

UNA NUEVA NARRATIVA CLIMÁTICA PARA GANAR EL FUTURO.

Manual de Narrativas para la **regeneración**.



Hope!

Título:

*Una nueva narrativa climática para ganar el futuro.
Manual de Narrativas para la regeneración.*

Licencia:

Creative Commons: Reconocimiento - No comercial - Compartir
igual

Autoría:

Javier Peña y Daniel Iraberri, Hope!

Ilustración y maquetación:

Laura Fernández Aguirre (The Spells Factory)

Edición:

Octubre de 2025

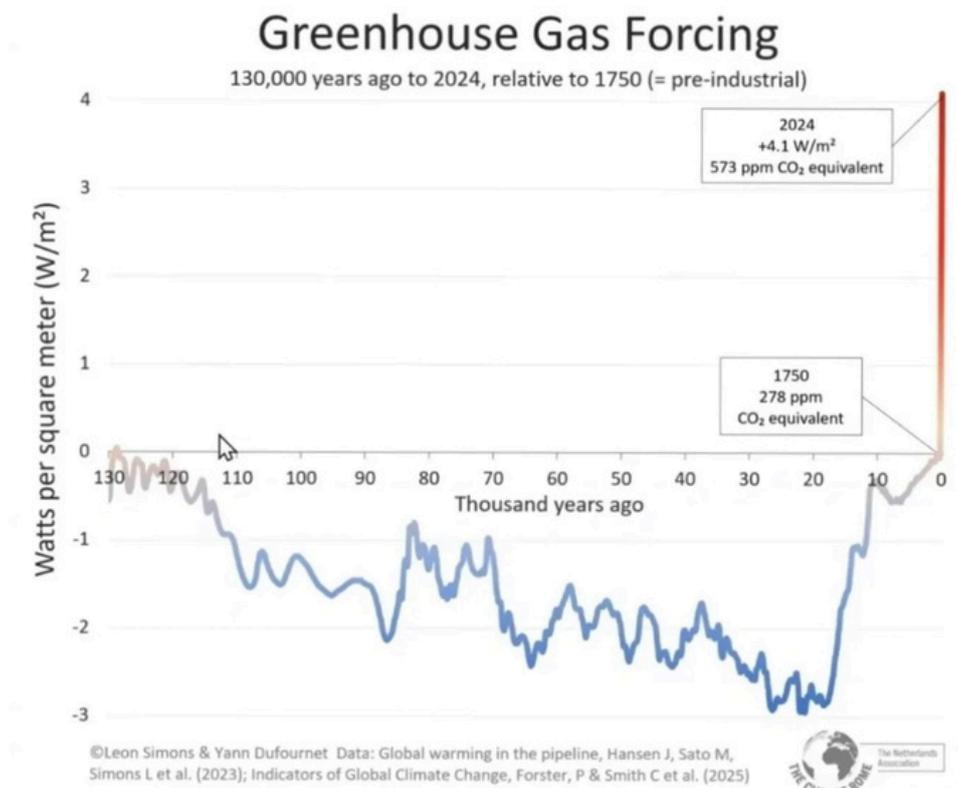
Esta publicación ha sido realizada con el apoyo financiero del
Ministerio de Derechos Sociales, Consumo y Agenda 2030.



UNA NUEVA NARRATIVA CLIMÁTICA PARA DERRIBAR BARRERAS Y ACELERAR LA TRANSICIÓN

Un diagnóstico: ¿Dónde estamos?

Nuestro tiempo histórico no es un tiempo cualquiera. Vivimos en un presente que es, al mismo tiempo, el más peligroso y el más radicalmente prometedor de la historia humana. Para bien o para mal, este es el momento más decisivo, por escala e implicaciones, de la historia de la humanidad. Esto no es una exageración sino una evidencia científica: El clima de la Tierra ha estado siempre en constante cambio, con ciclos de estabilidad y cambios acelerados, pero nunca con un cambio tan repentino, tan abrupto, como el actual. La época geológica en la que ha prosperado la humanidad gracias a un clima templado, regular, predecible, que comenzó tras la última glaciación hace unos 12.000 años -el "Holoceno"- ha dado paso a una nueva época denominada "**Antropoceno**", reconociéndose así el rol planetario de una especie en particular, la nuestra, que está transformando estos patrones templados y predecibles del holoceno. Y que lo está haciendo a una velocidad que no permite a las especies adaptarse ni a la biosfera equilibrar el impacto.





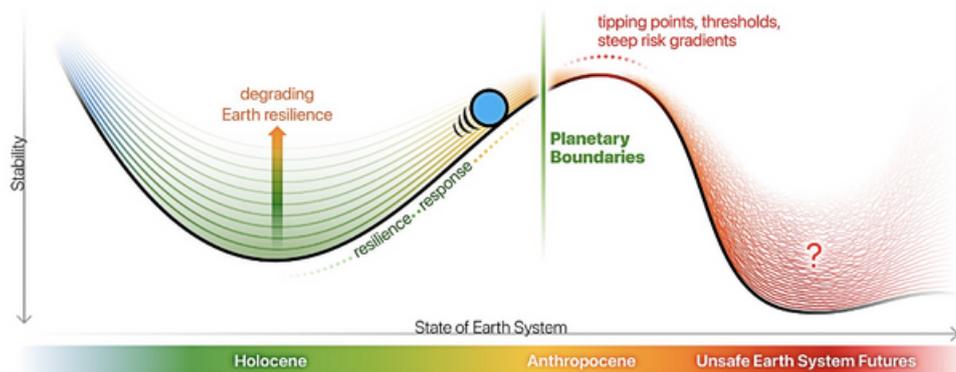
Esa es la magnitud del poder de la especie humana. La generación actual alberga un poder técnico de dimensiones planetarias, históricas. Al mismo tiempo, la emoción mayoritaria es de incertidumbre con el futuro. Una epidemia de cinismo, de brazos caídos, de falta de impulso moral para avanzar, se entremezcla con una creciente crisis de nuestras instituciones y la cohesión social. La crisis climática y ecológica, que socava la base misma de la vida, no es un problema aislado; es el motor y el multiplicador de una crisis de legitimidad científica, una crisis de confianza en las instituciones democráticas y, fundamentalmente, una crisis de esperanza y de sentido. La precariedad económica, la polarización social y la avalancha de desinformación se alimentan mutuamente, creando un bucle tóxico de retroalimentación. En este panorama oscuro, como reconocía Iñaki Gabilondo, "los únicos que miran al futuro con esperanza son los que quieren volver al pasado", buscando un refugio ilusorio en una seguridad mítica que nunca existió pero que sirve como modelo imaginario y deseable.

En suma, nos encontramos ante un momento decisivo, o mejor dicho, el momento más decisivo de la historia de la humanidad. Lo que hagamos o dejemos de hacer en estos años cruciales va a definir el resto de nuestras vidas, las de nuestros hijos y nietos y las de todas las generaciones futuras. ¿Significa eso que estamos condenados? En absoluto. Estamos a tiempo, tenemos más herramientas que nunca, y funcionan mejor de lo que nadie podría siquiera soñar hace solo una década.

Pero tenemos que lograr que cada vez más personas lo entiendan: para curar nuestros paisajes y nuestro clima, primero tenemos que curar nuestra capacidad de conversar, de imaginar y de creer. Por ello es urgente girar la narrativa climática, la manera que tenemos de pensar, hablar y comunicarnos alrededor de estos problemas y soluciones. La narrativa actual se ha agotado en discursos que no conectan, que no explican, que no entienden, que no animan. Que no mueven ni conmueven, y que son fáciles de cortocircuitar por los enemigos de la transición.

La inminencia de los puntos de inflexión y la cuenta atrás

Estamos ya cruzando **la barrera del 1.5°C** de calentamiento global. Un límite que, en 2015, todos los países se comprometieron a no cruzar. Esta no es una cifra abstracta ni una línea imaginaria en un gráfico; es el umbral a partir del cual el riesgo de activar los grandes puntos climáticos de no retorno se dispara **de forma no lineal**. Estos no son desastres graduales, sino cambios de estado, abruptos e irreversibles, en los sistemas vivos que regulan la estabilidad del planeta. Hablamos de la selva amazónica, el pulmón del mundo, rozando el punto de no retorno a partir del cual colapsaría hacia un estado de sabana, alterando los patrones de lluvia de todo un continente y pasando irreversiblemente de gran sumidero de carbono a emisor colosal neto de CO₂. Hablamos del permafrost ártico —que contiene varias veces más carbono que toda la atmósfera— comenzando a descongelarse y a liberarlo en forma de metano, un gas todavía más potente que el CO₂, acelerando el calentamiento de forma incontrolable. Hablamos de la desaceleración crítica de la corriente AMOC, la cinta transportadora oceánica responsable del clima templado de Europa, cuyo colapso sumiría al continente en un clima extremo. O de la acidificación de los océanos y la caída de los arrecifes de coral, sistemas cruciales de la biosfera, un límite que ya se ha comenzado a cruzar en 2025.



Planetary health check 2025 "A scientific assesment of the state of the planet"
Potsdam institute for climate impact research

Sí, la situación es terrible y la urgencia no puede ser mayor. Estamos a mediados de la década donde la regeneración tiene que comenzar a crecer en escala para poder revertir estos procesos. La sostenibilidad es ya imposible, porque no se puede sostener algo que ya está roto: tenemos que arreglarlo. Y el sentido de urgencia no debe movernos a la desesperación sino todo lo contrario. Tenemos unos años por delante en los que no hay nada más importante, nada más valioso, nada que tenga más sentido. Además, los nuevos avances en la ciencia del clima y el nuevo paradigma del agua, como veremos, nos abren la posibilidad de soluciones transformadoras a escala local, regional y nacional, con efectos muy significativos en el clima en un espacio de tiempo extraordinariamente corto.

Estamos en una cuenta atrás que lo cambia absolutamente todo. Toda estrategia, toda comunicación y toda acción deben tener este sentido de urgencia: lo que no hagamos en esta década, será más difícil de hacer en adelante, porque entre otras cosas el cambio climático está empujándonos a **ciclos extremos de sequía/incendios seguidos de violentas lluvias erosivas**, y estos extremos van a ir poniendo cada vez más cuesta arriba algunas soluciones. Se ha acabado el tiempo para los maximalismos paralizantes, la autocomplacencia o la búsqueda de una perfección inalcanzable en el activismo. Lo único que importa de verdad es lo lejos que seamos capaces de hacer llegar esta gran transformación regenerativa. La situación impone un realismo extremo y un pragmatismo ineludible.

Esto no es un simulacro.

La paradoja de la ventaja regenerativa

Frente a esta urgencia máxima, se alza la gran paradoja de nuestro tiempo. Nunca ha sido tan poco acertado el dicho “quien algo quiere, algo le cuesta”. Si queremos recuperar la capacidad de la biosfera para mantener un clima amable, vivible, **la solución es empezar, ya, paradójicamente a “vivir mejor”**, transformando nuestra sociedad al mismo tiempo que mejoramos nuestra calidad de vida. *En el último siglo hemos aprendido más que nunca antes en la historia sobre aquello que hace a la Tierra apta para la vida, especialmente para la vida humana en un universo completamente inhabitable* (Potsdam Institute for climate impact research 2025).

El consumismo no es abundancia, es miseria, desigualdad, ansiedad, soledad, destrucción. Por otra parte, regenerar nuestro campo, nuestro sistema energético, nuestras ciudades, nuestro sistema alimentario, trae más abundancia real, más salud, más equilibrio económico, más prosperidad, más rentabilidad, más propósito compartido y más resiliencia. Por eso no tiene sentido “regalar” al modelo actual la abundancia. No vamos a conformarnos con “menos” por ayudar al planeta: queremos “más” vida y la queremos para toda la sociedad y para toda la naturaleza. *Que el planeta tenga el doble de gigatoneladas -ocho- de plástico^[1] que de animales terrestres y marinos juntos -cuatro- no es **abundancia**. Que la energía sea accesible, limpia y distribuida, que comer más rico y más sano capture carbono, que la juventud encuentre un propósito de vida en restaurar la biodiversidad en sus paisajes, sí.*

La caja de herramientas de las soluciones regenerativas, científicamente identificadas y modeladas por iniciativas como **Project Drawdown**^[2] y **Regeneration** de Paul Hawken, no solo es viable, sino que supera a nivel técnico, económico y social a las del viejo mundo. La caída exponencial del coste de las energías renovables las ha convertido en la forma más barata de generar electricidad de la historia.

^[1] <https://www.nature.com/articles/s41586-020-3010-5>

^[2] <https://drawdown.org/>

La agricultura regenerativa no solo secuestra carbono, sino que aumenta la retención de agua en el suelo, multiplica la biodiversidad y produce alimentos más nutritivos por un coste insignificante en comparación con el manejo convencional: los alimentos que más nutren, que curan^[3], que no tienen tóxicos, son más resilientes al cambio climático, de hecho son soluciones al cambio climático, y son más baratos de producir. Las ciudades verdes y los edificios eficientes no solo ahorran energía, sino que mejoran la salud pública y aumentan el valor de los inmuebles. Esta transición no la haremos en términos de sacrificio, sino de progreso, de avance social, de evolución ventajosa.

Estas soluciones no son un coste a asumir, sino ventajas competitivas directas para quienes las adoptan, mejorando la salud, la economía y la soberanía de cualquier comunidad o nación. Entonces, la pregunta es ineludible y crucial: **Si somos los únicos con una propuesta de futuro viable, inspiradora y ventajosa, ¿cómo es posible que estemos perdiendo la batalla cultural?**

Un Giro Narrativo de 180°

La respuesta reside en el fracaso de la narrativa dominante. Hemos permitido que la transición sea enmarcada como sacrificio, prohibición, restricción y amenaza, convirtiéndose en el blanco perfecto para el negacionismo y el retardismo, que la dibujan hábilmente como una conspiración elitista para empobrecer a la gente corriente. Hemos adoptado una postura defensiva, siempre reaccionando, siempre justificando el diagnóstico y la urgencia moral. Y, lo que es peor, lo hemos hecho como por inercia, sin contemplar las **herramientas regenerativas** que **ya están** a la mano.

^[3] <https://drive.google.com/file/d/1IarE1R4byMAToB77XLNjOMR47mcsGRwA/view>

El conjunto de las soluciones regenerativas es una revolución. La más urgente de nuestro tiempo, porque es la que está en la base de todo lo demás. Una revolución con la que ganamos todos: productores, ecosistemas, consumidores, animales, plantas, ciudadanos, empresas. Por eso esta propuesta narrativa propone un giro estratégico de 180 grados. Debemos dejar de centrarnos obsesivamente en el diagnóstico (el CO₂, los grados, el problema) y pasar a comunicar masivamente las soluciones concretas, escalables y deseables. Urge construir una nueva narrativa que intervenga con éxito en el debate público, superando los marcos preestablecidos del miedo y la culpa. El marco unificador es **la regeneración**, un concepto poderoso que une la urgencia científica con el interés propio, la viabilidad económica y el anhelo universal de un futuro compartido, próspero y abundante. Es hora de pasar de una actitud meramente reactiva, donde reaccionamos ante la última inundación o el último incendio, o ante el último bulo, a un movimiento que imagine, visualice, proponga y gane el futuro.

Nos ha tocado vivir en un momento crucial de la historia de la humanidad en la Tierra. Necesitamos que la cabeza y el corazón, como pedía Jane Goodall, se alineen en la misma dirección. Necesitamos mente clara, corazón abierto y manos fuertes. Sin el valor de imaginar y proponer lo que nuestro mundo, nuestras ciudades, nuestro campo, nuestros paisajes, podrían ser, estaremos, literalmente y figuradamente, achicando agua y apagando incendios hasta que el desierto nos devore. Pero si expandimos las soluciones que ya existen y que son escalables, si recuperamos la capacidad del futuro para movernos en el presente, recordaremos estos años como la época en la que la humanidad, durante la última cuenta atrás, demostró de qué material estábamos verdaderamente hechos, comportándonos como *la especie clave más clave*^[4] de la naturaleza, la única capaz de comprender, cuidar y apoyar los procesos de la vida en la tierra, para co-crear de la mano de la naturaleza la verdadera prosperidad humana.

^[4] "Humans as a Hyperkeystone Species" (Los humanos Boris Worm y Robert T. Paine. Trends in Ecology & Evolution (2016)



Decálogo

**UNA NUEVA BRÚJULA
ESTRATÉGICA PARA
GANAR EL FUTURO.**



01 UN FARO EN TIEMPOS DE OSCURIDAD.

El clima mediático que nos envuelve, dominado por la confrontación, las malas noticias y una sensación de derrota inexorable, no sólo nos desmoraliza, sino que tiene un impacto físico directo en nuestra capacidad para actuar.

Nuestra tarea más urgente, por tanto, es traer de vuelta la capacidad de imaginar, recuperar una visión de futuro. Necesitamos cultivar **la añoranza por el futuro** que podríamos alcanzar, para que esa visión germine en las mentes y los corazones de la mayoría. El mundo que añoramos ya existe hoy, pero está, aún, fragmentado en pequeños trocitos de futuro que existen en el presente. Ahí es dónde tenemos que poner el foco.

La regeneración ya está recorriendo el camino y hay numerosos ejemplos.

02 SOLUCIONES DESEABLES Y NO IMPERATIVOS DE SACRIFICIO: APROVECHAR LA SUPERIORIDAD TÉCNICA DE LA REGENERACIÓN

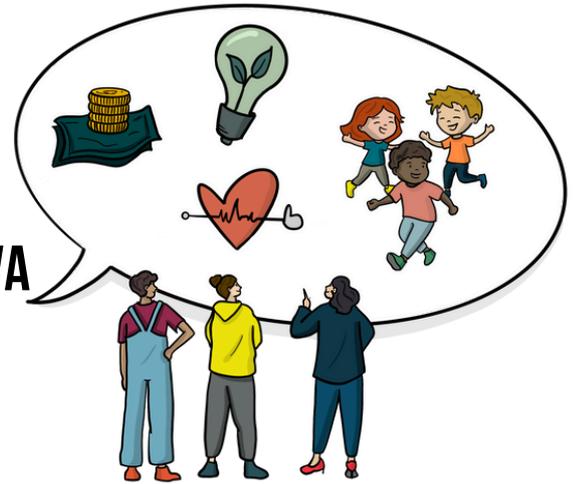
Si la transición se presenta únicamente con un discurso moral, voluntarista y alejado de las necesidades de la gente, está condenada no solo a fracasar, sino a convertirse en combustible para las narrativas conspirativas y negacionistas.



Nuestra estrategia debe ser convertir la acción climática en un ejercicio de **interés propio con beneficios en cascada**. La regeneración debe dejar de ser un coste de "Responsabilidad Social Corporativa" para ser el núcleo de la ventaja competitiva del siglo XXI. La tarea es convertir cada solución viable en un objeto de deseo social.

03

DE LA CRÍTICA A LA ALTERNATIVA QUE MEJORA. DEJAR OBSOLETO AL VIEJO MUNDO



No tenemos tiempo para perdernos en la confrontación estéril con lo viejo. El desarrollo real y visible de la alternativa es la crítica más demoledora a todo lo que está mal. La oposición puramente verbal confronta y divide, nos obliga a jugar en el tablero de la guerra cultural que ha diseñado el negacionismo científico. En un terreno embarrado, ganan los más sucios. En cambio, cuando ponemos en marcha las soluciones regenerativas, **la realidad habla por sí sola y une.**

Nuestras narrativas deben centrarse en el hecho ineludible de que las herramientas regenerativas tienen el potencial para dejar obsoletas las últimas décadas de destrucción.

04

TODO A LA VEZ EN TODAS PARTES. LAS SOLUCIONES SE COMPLEMENTAN, NO SE EXCLUYEN.

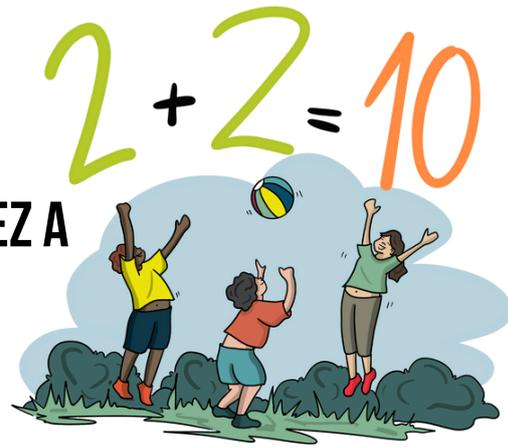


A menudo, incluso dentro del propio movimiento ecologista, caemos en la trampa de las alternativas falsamente excluyentes. Este pensamiento fragmentado, que convierte cada solución en una bandera para oponer a las demás, es un lujo que divide nuestras fuerzas y nos hace desperdiciar oportunidades cruciales.

La crisis es sistémica y compleja, por tanto, las soluciones deben serlo también.

05

DE REPARTIR LA ESCASEZ A CREAR ABUNDANCIA. DEL DECRECIMIENTO O



LA AUSTERIDAD A LA REGENERACIÓN. NO NOS PODEMOS PERMITIR EL LUJO DE SER SOSTENIBLES.

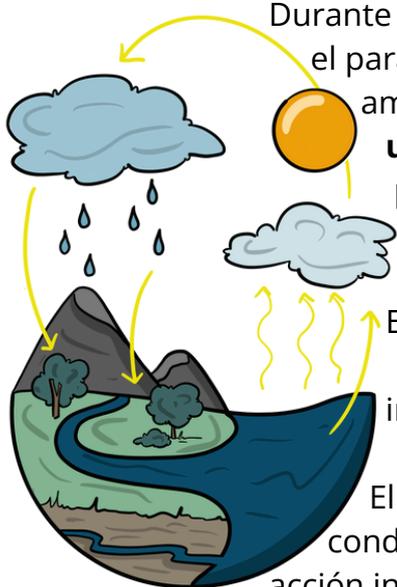
El concepto de "sostenibilidad", aunque bienintencionado, se ha quedado obsoleto y es peligrosamente insuficiente. Solo se puede "sostener" aquello que, aunque dañado, aún aguanta. **Minimizar el daño ya no basta.** Necesitamos de forma urgente, **revertir, reparar y regenerar** masivamente los sistemas vivos.

Hemos normalizado una herida. Paisajes de escasez que tenemos que ser capaces de reconstruir y volver a levantar su capacidad de crear abundancia.

La regeneración es el camino hacia una abundancia funcional, eficiencia, inteligente y justa que restituye la dignidad humana y los ciclos vitales del planeta.

06

MÁS ALLÁ DEL CARBONO: EL NUEVO PARADIGMA DEL AGUA Y LA REVOLUCIÓN REGENERATIVA.



Durante décadas, la narrativa climática ha estado dominada por el paradigma lineal del carbono. La ciencia, sin embargo, está ampliando el foco y hemos ido comprendiendo que existe **una segunda pata del cambio climático.** Una segunda pata que tiene que ver con el uso del **suelo** y el ciclo del **agua.**

Es crucial ampliar el foco narrativo para incluir el uso del suelo como un factor climático de impacto estructural, inmediato y local.

El nuevo paradigma del agua muestra que la vida crea las condiciones de su propio equilibrio. Nos ofrece un marco de acción increíblemente empoderador.

07

CONSTRUIR COALICIONES TRANSVERSALES PARA CAMBIAR EL EJE. UN LENGUAJE A LA ALTURA DEL RETO HISTÓRICO.



Ninguna gran transformación social se ha logrado sin construir **alianzas** amplias y transversales. El cambio hacia la regeneración necesita de la participación activa de jóvenes y mayores, de progresistas y conservadores, del sector empresarial y de los trabajadores, del mundo rural y del urbano. Para ello, es imprescindible abandonar el lenguaje de trinchera y la "higiene ideológica" que nos lleva a rechazar aliados potenciales.

Nuestra estrategia narrativa debe consistir en cambiar el eje de la conversación. Debemos pasar del tablero de los problemas al **tablero de las soluciones**.

08

SURFEAR Y EXPANDIR LA OLA REGENERATIVA

El movimiento regenerativo se está convirtiendo en una ola popular, transversal, positiva e ilusionante.

Cuando la gente se percibe **beneficiada directamente** por las soluciones se siente dentro de la transición, no una víctima de ella. Y esto es clave, porque nuestras acciones moldean nuestro pensamiento, y no al revés.



Para impulsar esta oleada regenerativa, es imprescindible trabajar simultáneamente en tres palancas clave que se retroalimentan en un círculo virtuoso: la viabilidad social, la viabilidad política y la viabilidad económica.

09

DE LA IMPOTENCIA GLOBAL AL EMPODERAMIENTO LOCAL.

UN CAMBIO RADICAL DE ESCALA

La narrativa climática global, con su escala planetaria y sus proyecciones a décadas vista, a menudo genera una sensación de impotencia abrumadora. El antídoto a esta impotencia es un cambio radical de escala. La regeneración nos ofrece una ventaja estratégica enorme con respecto al imaginario ecologista tradicional: nos da un rumbo de acción con impacto tangible y visible a nivel local. **Es muy difícil imaginarse "cambiando el mundo", pero es mucho más fácil y motivador imaginarse ayudando a transformar tu barrio, tu pueblo, tu comarca, tu casa, tu voto, tu consumo. Tu acción individual y colectiva a escala humana.**

La regeneración no es solo una tarea ecológica; es, fundamentalmente, una tarea social.



10

LA HUMANIDAD COMO ESPECIE CLAVE: UN NUEVO PROPÓSITO

PARA EL ANTROPOCENO

Debemos rechazar frontalmente la narrativa misantrópica, la "profecía autocumplida" que considera que el ser humano es una plaga y el problema es que somos demasiados. Esta visión no solo es paralizante, sino científicamente incorrecta. Podemos ser una especie que multiplique la vida, una **especie clave** que sostenga a las demás e intervenga de forma virtuosa en los ecosistemas.

Hemos demostrado que somos capaces, como especie, de modificar entera una época geológica para mal. La regeneración consiste en darnos cuenta de que también podemos recuperarla.





**PROFUNDIZANDO EN
EL CAMBIO
ESTRATÉGICO DE
NARRATIVA.**

01

UN FARO EN TIEMPOS DE OSCURIDAD.

La mayor amenaza para el futuro de la humanidad es la pérdida de la esperanza.

"Hope! Estamos a tiempo", 2025

La batalla por la imaginación: construir "recuerdos" del futuro



El clima mediático que nos envuelve, dominado por la confrontación, las malas noticias y una sensación de derrota inexorable, no sólo nos desmoraliza, sino que tiene un impacto físico directo en nuestra capacidad para actuar. El **hipocampo**^[5], el órgano cerebral que usamos para almacenar la memoria y, crucialmente, para imaginar y proyectar escenarios de futuro, se contrae físicamente cuando está expuesto a un entorno de negatividad, violencia y toxicidad, dominado por el cortisol, la hormona del estrés. Si nuestro hipocampo no se nutre de imágenes positivas sobre un futuro diferente —de ciudades sin contaminación, campos rehidratados, vidas conectadas, victorias sociales, casos de éxito que consiguen lo “imposible”—, sencillamente no somos capaces de concebirlo, no tenemos “recuerdos” con los que imaginar futuros deseables, lo que nos conduce a la parálisis, al cinismo o a la búsqueda de refugio en pasados idealizados. Pasados que nunca existieron pero que, al menos, existen en nuestra imaginación.

Nuestra tarea más urgente, por tanto, es **traer de vuelta la capacidad de imaginar**, recuperar una visión de futuro. Necesitamos cultivar la **añoranza por el futuro** que podríamos alcanzar, para que esa visión germine en las mentes y los corazones de la mayoría. ¿Cómo? Por suerte, no hace falta imaginar en el vacío porque ese futuro que debería ser, ya está aquí. El mundo que añoramos ya existe hoy, pero está, aún, fragmentado en pequeños trocitos de futuro que existen en el presente. Ahí es dónde tenemos que poner el foco.

^[5] https://www.researchgate.net/publication/259248527_Neuropathology_of_stress



La regeneración ya está recorriendo el camino y hay numerosos ejemplos. Visibilizando y potenciando esos casos de éxito, podemos recuperar la capacidad de imaginar el futuro. Las historias de los pioneros y pioneras de la regeneración construyen "recuerdos del futuro" que estimulan la dopamina, el neurotransmisor asociado a la motivación y la acción orientada a objetivos. La potencia de estos casos consigue colocar una gigantesca estrella polar que nos guía y nos da un rumbo claro y deseable. La principal batalla cultural de nuestro tiempo, la que subyace a todas las demás, se libra en la imaginación.

Regenerar te regenera: la esperanza como acción

Frente a la epidemia de ansiedad y la crisis de sentido que afecta a nuestras sociedades^[6], especialmente a los jóvenes, la implicación activa en proyectos regenerativos ofrece un antídoto poderoso. Ofrece un rumbo, un propósito compartido y una respuesta tangible a la pregunta "¿cuál es mi lugar en este mundo?". Millones de personas rechazan el cinismo generalizado de nuestro tiempo y, al contrario, están buscando **cómo ser útiles, cómo encajar**, en qué carril implicarse para desplegar su talento, su ilusión y su compromiso. Y lo cierto es que involucrarse en proyectos que reparan la vida —reforestar un monte, reverdecer un barrio, restaurar una comunidad, participar en una cooperativa energética— no solo transforma el entorno, sino que combate la soledad, teje capital social y demuestra de forma práctica que lo que hacemos importa y que podemos cambiar las cosas. Sencillamente: regenerar te regenera.

Y es que **la esperanza no es un optimismo pasivo**; no es esperar que las cosas mejoren. Es un estado de ánimo que nos impulsa a actuar. Del mismo modo que se ha demostrado que los arrecifes de coral crecen más rápido cuando "oyen" los sonidos de un arrecife saludable, los seres humanos nos expandimos, somos más creativos y desarrollamos nuestro máximo potencial cuando nos exponemos a historias de superación.

[6] <https://es.weforum.org/stories/2022/12/explicado-como-afecta-el-cambio-climatico-a-la-salud-mental/>



Defender nuestra capacidad para imaginar el futuro es defender nuestra capacidad para transformarlo. Es la vía para construir una alternativa tangible al egoísmo y al autoritarismo. Es una llamada a ser la generación que se negó a ver arder el planeta y eligió ser la generación de la regeneración.



El cambio climático es irreversible, solo nos queda adaptarnos.



La situación es extremadamente grave, pero tenemos las soluciones para frenar la crisis climática, y además construyen un mundo infinitamente mejor. Es hora de acelerar el cambio. Podemos ser la generación de la regeneración.

La crisis de la salud mental es un problema de cada uno.

La crisis de la salud mental tiene que ver con la falta de un horizonte colectivo, y la regeneración es la mejor manera de recuperar esa visión de futuro que nos mueve y nos da sentido.

02

SOLUCIONES DESEABLES Y NO IMPERATIVOS DE SACRIFICIO: APROVECHAR LA SUPERIORIDAD TÉCNICA DE LA REGENERACIÓN



*"El anhelo, cuando se vuelve multitudinario, es lo que construye la historia."
Don DeLillo (Underworld)*

Un realismo estratégico: partir de cómo son las cosas, no de cómo nos gustaría que fuesen

Si la transición se presenta únicamente con un discurso moral, voluntarista y alejado de las necesidades de la gente, está condenada no solo a fracasar, sino a convertirse en combustible para las narrativas conspirativas y negacionistas. Por eso, y mientras intentamos que cada vez más personas tengan una sensibilidad moral de mínimos hacia el medio ambiente y la urgencia climática, es imperativo ser realistas, estratégicos, y tener una narrativa que apele al beneficio individual. Poca gente está dispuesta a sacrificar su bienestar, su comodidad o sus intereses económicos inmediatos por un bien abstracto como "la ecología". La pregunta es, ¿deben sacrificarse?

Pensemos en la movilidad. Durante años, se pidió a la gente que usara menos el coche por el planeta. No faltaba ni un solo argumento: solo había buenas razones a favor de usar menos el coche. Sin embargo, el resultado fue marginal. ¿Qué ha pasado ahora? El vehículo eléctrico empieza a ofrecer una experiencia superior: aceleración instantánea, silencio, menor coste por kilómetro, la comodidad de "repostar" en casa, por lo que su adopción crece exponencialmente en todo el mundo. Y en las ciudades en las que se vuelve cómodo, barato y rápido desplazarse en transporte público o en bici, el uso del coche se desploma. La motivación deja de ser el sacrificio y pasa a ser el interés inteligente. La única forma de conseguir el cambio a la velocidad requerida es a través del **deseo** y la demostración de una **superioridad técnica y económica incontestable**.



Convertir las soluciones en objetos de deseo colectivo

Nuestra estrategia debe ser convertir la acción climática en un ejercicio de interés propio con beneficios en cascada. El agricultor/a debe adoptar la agricultura regenerativa **no porque se lo exija una ley, sino porque es más rentable^[7] y resiliente**. La ciudadanía debe querer aislar sus casas porque reduce radicalmente su factura de energía y mejora su confort, no porque tenga que salvar el hábitat del oso polar. Las empresas deben apostar por la economía circular no por marketing, sino porque reduce su dependencia de materias primas volátiles y abre nuevas líneas de negocio. Los países deben apostararlo todo a la electrificación porque así reducen sus costes de la energía y conquistan la soberanía energética. La regeneración debe dejar de ser un coste de “Responsabilidad Social Corporativa” para ser el núcleo de la ventaja competitiva del siglo XXI.

Las narrativas deben hacer hincapié en el retorno de la inversión, el ahorro en euros, la mejora de la salud, la soberanía energética y la calidad de vida. Aunque parezca contradictorio, no podemos centrarnos en pedir a las petroleras que dejen de vender combustibles: porque les da igual lo que les digamos, pero podemos dejarles sin demanda al hacer que las alternativas sean abrumadoramente superiores. No lo haremos por obligación, lo haremos por deseo. Por deseo compartido. Se trata de convertir lo viejo en obsoleto por la vía de los hechos, por la superioridad de las alternativas.

Esta estrategia activa la viabilidad social, política y económica de forma simultánea. La demanda popular de soluciones deseables genera el impulso electoral para que los gobiernos legislen a favor y el cambio de mercado para que las industrias obsoletas se transformen o se vuelvan irrelevantes. La tarea es convertir cada solución viable en un objeto de deseo social.

[7] <https://www.creaf.cat/es/articulos/agricultura-regenerativa-es-rendible>



“La gente pasa del tema climático, hay que lograr que lo entiendan y se conciencien”

“¿Si no lo hace Rusia o EEUU, vamos a ser nosotros los que nos peguemos un tiro en el pie?”



Les importe el cambio climático o no, las soluciones regenerativas son ventajosas y construyen realidades mucho más deseables ahora.

Conquistar la soberanía energética, bajar la factura de la luz, restaurar nuestro paisaje y modernizar nuestra agricultura son oportunidades para mejorar nuestro país.

03

DE LA CRÍTICA A LA ALTERNATIVA QUE MEJORA. DEJAR OBSOLETO AL VIEJO MUNDO



"Vamos a hacer la electricidad tan barata que sólo los ricos quemarán velas"
Thomas Edison

El movimiento se demuestra andando

No tenemos tiempo para perdernos en la confrontación estéril con lo viejo. El desarrollo real y visible de la alternativa es la crítica más demoledora a todo lo que está mal. La oposición puramente verbal confronta y divide, nos obliga a jugar en el tablero de la guerra cultural. En un terreno embarrado, ganan los más sucios. En cambio, cuando ponemos en marcha las soluciones regenerativas, la realidad habla por sí sola y une. Una ciudad con más árboles es objetivamente más fresca y agradable. Una granja regenerativa es más productiva en tiempos de sequía. Una comunidad con energía solar local es más resiliente a las crisis de precios energéticos. Esto son hechos, no opiniones.

Debemos abandonar por completo la actitud autocomplaciente del "cuanto peor, mejor", donde se disfruta el placer masoquista de comprobar que "teníamos razón" sobre la maldad del sistema mientras el mundo arde. Nuestros ecosistemas, nuestras comunidades y nuestro futuro no se pueden permitir ese lujo. La tarea es recuperar un sentido común casi infantil: si algo es mejor, es mejor, independientemente de quién lo haga o bajo qué sistema político. **No se derrota a la oscuridad luchando contra ella, sino encendiendo una luz.** Por cada ejemplo regenerativo de éxito que avanza, muchas luces se encienden por todas partes.



La superioridad técnica y económica como argumento inapelable

Nuestras narrativas deben centrarse en el hecho ineludible de que las herramientas regenerativas tienen el potencial para dejar obsoletas las últimas décadas de destrucción. La electrificación es varias veces más eficiente que la combustión, baja los costes energéticos y nos permite alcanzar el sueño de la soberanía energética. La agricultura que nutre el suelo es agrónomicamente superior a la que lo intoxica y degrada. La economía circular es económicamente más inteligente que la economía lineal que considera "basura" los materiales valiosos. Estamos hablando de un salto de paradigma similar al que supuso internet frente al correo postal.

La crítica más poderosa al viejo sistema no vendrá de los discursos morales, sino de la demostración práctica de que las alternativas son superiores en todos los niveles: más seguras, más baratas, más saludables y más productivas. Esta es una verdad técnica y económica que el negacionismo no puede refutar. Mientras ellos se pierden en debates ideológicos y guerras culturales, **nosotros debemos centrarnos en construir, demostrar y escalar las soluciones que funcionan mejor**. El éxito de lo nuevo es lo que hará inevitable la desaparición de lo viejo^[8].

El 75% de nuestro consumo energético global ya es electrificable de forma ventajosa económicamente (Ember, 2025^[9]), y está ocurriendo por puros motivos económicos y geoestratégicos. Las tecnologías que nos permiten hacer lo mismo con 25% restante (acero, cemento, transporte marítimo y aviación) están en camino avanzando mucho más rápido de lo que nadie hubiese podido imaginar (Sublime Cements^[10] ya está produciendo 800.000 toneladas de cemento cero emisiones, hay buques portacontenedores gigantescos 100% eléctricos en China cubriendo rutas marítimas de hasta 400km^[11], y el 29% del acero global ya se fabrica con hornos de arco eléctricos^[12]).

^[8] <https://www.theguardian.com/environment/2025/oct/13/climate-investment-is-biggest-growth-opportunity-of-21st-century-says-economist-nicholas-stern>

^[9] <https://ember-energy.org/latest-insights/the-long-march-of-electrification/>

^[10] <https://sublime-systems.com/news/>

^[11] https://en.coscoshipping.com/col/col6923/art/2024/art_9eb04ff5adb2420ab5cc023f810d2750.html

^[12] <https://gmk.center/en/news/the-share-of-eaf-in-global-steel-production-in-2024-increased-to-29-1>



La revolución de las baterías de sodio (cuya fabricación masiva ya ha empezado, con un coste inicial de menos de la mitad de las litio y una densidad energética extraordinaria, permite reducir aún más los impactos de la electrificación y acelerar su adopción^[13]). La electrificación supone reducir entre un 50 y un 75% nuestro consumo energético^[14] y además reducir dramáticamente la extracción de materiales sin fin de la industria fósil, abriendo la puerta a un sistema energético circular y sin apenas emisiones. La productividad extraordinaria producida por agricultores regenerativos en cada tipo de cultivo, y los éxitos de la restauración de ecosistemas a gran escala, nos permiten vislumbrar una transformación acelerada basada en la superioridad técnica y económica de los nuevos modelos.



¿Por qué tengo yo que dejar de contaminar? que lo hagan las empresas y los ricos, que no me carguen a mí con la responsabilidad.

Todo lo que no sea acabar con el capitalismo es inútil.



Aislando tu casa, cambiando tu caldera, tu coche y poniendo paneles solares, además de recibir ayudas públicas te ahorras una pasta. Comiendo menos carne y probando alternativas vegetales te vas a sentir mucho mejor y vas a tener mejor salud. Cambiando tu forma de cultivar aguantas las sequías y ahorras en insumos.

Para acabar con algo tienes que tener algo mejor, maduro, probado y deseado por la mayoría, que poner en su lugar. Mientras construimos y probamos nuevas propuestas de pacto social, tenemos que desactivar la bomba climática y escalar las soluciones que nos hacen evolucionar y avanzar, a nivel social y medioambiental. Visión a largo plazo con acciones urgentes a corto plazo.

^[13] <https://www.reuters.com/technology/chinese-battery-maker-catl-launches-second-generation-fast-charging-battery-2025-04-21/>

^[14] <https://rmi.org/expanding-our-vision-of-energy-efficiency/>

04

TODO A LA VEZ EN TODAS PARTES. LAS SOLUCIONES SE COMPLEMENTAN, NO SE EXCLUYEN.



“Siempre preguntamos: ‘¿Cuál es la acción número uno?’ La número uno es hacerlo todo. No hay soluciones pequeñas. Igual que en el cuerpo no hay órganos pequeños: todo está conectado.”

Paul Hawken

Superar el pensamiento fragmentado: La complejidad como ventaja

A menudo, incluso dentro del propio movimiento ecologista, caemos en la trampa de las alternativas falsamente excluyentes: ¿debemos reducir el consumo de carne o apostar por la ganadería regenerativa? ¿Liberar tierra para el rewilding o instalar parques de renovables? ¿Fomentar el coche eléctrico o el transporte público y las bicis? ¿La ganadería extensiva o las alternativas veganas a la carne? Este pensamiento fragmentado, que convierte cada solución en una bandera para oponer a las demás, es un lujo que divide nuestras fuerzas y nos hace desperdiciar oportunidades cruciales.

La crisis es sistémica y compleja, por tanto, las soluciones deben serlo también. El puzzle de la regeneración es un sistema complejo donde todas las piezas no solo son necesarias, sino que se complementan y se potencian mutuamente. Pensemos en ello como un ecosistema: la agricultura regenerativa mejora la salud del suelo, lo que le permite absorber más agua y restaurar el ciclo hidrológico, a la vez que crea empleo rural de calidad y fortalece las comunidades, mejorando la salud de los consumidores en la ciudad y de los polinizadores en el campo, frenando varios de los límites planetarios más acuciantes. Necesitamos un transporte público masivo, funcional y electrificado, y también vehículos eléctricos individuales. Necesitamos grandes parques de renovables y también autoconsumo distribuido.



Necesitamos acelerar el rewilding, la agricultura regenerativa y la restauración de la naturaleza y, a la vez, instalar parques eólicos marinos que sumen Gigawatios para poder abandonar los combustibles fósiles. Necesitamos reducir el usar y tirar, el despilfarro energético Y electrificarlo todo. Necesitamos ganadería regenerativa y fermentación de precisión y alternativas baratas y deliciosas a la carne, para cerrar las macrogranjas. Necesitamos más “y” que “o”. Es la combinación y la coordinación de todas las herramientas lo que nos permite sacarles todo el partido y acelerar la transición en todos los frentes. Pasar de los máximos de trinchera y las guerras culturales a operar en el puzzle de las decenas de soluciones que tenemos que escalar a la vez. Ahora. La Biosfera es un sistema global muy complejo, el clima es un sistema muy complejo, nuestras soluciones tienen que emular la complejidad de los retos a los que nos enfrentamos.

Qué pregunta debe guiar la acción concreta

La pregunta clave que debe guiar nuestra acción en cada momento y lugar no es "¿cuál es la solución perfecta?", sino: **"¿Cuál es la combinación de herramientas que aquí, en este caso concreto, puede tener más impacto real a la hora de recuperar la naturaleza y su capacidad de regular el clima y la sociedad humana que rodea a este contexto específico?"**

Debemos superar la mentalidad de choque de banderas y de señalar al otro por no hacer lo correcto. No importa si una solución es grande o pequeña, empresarial o ciudadana, tecnológica o basada en la naturaleza. Lo que importa es identificar y ejecutar el siguiente paso factible que nos permita mejorar las dinámicas de la biosfera en un contexto específico. **Lo perfecto es enemigo de lo bueno.** Necesitamos avanzar ya, en todas partes, en todo momento, con la herramienta más factible y de mayor impacto local, construyendo un mosaico de soluciones que, en su conjunto, generen el cambio sistémico que necesitamos.



“Si llenamos todo de paneles solares qué vamos a comer, ¿electricidad?”



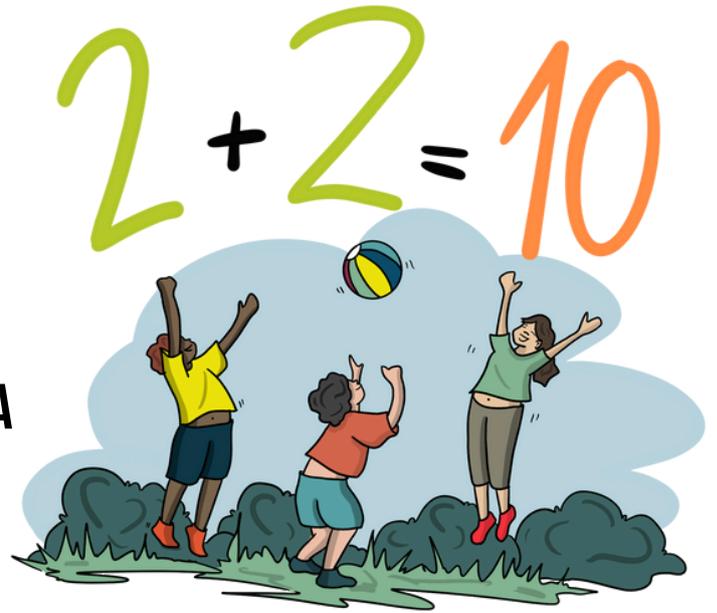
Necesitamos comer, y también energía. Solo hace falta un 0.5% de la superficie agraria para cubrir toda nuestra demanda energética, y además la podemos convertir en refugios de biodiversidad, integrar pastoreo regenerativo, cubiertas vegetales. Por cierto, sin dejar de quemar combustibles fósiles no hay agricultura posible.

“Sería mejor que todos nos hiciésemos veganos, el pastoreo rotacional es un blanqueo de la ganadería”

Mucha gente sigue comiendo carne y lo va a seguir haciendo. Transformar las prácticas ganaderas para que regeneren suelo y biodiversidad, mejorando el bienestar animal es absolutamente clave, tanto para los animales como para todos.

05

**DE REPARTIR ESCASEZ
A CREAR ABUNDANCIA.
DEL DECRECIMIENTO O LA
AUSTERIDAD A LA
REGENERACIÓN. NO NOS
PODEMOS PERMITIR EL LUJO DE SER SOSTENIBLES.**



"La regeneración crea abundancia, no escasez. Expande lo posible. Amplía el horizonte humano."

Paul Hawken

La sostenibilidad es ya imposible.

El concepto de "**sostenibilidad**", aunque bienintencionado, se ha quedado **obsoleto** y es peligrosamente insuficiente. Solo se puede "sostener" aquello que, aunque dañado, aún aguanta. La ciencia de los límites planetarios nos muestra que ya hemos cruzado umbrales críticos en siete de los nueve sistemas que garantizan la estabilidad de la vida en la Tierra (el clima, la biodiversidad, la disponibilidad de agua dulce, los ciclos de nitrógeno y fósforo, etc.). Minimizar el daño ya no basta. Incluso si detuviéramos abruptamente las emisiones de la noche a la mañana, aunque sería un grandísimo motivo de celebración y esperanza, el daño hecho ya sería demasiado grave y la inercia se mantendría si no estuviésemos dispuestos a adoptar más medidas adicionales. **Sí, conviene dejar de abrir la herida: pero además hay que cicatrizarla.**

Necesitamos de forma urgente, revertir, reparar y regenerar masivamente los sistemas vivos. **La regeneración no es una palabra bonita más; es una herramienta existencial** para la humanidad, y va mucho más allá de la agricultura y la restauración de ecosistemas. Necesitamos sistemas industriales, de construcción, de movilidad, de vivienda, que generen **impacto positivo neto**.



Que conviertan los problemas en soluciones, que sean circulares y que arreglen lo roto, a la vez que generan bienes y servicios. Y esto no es una utopía, es el punto de partida de toda una generación de innovadores haciendo posible lo imposible, desde biomateriales regenerativos y compostables para moda, construcción o envases (Inventwood^[15], que reemplaza el 80% del acero y el cemento con “supermadera” más barata y resistente, Vivomer^[16] - envases hechos de hongos que se integran en la cadena de producción de todo tipo de plásticos reduciendo costes-, Patagonia^[17] -tejidos regenerativos y prendas duraderas y reparables-...) hasta cadenas circulares en energía y movilidad como Redwood materials^[18] -reciclaje a gran escala de baterías y renovables- baterías de sodio CATL^[19] -un 10% de coste potencial de las actuales baterías, sin Litio, Cobalto o Níquel-, Liux^[20] - Coches con carrocería vegetal con estándares altos de seguridad-. Son solo un puñado de ejemplos de los tantos y tantos que no paran de aparecer.

El paradigma de la austeridad o el decrecimiento, aunque comprensible como reacción al despilfarro (y sí, por supuesto, es imperativo reducir nuestro consumo de energía y materiales), es estratégicamente fallido por varios motivos. Primero, regala el concepto de "abundancia" a un sistema disfuncional que, en realidad, distribuye miseria, despilfarra $\frac{3}{4}$ partes de la energía que produce, productos de mala calidad, soledad y ansiedad colectiva. Segundo, se obsesiona con el crecimiento del PIB, definiéndose a la contra: El PIB es un indicador que suma exportaciones, resta importaciones y mide las transacciones económicas de un país, pero es ciego al contenido de esa economía. El turismo de naturaleza o la agricultura regenerativa cuentan lo mismo que la minería a cielo abierto o la producción de petróleo.

Además, ignora el significado que tiene la palabra “crecimiento” para la mayoría de la población. Cuando hay crecimiento hay empleo, cuando hay recesión hay crisis y pobreza.

^[15] <https://www.inventwood.com/>

^[16] <https://www.shellworks.com/>

^[17] <http://patagonia.com/>

^[18] <https://www.redwoodmaterials.com/>

^[19] <https://www.catl.com/en/news/6401.html>

^[20] <https://liux.eco/es>



¿Por qué permitir que parezca que defendemos la pobreza cuando precisamente es al revés? Enarbolar esa palabra sin capacidad mediática ni tiempo para cambiar lo que esto significa para la población que tiene que impulsar los cambios es un harakiri estratégico en plena cuenta atrás.

Además, ignora que la regeneración implica inherentemente **más y mejor**: más energía limpia, barata y distribuida, con más eficiencia, más comida nutritiva, más productividad agrícola, más salud, más confort térmico en las viviendas aisladas, mejores trabajos y entornos más vivos. **Si queremos revertir la crisis climática, estamos, en cierto modo, condenados a innovar, a avanzar: a vivir mejor.**

La Economía Regenerativa: una nueva economía más allá del PIB

La narrativa que equipara la acción climática con la pérdida económica y la austeridad es una falacia. El trabajo de economistas como Kate Raworth con la "**Economía del Dónut**" establece un nuevo objetivo: prosperar socialmente dentro de los límites planetarios, crezca el PIB o no crezca. El foco no es si el PIB crece o decrece, sino si la actividad económica crea más vida o si la quita. Si honra la dignidad humana o si la pisotea. Se trata de pasar de medir únicamente el capital financiero a gestionar de forma inteligente **todos los capitales: el natural, el social, el humano y el manufacturado.**

El científico Johan Rockstrom, principal figura detrás del concepto de los límites planetarios y los tipping points, propone un índice que reemplace al PIB, llamado **RGG (Regenerative Good Growth)**^[21], Buen Crecimiento Regenerativo), haciendo un uso inteligente del significado de la palabra crecimiento (prosperar, para la mayoría de la población) y estableciendo el objetivo que mide el nuevo indicador de progreso de un país. Tiene que representar la regeneración de la naturaleza y los indicadores de progreso social y económico.

^[21] <https://www.mdpi.com/2071-1050/17/3/849>



El título de la propuesta de Rockstrom se explica por sí mismo: “Cómo el concepto de «buen crecimiento regenerativo» podría ayudar a aumentar el compromiso público y político y a acelerar las transiciones hacia las cero emisiones netas y la recuperación de la naturaleza.”

Por si fuera poco, **irónicamente la regeneración a menudo aumenta el crecimiento incluso en términos estrictos de PIB**, reduciendo el impacto ambiental simultáneamente. Ejemplos claros de esta abundancia regenerativa son:

- **Soberanía Energética:** Reducir las importaciones masivas de petróleo y gas mediante el despliegue de renovables locales y la electrificación de la industria, el transporte y la climatización genera empleo, innovación y, además aumenta el Producto Interior Bruto. Las importaciones restan al PIB de un país, por tanto el PIB de España es un 5% más bajo dado que importa el 75% de su energía. Y además reduce el despilfarro energético (las $\frac{3}{4}$ partes de la energía en sistemas de combustión se desperdician. Electrificarlo todo implica reducir entre un 50 y un 75% nuestro consumo energético, nuestra extracción de materiales y hace posible un sistema energético circular sin apenas emisiones).
- **Eficiencia y Residuo Cero:** Transformar sistemas lineales donde se pierde el 40% de la comida producida o donde tres cuartas partes de la energía se despilfarran por ineficiencia es un negocio regenerativo que crea valor, empleo y bienestar a partir de lo que antes era desecho. Además, reduce las importaciones de materiales (que bajan el PIB), creando más economía local (que lo sube).
- **Agricultura:** La producción local de alimentos regenerativos y biofertilizantes reemplaza los insumos químicos importados (que también bajan el PIB, al restarse como importación) fortaleciendo la economía agraria local y la resiliencia alimentaria.



Hemos normalizado una herida. Paisajes expoliados, sin sus especies clave, sin su funcionalidad biológica. Paisajes de escasez que tenemos que ser capaces de reconstruir y volver a levantar su capacidad de crear abundancia.

La regeneración es el camino hacia una abundancia funcional, eficiencia, inteligente y justa que restituye la dignidad humana y los ciclos vitales del planeta.



Como el modelo de crecimiento definido en el PIB es fallido, entonces hay que dejar de crecer



¿Y si incluimos la salud de los ecosistemas, la productividad de nuestros paisajes, la biodiversidad, la calidad del aire y del agua, en el PIB? ¿Y si medimos la verdadera riqueza de un país?

06

MÁS ALLÁ DEL CARBONO: EL NUEVO PARADIGMA DEL AGUA Y LA REVOLUCIÓN REGENERATIVA.



Reajustando la escala temporal de nuestras acciones: El impacto inmediato del uso del suelo.

Durante décadas, la narrativa climática ha estado dominada por el paradigma lineal del carbono: un gas invisible (CO_2) que se acumula en la atmósfera, con un impacto global acumulativo y dilatado en el tiempo. Lo que hiciéramos con el carbono, para bien o para mal, afectaría a nuestros nietos. Si bien es absolutamente correcto, este marco a menudo genera una sensación de impotencia y distancia. El problema parece demasiado grande, lejano y abstracto. ¿Qué puede hacer cualquiera si se enfrenta a un problema de escala planetaria y que se mide en décadas o siglos?

La ciencia, sin embargo, está ampliando el foco y, a partir de investigaciones como las del científico español Millán Millán (CEAM) o María José Sanz (BC3, IPCC)^[22], hemos ido comprendiendo que existe una segunda pata del cambio climático. Una segunda pata que tiene que ver con **el uso del suelo y el ciclo del agua**. Que tiene que ver con el llamado forzamiento radiativo, que determina el balance energético y que puede darnos realidades climáticas regionales muy diferentes con una misma concentración de CO_2 .

De la misma forma que una plaza de hormigón en una ciudad tiene varios grados de diferencia con una zona verde, en el mismo día, los paisajes intervienen sobre el clima a escala regional de formas mucho más poderosas de lo que pensábamos. Y los efectos de estas transformaciones se miden **en años, no en décadas**, y están, directamente en nuestra mano, a nuestro alcance.

^[22] Climate feedbacks and desertification: The mediterranean model
<https://journals.ametsoc.org/view/journals/clim/18/5/jcli-3283.1.xml>



Los efectos de la restauración ecológica y la transición agraria en un área del tamaño de Hungría en la meseta de Loess, en China, han logrado **reducir las temperaturas regionales en verano en, entre 5 y 6°C de media**^[23], y han hecho que **aumenten las precipitaciones entre 90 y 315 mm/m2 al año**^[24], reduciendo además la frecuencia de los ciclos sequía-inundación-incendios. Sobra decir que lo han hecho compartiendo el mismo CO2 atmosférico que cualquier región cercana: **no necesitamos agua para poder tener plantas, necesitamos plantas para poder tener agua**. Y eso refresca el planeta y restablece los ciclos de precipitaciones benignas.

Es crucial ampliar el **foco narrativo** para incluir el **uso del suelo** como un factor climático de **impacto estructural, inmediato y local**. La deforestación, el urbanismo expansivo y la agricultura convencional no solo emiten carbono, sino que rompen el ciclo del agua, generando un impacto devastador y rápido en el clima local y regional: más sequías, olas de calor más intensas e inundaciones. El Nuevo Paradigma del Agua, basado en los avances de la hidrología biológica, explica cómo los ecosistemas sanos, especialmente los bosques pero también los suelos regenerados con cobertura vegetal, actúan como una **"bomba biótica"** que genera sus propias lluvias y regula el clima. Al degradar el paisaje, rompemos esta bomba.

El nuevo paradigma del agua muestra que la vida crea las condiciones de su propio equilibrio. Que en la Tierra la naturaleza no es pasiva sino activa, que vivimos en un planeta "diseñado" por la vida: no tendríamos la atmósfera que tenemos, el oxígeno que tenemos, la temperatura que tenemos, si no fuese porque la **biosfera** genera su propio equilibrio dinámico, su propia **homeostasis**, condicionando las variables físicas y químicas como parte de su sistema. Igual que nuestro cuerpo cuando tiene calor, suda, y cuando recibe sol se pone moreno, el planeta tiene innumerables y fascinantes mecanismos para regular el clima.

^[23] Effects of vegetation restoration on local microclimate on the Loess Plateau (2022, Journal of Geographical Sciences) <https://link.springer.com/article/10.1007/s11442-022-1948-y>

^[24] Revisiting Biophysical Impacts of Greening on Precipitation Over the Loess Plateau of China Using WRF With Water Vapor Tracers (2023, GRL) <https://agupubs.onlinelibrary.wiley.com/doi/full/10.1029/2023GL102809>



Este paradigma nos ofrece un marco de acción increíblemente empoderador. Demuestra que podemos reparar el ciclo hidrológico, rehidratar y refrescar nuestros paisajes y ciudades, dejar atrás el ciclo lluvias torrenciales-sequías-fuegos, con un impacto visible en un marco de tiempo radicalmente diferente. *Podemos mejorar radicalmente el clima local y regional en una sola legislatura con independencia de lo que ocurra en el resto del planeta mediante la reforestación inteligente y a gran escala, la agricultura regenerativa y la renaturalización de las ciudades.*

Como todo cambio de paradigma, las implicaciones son enormes y hay que entender su magnitud. **Imaginémoslo de otra manera:** Dos personas tienen el colesterol igual de alto, pero una está en riesgo cardiovascular y la otra completamente fuera de riesgo. ¿Por qué? La primera tiene el corazón débil, es sedentaria y tiene malos hábitos. Para ésta, el colesterol alto es un riesgo de vida o muerte. La segunda, en cambio, hace ejercicio regularmente, tiene buenos hábitos y tiene un corazón fuerte, para ésta el colesterol alto es simplemente tolerable. Ese es el potencial de la recuperación del ciclo del agua: un ciclo del agua fuerte es como un corazón fuerte. ¿Y qué hacemos para fortalecer ese corazón, ese ciclo del agua? Tener buenos hábitos, es decir reverdecer España. Regenerar.

Si los **paisajes están vivos, hidratados, llenos de vegetación y biodiversidad, el sistema tiene defensas: disipa el calor y regula su temperatura.**

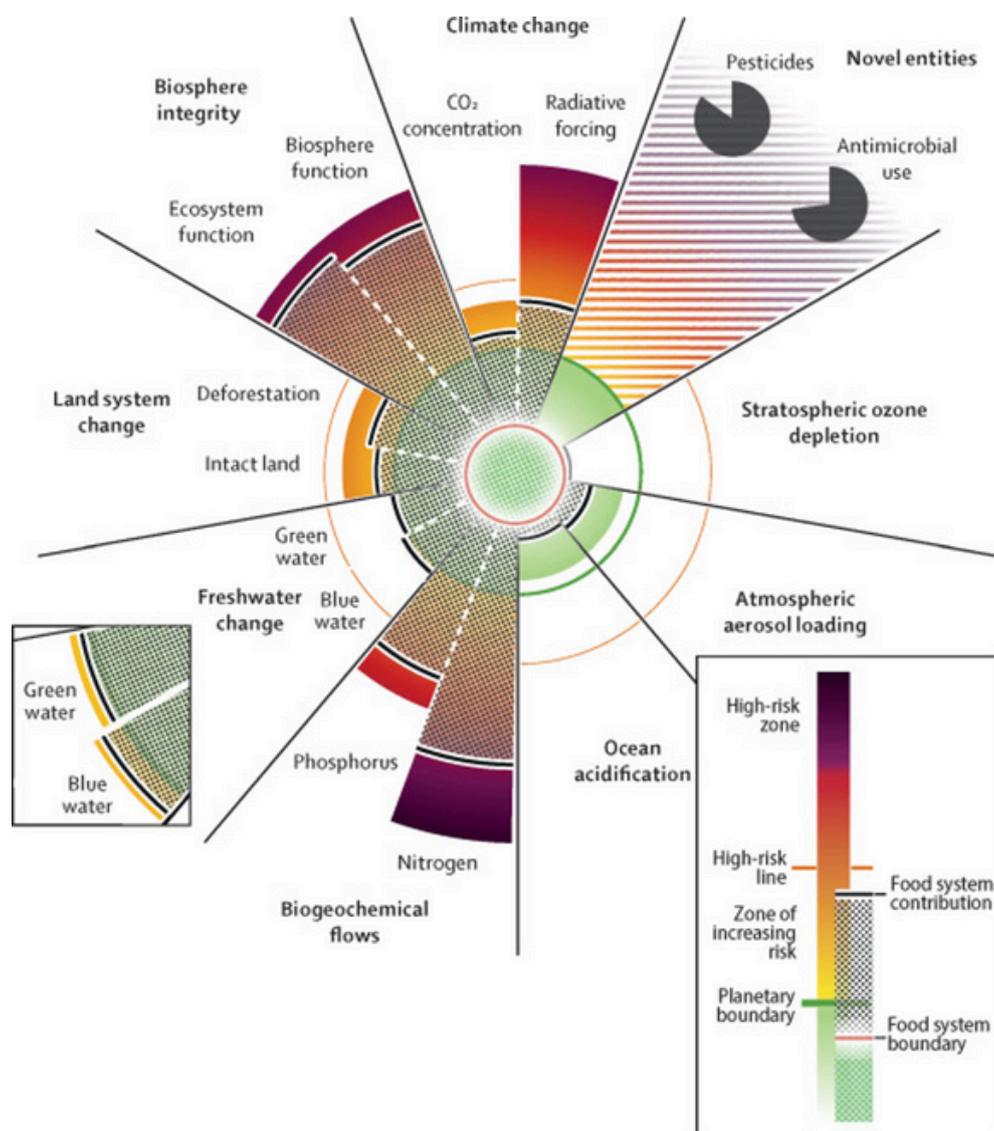
Si están degradados y secos, el riesgo se dispara. El efecto “Isla de calor” que todos conocemos en las ciudades es, básicamente, lo que ocurre a escala peninsular o continental. Una península como la ibérica, que está desertizada al 75%^[25] es como una ciudad de cemento. Una península reverdecida es como un parque dentro de una ciudad: **ambos sitios tienen el mismo CO2 encima, pero la diferencia de temperatura es colosal.** Y es un proceso que se refuerza a sí mismo: una vez devolvemos a la **naturaleza** sus propias herramientas, **generará un equilibrio cada vez más estable.** Es nuestra **vía más rápida, directa y segura** hacia un Antropoceno que imite los **patrones templados y regulares** del Holoceno.

^[25]<https://www.unccd.int/sites/default/files/2023-04/Spain%20-%20National%20Strategy%20to%20Combat%20Desertification.pdf>



La segunda pata del cambio climático: Restaurar el uso del suelo para restaurar el equilibrio climático

Rockstrom confirma que **el sistema agroalimentario es el principal responsable de la ruptura de los límites planetarios**. Cinco de los nueve límites planetarios son mayoritariamente consecuencia de este (uso de la tierra, ciclo del nitrógeno, ciclo del fósforo, biodiversidad y agua dulce). Y es uno de los principales contribuidores a los otros dos (cambio climático y acidificación oceánica).



Rockstrom, 2025. Las zonas sombreadas marcan la contribución del sistema agroalimentario a cada límite planetario.



Transformar la tierra y regenerarla es, por tanto, absolutamente prioritario. El propio IPCC ha identificado que **las 3 acciones más urgentes y poderosas** para enfriar el planeta son el despliegue renovable, la protección y restauración de ecosistemas y la captura de carbono en suelos agrícolas a través de la agricultura regenerativa. Sin esto, no hay vía que aparte la opción de la extinción masiva. En resumen, **electrificarlo todo a toda velocidad, restaurar ecosistemas y transformar el sistema agroalimentario.**

El Nuevo Paradigma del Agua convierte a la ciudadanía, a los agricultores y a los planificadores urbanos en actores climáticos de primer orden, con poder real para influir en su entorno aquí y ahora. Esto dota de un sentido de urgencia positiva y empoderamiento a la acción local y regional, que se convierte en la base tangible y visible de la solución global. No se trata de negar la importancia del carbono, sino de añadir una palanca de acción más rápida, tangible y movilizadora.



Nuestros ojos no van a ver las consecuencias del cambio climático. Tampoco verán si lo arreglamos.

Esto ya está perdido, no hay que ser iluso.



La aceleración actual del cambio climático responde a un sistema complejo, no lineal, y estamos viendo extremos climáticos cada vez más devastadores: también podemos ver las consecuencias de nuestras acciones si restauramos el ciclo del agua y el uso del suelo. Lo que hagamos con el suelo y el agua puede calentar o refrescarlo todo, aquí, ahora.

Las soluciones y la ciencia que tenemos ahora mismo nos dan la capacidad de frenar la crisis climática y de mejorar la vida de la gente. Ser iluso es pensar que tenemos otra opción, que podemos elegir no hacerlo.

07

CONSTRUIR COALICIONES TRANSVERSALES PARA CAMBIAR EL EJE. UN LENGUAJE A LA ALTURA DEL RETO HISTÓRICO.



"Debemos aprender a vivir unidos como hermanos o pereceremos unidos como necios."

Marthin Luther King

Soluciones frente a culpa

Ninguna gran transformación social se ha logrado sin construir alianzas amplias y transversales. El cambio hacia la regeneración necesita de la participación activa de jóvenes y mayores, de progresistas y conservadores, del sector empresarial y de los trabajadores, del mundo rural y del urbano. Para ello, es imprescindible abandonar el lenguaje de trinchera y la "higiene ideológica" que nos lleva a rechazar aliados potenciales.

Nuestra estrategia narrativa debe consistir en cambiar el eje de la conversación. No podemos seguir perdiéndonos en las guerras de bulos y la polarización que el negacionismo elige para nosotros, porque en ese terreno siempre perdemos. Debemos pasar del tablero de los problemas (quién tiene la culpa, qué está mal, quién es el enemigo) al **tablero de las soluciones** (quién puede formar parte de esto, qué podemos construir juntos, qué futuro deseable compartimos). La **regeneración puede cambiar la conversación y coser España de lado a lado.**

Nadie puede quedar excluido de unas soluciones en las que todos ganamos.



Por eso, el lenguaje que usemos tiene que ser inclusivo, seductor y positivo, **evitando el argot técnico o la jerga moralista** que solo entiende nuestro círculo. Debemos centrarnos en el horizonte deseable común que todo el mundo quiere: más salud, más prosperidad, más certidumbre, más soberanía y un entorno más abundante, verde y saludable. Se trata de encontrar el terreno común para la acción, incluso cuando no estemos de acuerdo en todo lo demás.

El deseo de pertenencia y la competencia sana

Todos los grandes movimientos del siglo XX construyeron coaliciones transversales (derechos civiles, sufragio universal, derechos laborales y sociales). El movimiento por la regeneración también debe hacerlo. Hay que seducir, invitar y acompañar, **generando un deseo de pertenencia a la generación que impulsó el cambio más profundo de la historia**, y una competencia sana por ver qué comunidad, qué empresa o qué país avanza más rápido en la adopción de las soluciones. **La esperanza no es esperar: es actuar juntos.**



¿Cómo vamos a estar de acuerdo si pensamos tan diferente en todo lo demás?



¿Cómo no vamos a estar de acuerdo si respiramos el mismo aire, bebemos la misma agua y comemos la misma comida?

08

SURFEAR Y EXPANDIR LA OLA REGENERATIVA



Las cosas no cambian peleando contra la realidad existente, sino creando un modelo nuevo que vuelva obsoleto al anterior.

Buckminster Fuller

El beneficio percibido como secreto de la vinculación emocional

Estamos pasando a toda velocidad de “tonto el primero” a “tonto el último”. El movimiento regenerativo se está convirtiendo en una ola popular, transversal, positiva e ilusionante. Sin ir más lejos, la acogida de experimentos de comunicación como HOPE (1.000 millones de reproducciones en 6 años) ha demostrado que, al enmarcar la transición en las ventajas económicas, técnicas y productivas (el “win-win”), se despierta la adhesión y el entusiasmo de sectores muy diversos que normalmente y ante otros asuntos se mostrarían escépticos o directamente hostiles. Los estudios demoscópicos como el de las “8 Españas”^[26] concluyen que una amplísima mayoría de la población se comporta como “**adolescentes climáticos**”: están a favor de actuar, pero el consenso se derrumba cuando las soluciones se perciben como una amenaza a su bienestar.

Cuando la gente se percibe beneficiada directamente por las soluciones (ahorro en la factura de la luz, mejores cosechas, aire más limpio), se siente **dentro de la transición**, no una víctima de ella. Y esto es clave, porque nuestras acciones moldean nuestro pensamiento, y no al revés. El principio de disonancia cognitiva explica que, una vez que alguien invierte tiempo o dinero en una acción (como instalar un panel solar), su cerebro trabaja para alinear sus creencias con esa acción, volviéndose más favorable a la transición y rechazando los mensajes que la contradicen.

^[26]<https://www.miteco.gob.es/es/ceneam/recursos/materiales/guia-facil-para-una-comunicacion-segmentada---las-ocho-espanas--.html>



La rueda de la transformación sistémica

Para impulsar esta oleada regenerativa, es imprescindible trabajar simultáneamente en tres palancas clave que se retroalimentan en un círculo virtuoso:

- **Viabilidad social:** La gente desea y apoya activamente las soluciones porque percibe sus beneficios. Toman decisiones como consumidores, como ciudadanos y como votantes. Esta demanda social visible reduce el riesgo político de la acción.
- **Viabilidad política:** Las administraciones, al ver el apoyo social, se atreven a crear políticas y marcos regulatorios que aceleran la transición, lo que a su vez reduce el riesgo para la inversión privada.
- **Viabilidad económica:** Las empresas y los inversores, con un marco político favorable y una demanda social clara, invierten masivamente, lo que abarata las soluciones y las hace aún más accesibles para la sociedad, reforzando la viabilidad social.

¿Acción como consumidor, como “activista” o ciudadano, como votante, en el puesto de trabajo?, ¿cambios legislativos, sistémicos? ¿Cuál es el verdaderamente útil?

La respuesta, una vez más, es todos y cada uno de ellos a la vez. Darnos cuenta del valor que tienen nuestras decisiones individuales, a nivel de consumo, de energía, de voto... nos permite empoderarnos y seguir subiendo escalones. Minimizar el impacto que esto tiene es, además de falso, dar combustible al derrotismo y la parálisis.

Y el desafío no es menor: De la correlación de fuerzas que logremos construir en estos tres niveles en los próximos cinco años depende, literalmente, el futuro de la vida en la Tierra tal y como la conocemos.



“Nada va a cambiar,
la gente no se da
cuenta.”



El tren por fin está en marcha, lo estamos
moviendo entre millones de personas, y
tenemos mucho más poder del que creemos.
Es una oportunidad maravillosa de avanzar.

09

DE LA IMPOTENCIA GLOBAL AL EMPODERAMIENTO LOCAL. UN CAMBIO RADICAL DE ESCALA.



Todas las generaciones tienen la responsabilidad de cuidar el legado que recibieron de sus padres para que pase a sus hijos. Pero la nuestra tiene algo más. Tiene la responsabilidad de arreglar lo roto. De regenerar.

Cristóbal Aránega - Fundador de Alvelal

El antídoto a la parálisis: la escala humana de la acción

La narrativa climática global, con su escala planetaria y sus proyecciones a décadas vista, a menudo genera una sensación de impotencia abrumadora. El problema parece tan gigantesco que la acción individual o comunitaria se percibe como inútil, lo que alimenta la parálisis y el cinismo. El antídoto a esta impotencia es un cambio radical de escala. La regeneración nos ofrece una ventaja estratégica enorme con respecto al imaginario ecologista tradicional: nos da un rumbo de acción con impacto tangible y visible a nivel local. Es muy difícil imaginarse "cambiando el mundo", pero es mucho más fácil y motivador imaginarse ayudando a transformar tu barrio, tu pueblo, tu comarca, tu casa, tu voto, tu consumo. Tu acción individual y colectiva a escala humana.

El planeta, al final, es la suma de todos estos lugares. Necesitamos que cada comunidad, cada región y cada país se enfoque en regenerar su propio entorno, en acelerar el cambio y en escalar las soluciones. Este **enfoque local es profundamente empoderador. Devuelve la agencia a las personas y a las comunidades**, demostrando que sus acciones tienen consecuencias directas y positivas en su entorno inmediato. **En tiempos de auge de nacionalismos excluyentes, conectar con un cariño positivo y universal por lo local, por "nuestra tierra", nos permite construir un discurso de país inclusivo y regenerativo.**



Además la ciencia actual nos dice, gracias al nuevo paradigma del agua como mencionamos en el punto 6, que recuperar un humedal, transformar un paisaje agrícola o reforestar una zona árida, son acciones que tienen un impacto directo en el clima regional, que cambiar la forma en la que gestionamos la tierra y recuperar el ciclo del agua nos permite **enfriar nuestro país varios grados en un puñado de años**. ¿A qué estamos esperando?

Coser la sociedad a través de metas compartidas

La regeneración no es solo una tarea ecológica; es, fundamentalmente, una tarea social. Para superar la polarización, la división y el odio que fracturan nuestras sociedades, necesitamos reconstruir las comunidades humanas desde la base: a nivel de pueblo, de barrio, de ciudad. La mejor forma de hacerlo es construyendo metas compartidas y espacios de colaboración en torno a un objetivo común que beneficie a todos. La oleada regenerativa, con cientos de grupos vecinales reimaginando sus territorios, reverdeciendo sus calles o creando sistemas alimentarios locales, es un paso clave en esta dirección. Estos proyectos, como miles de experiencias más que llevan ocurriendo décadas, se convierten en "escuelas de democracia" donde la gente aprende a colaborar, negociar y gobernarse.

Un ejemplo inspirador y de referencia es **Alvelal**, en el altiplano estepario del sureste español. Allí, más de 500 agricultores regenerativos no solo están recuperando la vida en sus 30.000 hectáreas agrícolas, transformando un paisaje polvoriento en un mosaico vivo, sino que han creado una alianza territorial que une a ayuntamientos, empresas y ciudadanía en torno a una visión común: **traer la abundancia de vuelta a un territorio de un millón de hectáreas**. Proyectos como este demuestran que la regeneración del paisaje y la regeneración del tejido social son dos caras de la misma moneda.



El desafío de la ejecución

El principal obstáculo para esta transformación local no suele ser la falta de leyes o de tecnología. Existe un desequilibrio enorme entre lo que ya se podría hacer con el marco legislativo actual y lo que de hecho se hace. El verdadero cuello de botella es la falta de ejecución. Faltan actores —ciudadanos, empresas, administraciones locales— que den pasos reales, que se atrevan a iniciar proyectos y que hagan avanzar esto sobre el terreno. La clave del futuro está en activar y empoderar a estas personas para que conviertan la visión regenerativa en una realidad local.



“Tenemos que hacerlo, por nuestros hijos y los hijos de nuestros hijos”

“No podemos salvar el Planeta, somos muy pequeños, da igual lo que nosotros hagamos.”



Tenemos que hacerlo aquí, ahora, por nosotros mismos.

Arreglemos lo que tenemos a mano, lo que esté a nuestro alcance, y todo cambiará, porque somos parte de una marea operando en todo el mundo al mismo tiempo. El planeta lo hemos roto trocito a trocito y lo estamos reparando también trocito a trocito.

10

LA HUMANIDAD COMO ESPECIE CLAVE: UN NUEVO PROPÓSITO PARA EL ANTROPOCENO.



Estamos en una etapa única de nuestra historia. Nunca antes habíamos tenido tanta conciencia de lo que le estamos haciendo al planeta, y nunca antes habíamos tenido el poder de hacer algo al respecto. Seguramente todos tenemos la responsabilidad de cuidar nuestro Planeta Azul. El futuro de la humanidad y, de hecho, de toda la vida en la tierra, ahora depende de nosotros.

David Attenborough

De plaga a especie simbiótica

Debemos rechazar frontalmente la narrativa misantrópica, la “**profecía autocumplida**” que considera que el ser humano es **una plaga y el problema es que somos demasiados**. Esta visión no solo es paralizante, sino científicamente incorrecta. La realidad es que somos **la única especie con el potencial de comprender** las dinámicas globales de la biosfera para interactuar de manera positiva con ellas, **reparar** el daño y reconstruir los mecanismos naturales de **autorregulación** climática. Podemos ser una especie que multiplique la vida, una especie clave que sostenga a las demás e intervenga de forma virtuosa en los ecosistemas. Los pueblos **indígenas** amazónicos son capaces de aumentar la biodiversidad en los territorios que gestionan, con respecto a una selva virgen. Y a nivel global, podemos tomarlo como **ejemplo**, aprender de esa sabiduría y redoblar la apuesta. Podemos ser una especie clave.

El nuevo Antropoceno

Lo que está en juego no es "el planeta", que tarde o temprano se recuperará; lo que está en juego son las condiciones de posibilidad de la civilización humana.

El periodo climático estable y benigno que permitió el florecimiento de nuestras civilizaciones, el Holoceno, ha terminado.



Hemos entrado en **el Antropoceno**, una nueva era geológica donde **la especie humana es la fuerza dominante que determina el rumbo del planeta**. Pero el guión no está escrito. Como afirma Johan Rockström, el Antropoceno puede ser un salto mortal hacia el caos climático, los extremos y lo impredecible, o puede ser la oportunidad para que la humanidad asuma su rol como especie clave positiva, co-creando, junto a la naturaleza, un "Antropoceno Holocénico": un nuevo equilibrio dinámico que combine la resiliencia de la biosfera con el conocimiento humano. Esta sería la historia de madurez de nuestra especie: pasar de una adolescencia de explotación imprudente a una madurez consciente

La columna vertebral de un proyecto de prosperidad compartida

La regeneración es, por tanto, mucho más que una serie de técnicas o una narrativa: es la columna vertebral de un nuevo proyecto de prosperidad compartida. Nuestra misión es instalar el "sistema operativo" de las soluciones (Drawdown) y usar como brújula la **Economía del Dónut**, que integra la dignidad humana y la prosperidad dentro de los límites planetarios.

El **Nuevo Paradigma del Agua**, la ciencia de la regeneración del suelo y los avances técnicos, sociales e industriales de la economía regenerativa son las herramientas que nos permiten hacerlo, restaurando la tierra para restaurar el equilibrio global. **El problema no es cuántos somos, sino qué hacemos para sostenernos**. Con las soluciones que ya tenemos, es perfectamente **posible encajar a la población humana de forma simbiótica en un planeta próspero**. Tenemos las soluciones. Son mejores. Las querríamos aunque no existiese el CO₂. Es la hora de la regeneración. Es ahora.



Somos una plaga, no cabemos todos. Si te fijas en cómo nos expandimos a costa de la naturaleza, no hay duda.



Somos naturaleza, no somos nada diferente a la propia naturaleza. Y somos una parte preciosa, compleja, misteriosa, de la naturaleza. La más responsable, la más consciente, la más capaz de cuidar el equilibrio global del planeta. Si dejamos de expandir la escasez y empezamos a regenerar, cabemos todos y cabemos dejando espacio de sobra para que la Biosfera se recupere y pueda recuperar un clima amable como el que nos vio florecer como especie.



Conclusión

**UN GIRO
ESTRATÉGICO PARA
GANAR EL FUTURO.**

CAMBIAR LA CONVERSACIÓN PARA RECUPERAR EL FUTURO

Este manual parte de una premisa urgente: la narrativa climática actual, basada en el miedo, la culpa y el sacrificio, ha fracasado. No solo no ha conseguido movilizar la acción a la escala y velocidad requeridas, sino que se ha convertido en el arma perfecta para las fuerzas de la inercia, el retardismo y la negación.

El decálogo presentado aquí no es un simple ejercicio de comunicación o un cambio de tono. Es una propuesta para un **giro estratégico fundamental**. Se trata de abandonar una batalla cultural que estamos perdiendo para abrir un nuevo frente, uno en el que tenemos todas las ventajas. Es el paso de una narrativa de exigencia moral, que establece como “deberían” ser las cosas, a una de **propuesta de valor irresistible**, que muestra que la alternativa es ya mejor. De la desesperanza y el cinismo al empoderamiento contagioso.

El cambio propuesto consiste en pivotar hacia un lenguaje y un marco de acción centrados en el **deseo**, la **superioridad técnica de estas herramientas**, la **abundancia regenerativa**, el **empoderamiento local** y la **esperanza activa**. Es una estrategia diseñada para desactivar la guerra cultural y construir la única fuerza capaz de impulsar una transformación profunda: una coalición social, política y económica amplia, transversal y motivada por la necesidad compartida de un futuro mejor.

Este giro es crucial porque ataca directamente al corazón del problema: la falta de viabilidad social y política. Al enmarcar la transición como una oportunidad deseable, creamos las condiciones para que la ciudadanía la demande, los políticos la apoyen y las empresas la acompañen.

Cambiando la narrativa, cambiando la conversación, podemos recuperar el futuro. Es la herramienta para pasar de la parálisis a la acción, de la división a la colaboración y del miedo al futuro, de la incertidumbre, a la construcción activa del futuro que anhelamos.

Te invitamos a usar estos principios, a adaptarlos, a mejorarlos y, sobre todo, a ponerlos en práctica. La tarea es inmensa, pero la hoja de ruta es clara: Es la hora de convertirnos en **la generación de la regeneración**.



Hope!