

30 julio >>>Día de la Sobrecapacidad de la Tierra

Composición de LEANDRO SEQUEIROS. Presidente de ASINJA
(Asociación Interdisciplinar José de Acosta)



Se celebra el 30 de julio de 2026

Proclama: Global Footprint Network

Desde cuando se celebra: 1987

La organización internacional Global Footprint Network ya ha anunciado en un comunicado de prensa que en 2026, el Día de la Sobrecapacidad de la Tierra será el 30 de julio de 2026. Esto significa que, desde el 1 de enero hasta el 30 de julio, la humanidad ha consumido tanto de la naturaleza como los ecosistemas del planeta pueden renovar durante todo este año. En otras palabras, en solo 6 meses, la humanidad consumió lo que la Tierra tarda 12 meses en regenerar.

En el año 2025, el Día de la Sobrecapacidad de la Tierra se produjo el 24 de julio, con lo cual este año 2026 hemos ganado solo unos días respecto al pasado año.

Esta efeméride nos concierne a todos, pues se relaciona con la manera como utilizamos los recursos de nuestro planeta. Desde el año 1987 se celebra el **Día de Sobrecapacidad de la Tierra**. Con ello se pretende concienciar de manera urgente a la población acerca de los efectos dañinos e impacto que genera este fenómeno en la humanidad y en el planeta.

La creación de esta celebración ha sido por iniciativa de **Andrew Simms**, miembro de la organización **New Economics Foundation** del Reino Unido.

ACTUALIDAD / NOTICIAS

25 de junio de 2025

Día de la Sobrecapacidad de la Tierra 2025: la fecha más temprana en décadas

¿En qué consiste la Sobrecapacidad de la Tierra?

La **Sobrecapacidad de la Tierra** está relacionada con la selección de una fecha (a partir del año 1970) que permite determinar la cantidad de recursos que ha consumido la humanidad en el término de un año, frente a lo que el planeta es capaz de producir.

Es calculada por la **Red Global de la Huella Ecológica (Global Footprint Network)**, una organización sin fines de lucro. Se divide la **biocapacidad mundial** (la cantidad de recursos naturales generados por la Tierra ese año), por la **huella ecológica mundial** (el consumo de la humanidad de los recursos naturales de la Tierra para ese año), y multiplicado por **365 días** (366 días para los años bisiestos).



Día de la Sobrecapacidad de la Tierra

¿QUÉ ES EL "OVERSHOOT DAY"?

EL DÍA EN QUE ENTRAMOS EN DÉFICIT ECOLÓGICO

El Día de la Sobrecapacidad de la Tierra marca la fecha en la que la **demanda de recursos y servicios ecológicos de la humanidad en un año concreto supera lo que la Tierra puede regenerar en ese año**. En términos económicos sería como agotar el saldo disponible en tu cuenta bancaria y entrar en números rojos.

Entre las consecuencias más visibles de este consumo excesivo de recursos naturales destaca la **deforestación, la erosión del suelo, la pérdida de biodiversidad y la acumulación de CO₂ en la atmósfera**. Todo ello contribuye a que se produzcan **fenómenos meteorológicos extremos** con mayor frecuencia –como sequías persistentes, lluvias torrenciales, olas de calor– que impactan en los ecosistemas y conllevan la disminución de la producción alimentaria.

Una fecha móvil que cambia cada año, pero que sigue una tendencia clara: el "overshoot day" medio de la humanidad se produce en los primeros meses del año.



En 2026, el "Día de la sobrecapacidad" global (es decir, la media de todos los países) coloca este año 2026 la fecha el 30 de julio.

Este día es calculado por la Global Footprint Network, una organización de investigación internacional que ofrece a los tomadores de decisiones un menú de herramientas para ayudar a la economía humana a operar dentro de los límites ecológicos de la Tierra, analizando la evolución mundial de dos parámetros: la **biocapacidad (o capacidad de regeneración biológica)** y la **huella ecológica (nuestra demanda de recursos)**.

España alcanza su "día de la sobrecapacidad" en 2026 en junio, por encima de la media global.

La humanidad, de media, **necesitaría 1,75 planetas** para satisfacer sus demandas de recursos naturales. Sin embargo, las diferencias entre los países son notables dependiendo de la demanda de recursos para sostener las economías.

No te sonará extraño que países como Qatar demanda 9 veces más recursos de los que su territorio es capaz de generar en un año; o que Estados Unidos viva cinco veces por encima y Jamaica por poco no llega a "gastar" su saldo natural anual.

¿Qué se puede hacer para reducir la huella ecológica de la humanidad?



Acabar con los combustibles fósiles y cambiar el modelo de producción y consumo de alimentos son claves para reducir nuestra deuda con el planeta.

Los combustibles fósiles son causantes de 3/4 partes de las emisiones de CO₂ a la atmósfera, siendo el principal factor de la crisis climática y de biodiversidad. Tenemos que avanzar hacia un sistema energético basado en fuentes renovables, una alternativa viable y necesaria para abandonar al petróleo, el carbón y el gas. Además, debemos reforzar la seguridad y soberanía energética, reduciendo la dependencia exterior y aportando a los hogares mayor asequibilidad y estabilidad de precios.

Por otro lado, según el último Informe Planeta Vivo de WWF, el sistema alimentario actual es el otro principal factor responsable de la pérdida de naturaleza. Actualmente la producción de alimentos utiliza el 40 % de toda la superficie terrestre habitable, lo que supone la principal causa de pérdida de hábitats, representa el 70 % del consumo de agua y es responsable de más de una cuarta parte de las emisiones de gases de efecto invernadero. Cerca del 71 % de las tierras agrícolas se dedican a pastos y otro 11 % a cultivar piensos para el ganado.

Nuestra propuesta es un cambio de modelo basado en fomentar la agricultura, la pesca sostenible y la ganadería extensiva, cambiar el modelo de dieta occidental hacia una alimentación más rica en más vegetales y legumbres como alternativa a la carne y, por supuesto, reducir el consumo de carne y abordar el problema de la pérdida y desperdicio alimentario.

¿Qué puedo hacer yo para colaborar?

Para empezar, no te dejes paralizar por las malas noticias. La eco-ansiedad es un problema que empiezan a sufrir muchas personas, sobre todo la más jóvenes, sin embargo, es necesario sentir que podemos hacer algo, que

estamos a tiempo de cambiar las cosas. Hay cosas que todas las personas a título individual podemos hacer para vivir de una forma más sostenible. Por ejemplo, acabando con el desperdicio de alimentos en nuestro hogar, cogiendo menos el coche y otros hábitos diarios que podemos modificar para vivir de una manera más sostenible. Te dejamos algunas ideas más en esta página.

Un cambio de modelo: hacia la ecosolidaridad

Si bien todos podemos hacer algo, el Día de la Sobrecapacidad nos recuerda que el **modelo actual de producción y consumo es una de las principales causas de la crisis climática y la destrucción de la naturaleza**. Con lo que cada persona aporta a nivel personal no será suficiente. Desde WWF, trabajamos a gran escala para cambiar la forma producir alimentos y energía, los grandes causantes de la emergencia climática. Colabora con nuestro trabajo para que podamos seguir defendiendo la única Tierra que tenemos.

En un contexto de emergencia climática y destrucción de naturaleza sin precedentes, es urgente **promover una recuperación económica sostenible**, que respete los límites del planeta y reduzca la huella ecológica de la humanidad.

Para el año 2023 la Tierra entró en un déficit ecológico, debido a que la demanda de recursos y servicios por parte de la población mundial ha superado ampliamente lo que el planeta puede regenerar en este año en materia de recursos naturales. En tal sentido, se proyecta para el año 2030 se necesitaría otro planeta Tierra para poder suplir tal demanda y satisfacer las necesidades de las futuras generaciones.

Global Footprint Network

La Red de Huellas Globales o Global Footprint Network es una organización sin fines de lucro fundada en el año 2003. Está conformada por grupos de expertos independientes, con sedes en Estados Unidos, Bélgica y Suiza.

Tiene como objetivo desarrollar y divulgar herramientas orientadas a promover la *sostenibilidad*, la *huella ecológica* y la *biocapacidad*, para la toma de decisiones. Estos factores permiten medir la cantidad de recursos utilizados y disponibles, para determinar la capacidad de la Tierra frente a las demandas de la población mundial.

Efectos perversos del consumo de recursos naturales

Desde tiempos inmemoriales la humanidad ha utilizado los recursos de la naturaleza, para la satisfacción de sus necesidades primarias y colectivas.

Tales acciones han generado efectos perversos a un ritmo acelerado. Se estima que a principios de la década de 1970 se traspasó el umbral crítico del consumo desahogado de recursos naturales, con las siguientes consecuencias:

- Liberación de partículas de dióxido de carbono y gases de efecto invernadero, generando un cambio climático con un impacto negativo.

- Deforestación.
- Pérdida de especies, la mayoría de ellas en franco peligro de extinción.
- Inflación, entre otros efectos.

Los humanos han consumido más recursos de lo que el planeta puede regenerar. Es urgente sensibilizar y concienciar a la población, en la adopción de un estilo de vida más sostenible. De esta manera se contribuirá a reducir el uso de recursos, así como frenar la degradación ambiental.

Asimismo, se requiere la aplicación de políticas urgentes que permitan cambiar el modelo de producción y consumo. Con ello se alcanzará una relación más sostenible con nuestro planeta.

¡Cuidemos los recursos de la Tierra! Comparte información útil e interesante sobre el **Día de Sobre capacidad de la Tierra en las redes sociales**

