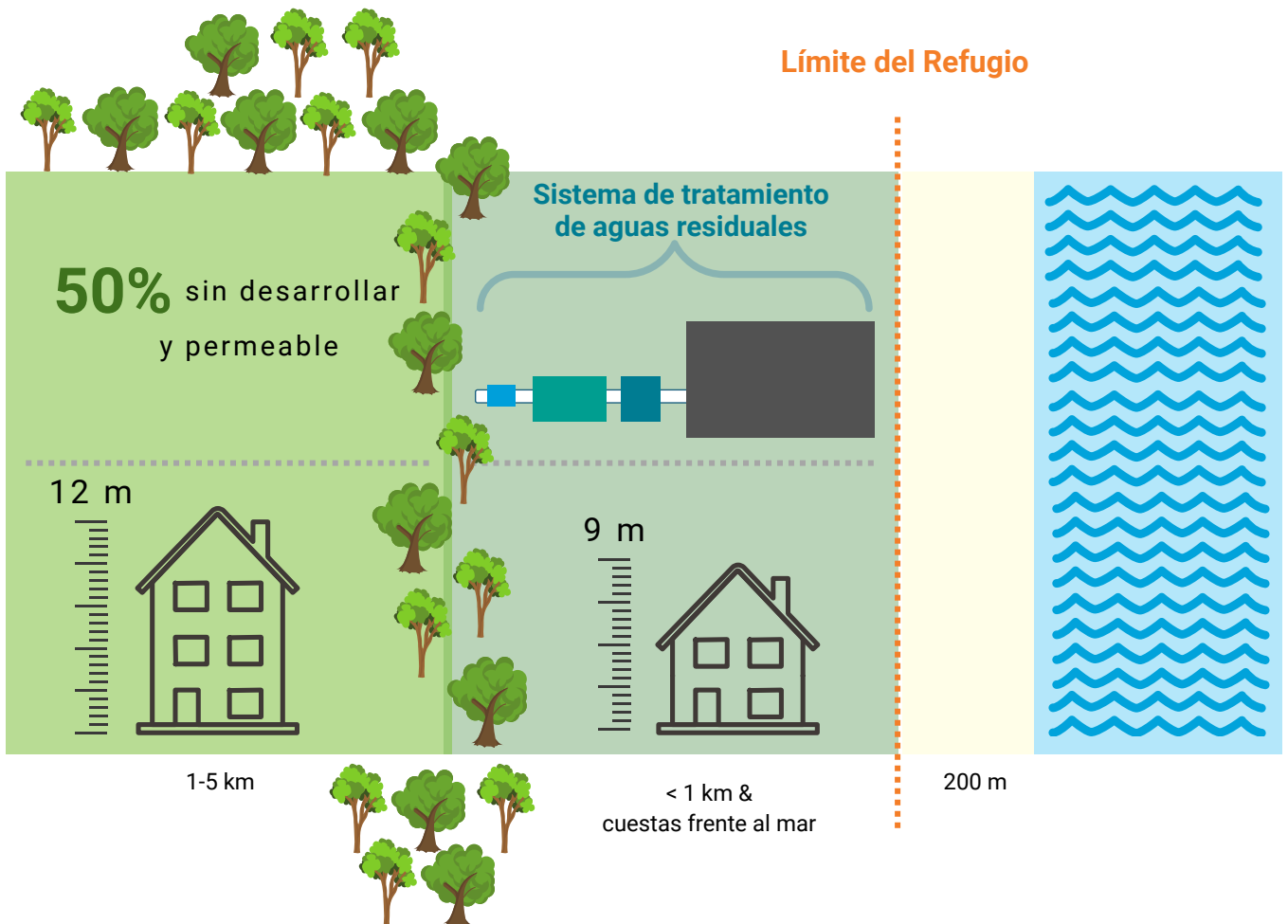
GUÍA DE CONSTRUCCIÓN

DISEÑO



HUELLA Y ALTURA DEL EDIFICIO

- ✓ Dejar más del 50 % de la propiedad sin desarrollar y permeable al agua de lluvia para garantizar suficiente espacio para el mantenimiento futuro y la gestión del agua
- ✓ Elevar la estructura del suelo para reducir el impacto del movimiento de la tierra, reducir la humedad y mejorar la ventilación
- ✓ Dejar áreas verdes que conecten con el hábitat vecino
- ✓ Designar un espacio para un campo de drenaje séptico, donde no haya árboles ni entrada de vehículos y a más de 30 m de pozos o arroyos cercanos.
- ✓ Limitar la altura del edificio para mantenerse por debajo de la línea de árboles y reducir la contaminación lumínica





GUÍA DE CONSTRUCCIÓN

DISEÑO



ARQUITECTURA

- ✓ Construir sobre un eje este-oeste con ventanas que permitan la ventilación cruzada por los vientos del noreste
- ✓ Usar ventanas de cristal doble y evitar las ventanas del lado oeste para mantener el calor afuera
- ✓ Incluir techo grandes que sobresalen (más de 60 cm) para mantener el sol fuera de las ventanas y proteger de la lluvia
- ✓ Limitar la iluminación exterior, usar sensores de movimiento, accesorios de montaje bajo o cubiertos para reflejar la luz hacia abajo y reducir la contaminación lumínica
- ✓ Incluir ventiladores de techo en todos los espacios y limitar los espacios cerrados con unidades de aire acondicionado para ahorrar energía
- ✓ Incluir techos altos que tengan ventilación cerca de la parte superior de la pared para permitir que escape el calor
- ✓ Planificar para la recolección de aguas grises o pluviales, energía solar o calentador de agua solar



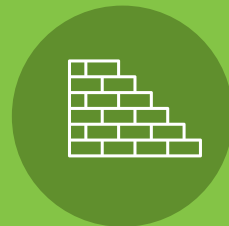
TIP DE CONSTRUCCIÓN

Consulte con empresas locales especializadas en certificaciones LEED, EDGE o Bandera Azul para asegurarse de minimizar el impacto de su construcción.



GUÍA DE CONSTRUCCIÓN

MATERIALES



Como regla general, elija siempre materiales que sean:

- bajo mantenimiento
- resistente a la humedad
- durable
- anticorrosivo
- no tóxico
- resistente a plagas
- de origen local



¿SABÍAS QUE?

Estas opciones le ahorrarán dinero y disminuirán su huella de carbono, pero también son más fáciles de obtener y los trabajadores están familiarizados con ellas.



OPCIONES LOCALES



La **teca** es resistente a las plagas, duradera y disponible localmente.



El **bambú** es resistente a las plagas y duradero, pero proviene de lugares más lejanos.



Los **materiales reciclados** o la **madera recuperada** son una buena opción, especialmente para detalles como encimeras, tarimas, vallas o tejados.



La **pedra natural** es una excelente opción de origen local para acentos estéticos.



El **aislamiento de celulosa** o **reciclado** es una alternativa más sostenible que la fibra de vidrio o la espuma de poliestireno.



Los **contenedores** u otras **casas prefabricadas** reducen en gran medida los desechos, el tiempo de construcción y el impacto general de su construcción, pero deberá aislar y ventilar para reducir los requisitos de energía a largo plazo.



Los **bloques de arcilla o tierra** son una alternativa sostenible al concreto, si puede encontrar un constructor con experiencia en el uso de estos materiales.



El **concreto**, aunque no es la opción más sostenible (requiere mucha agua), el cemento se produce aquí en Costa Rica, requiere menos mantenimiento y es un buen aislante del calor.



GUÍA DE CONSTRUCCIÓN

CONSTRUCCIÓN




TIPS GENERALES

- ✓ No permitir que los trabajadores vivan en el sitio de construcción
- ✓ Incluir medidas adicionales en su contrato de construcción que establecen reglas claras y sanciones por incumplimiento
- ✓ Contratar un gerente de proyecto sin conflicto de intereses para una supervisión adecuada, especialmente si estará ausente.



RESIDUOS SÓLIDOS

- ✓ Requerir separación de residuos y eliminación regularmente
- ✓ Asegurarse de que no se queme basura en el sitio y no se lleva a rellenos ilegales
- ✓ Requerir una limpieza completa de basura y cemento del sitio y área circundante posterior a la construcción.


¿SABÍAS QUE?

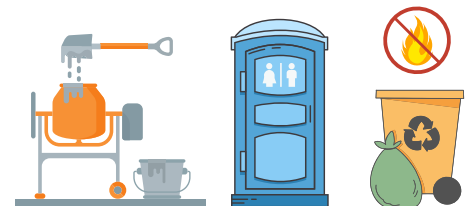
La construcción puede crear una perturbación para los vecinos y la vida silvestre por hasta 14 h al día, 7 días a la semana y genera una cantidad considerable de desechos y contaminación del agua.

RUIDO Y CONTAMINACIÓN LUMÍNICA

- ✓ Restringir el ruido y la iluminación antes de las 7 am y después de las 5 pm
- ✓ Restringir o prohibir los trabajos de construcción durante el fin de semana

CONSUMO Y CONTAMINACIÓN DE AGUA

- ✓ Empezar la construcción en la temporada lluviosa para ahorrar el agua que generalmente se usa para enfriar el concreto en la temporada seca
- ✓ Instalar un inodoro portátil o un sistema de aguas residuales preconstruido para que lo usen los trabajadores
- ✓ Enterrar cercas de sarán alrededor del sitio para contener tierra y desechos de construcción
- ✓ Llenar su piscina con agua traída por un camión para evitar interrumpir el suministro de agua local





GUÍA DE CONSTRUCCIÓN

MOBILIARIO



Aquí se aplica la misma regla general que para los materiales de construcción, pero hay algunas características adicionales para buscar en los toques finales:



WATER

- ✓ Elegir duchas, grifos e inodoros que ahorren agua
- ✓ Instalar un tanque de agua y un sistema de filtración de agua
- ✓ Reutilizar aguas grises o tratadas para riego por goteo
- ✓ Instalar un sistema de tratamiento de aguas residuales u otros pasos de tratamiento después de su tanque séptico (como una biojardinera)



ENERGÍA

- ✓ Instalar paneles solares o un calentador de agua solar
- ✓ Elegir electrodomésticos y accesorios de iluminación de bajo consumo
- ✓ Instalar supresores de picos para proteger los electrodomésticos
- ✓ Instalar bombillos LED naranjos para ahorrar energía y reducir la contaminación lumínica
- ✓ Instalar enchufes, funciones y temporizadores inteligentes para administrar el uso de energía



MOBILIARIO

- ✓ Elegir muebles de madera y metal de fabricación local
- ✓ Comprar obras de arte de artistas locales



PAISAJISMO

- ✓ Plantar árboles para crear sombra y mantener tu casa fresca
- ✓ Plantar un jardín nativo, encuentra especies en www.pronativascr.org
- ✓ Sustituir el césped por un jardín de rocas y plantas suculentas para reducir el consumo de agua
- ✓ Usar adoquines o gravilla permeable para su camino de entrada para que el agua pueda infiltrarse en el suelo
- ✓ Obtener un contenedor para el abono y basura para separar los residuos



¿SABÍAS QUE?

Las plantas nativas sostienen la base del ecosistema, brindan alimento a las aves e insectos, y también están mejor adaptadas para sobrevivir la temporada seca, ya que requieren menos agua.



GUÍA DE CONSTRUCCIÓN

MANTENIMIENTO



TIPS GENERALES

- ✓ Recortar las ramas de los árboles que tocan el techo al menos dos veces al año para evitar atraer termitas y agregar puentes para los mono donde deje espacios.
- ✓ Mantener el área alrededor de su tanque séptico libre de árboles grandes y superficies impermeables.
- ✓ Ventilar bien su hogar en la temporada lluviosa, usar la función "seca" de su aire acondicionado u otro deshumidificador para evitar el crecimiento de moho.
- ✓ Limpiar las canoas al menos dos veces al año para eliminar las hojas que puedan obstruir y hacer que la lluvia se filtre en su hogar.
- ✓ Limpiar la trampa de grasa cada 3 meses y la fosa séptica cada 2 años.
- ✓ Verificar y eliminar los rastros de termitas que salen del suelo a su edificio y usar aceite de lavanda para tratar la madera que atrae termitas.
- ✓ No usar pesticidas, herbicidas o fungicidas. Espolvorear un poco de tierra de diatomeas como repelente natural de insectos.



¿SABÍAS QUE?

El clima tropical puede ser duro para su hogar. Un mantenimiento adecuado reducirá su impacto a largo plazo al evitar la necesidad de renovaciones y la generación de residuos adicionales.



Infórmese y apoye a las organizaciones sin fines de lucro locales [aquí!](#)

Muchas en el área hacen un trabajo esencial debido a la financiación y recursos limitados del gobierno.





WILDLIFE CONSERVATION ASSOCIATION

AMBIENTE • SOSTENIBILIDAD • EDUCACIÓN
Nosara, Costa Rica • wcanosara.org



¿Quiere mantener su hogar sostenible después de que esté construido?
¡Eche un vistazo a nuestra [Guía Eco-amigable!](#)



¿Quiere aprender más sobre el manejo de aguas residuales?
¡Eche un vistazo a nuestra [guía extendida!](#)



¿Interesado en saber más sobre nuestro programa de biodiversidad?
¡Visite nuestra [pagina interactiva!](#)



¿Preocupado por el impacto ambiental de su casa o construcción?
Consulta con nosotros para encontrar soluciones adecuadas para usted.
Envíenos un correo electrónico a info@wcanosara.org



¿Fue útil esta guía?
¡Ayúdenos a desarrollar más
materiales educativos como este!

[DONA AHORA](#)

