



En Defensa de la Suficiencia

María Dios – Yamina Saheb

Alejarse del extractivismo y el consumo excesivo impulsaría una transformación positiva en Europa, al tiempo que se abordaría la injusticia global. Esto podría lograrse mediante la aplicación de políticas de suficiencia, cuyo objetivo es reducir la demanda de energía, materiales, tierra y agua, al tiempo que se garantiza el bienestar de todos dentro de los límites del planeta. Entrevista con Yamina Saheb, autora principal del informe del IPCC sobre la mitigación del cambio climático.



Foto de [Muhammad-Taha Ibrahim](#) en [Unsplash](#)

María Dios: La primera Evaluación Europea del Riesgo Climático, publicada este año por la Acción Europea de Medio Ambiente, muestra que Europa no está preparada para los crecientes riesgos climáticos. Para el Grupo Intergubernamental de Expertos sobre el Cambio Climático (IPCC por sus siglas en inglés), las estrategias climáticas deben incluir una «adaptación transformadora». ¿Qué significa esto?

Yamina Saheb: La transformación no es suficiente, porque significa permanecer en el mismo sistema. Lo que necesitamos es una metamorfosis, que consiste en un cambio radical del sistema. Además, la adaptación no está separada de la mitigación, y debemos contar con políticas climáticas que tengan en cuenta ambas cosas al mismo tiempo. La división entre las dos categorías es engañosa y errónea, porque si no reducimos drásticamente las emisiones, la temperatura subirá y ya no podremos adaptarnos.

Entidades clave como el Grupo Intergubernamental de Expertos sobre el Cambio Climático ([IPCC](#)), la Convención Marco de las Naciones Unidas sobre el Cambio Climático ([CMNUCC](#)) y las sucesivas Conferencias de las Partes ([COP](#))

han sido fundamentales en esta evolución. El recorrido de la adaptación a través de estas plataformas revela mucho sobre el proceso más amplio de las negociaciones climáticas mundiales.

María Dios: ¿Cómo sería esta metamorfosis?

Yamina Saheb: La metamorfosis significa poner la suficiencia en primer plano. La suficiencia aborda tanto la mitigación como la adaptación, porque se trata, por un lado, de la reducción de las emisiones y, por otro, de la equidad y el acceso al bienestar. Actualmente, el primer aspecto se considera mitigación y el segundo, adaptación. Pero si el calentamiento global continúa, los gobiernos no podrán garantizar una buena calidad de vida para todos. Por eso debemos hablar de suficiencia y abordar conjuntamente la mitigación y la adaptación.

María Dios: ¿Cómo podría avanzar la UE hacia la suficiencia?

Yamina Saheb: Las políticas actuales de la UE no incluyen la suficiencia, pero no podemos descarbonizar sin adoptarla. Por ejemplo, en el caso de los edificios residenciales, se ha calculado que la falta de políticas de suficiencia durante el periodo 1990-2019 ha supuesto una oportunidad perdida para descarbonizar el sector en torno a un 30 %.

En este momento, el enfoque de la UE es tecnosolucionista. Pero este enfoque implica extraer más recursos y generar más emisiones. Aunque estas emisiones no se produzcan en Europa, se producirán a causa de la UE y para la UE. En la práctica, esto significa que no estamos descarbonizando.

El tecnosolucionismo europeo se manifiesta sobre todo en el énfasis en las emisiones negativas mediante la captura y el almacenamiento de carbono (CAC) y los sumideros naturales de carbono. Sin embargo, se trata de una gran mentira, ya que no podemos contar con estas soluciones a gran escala. Tomemos como ejemplo la dependencia de los bosques. Los modelos de que disponemos no tienen en cuenta el impacto del cambio climático en estos ecosistemas. Los sumideros naturales se ven muy afectados por el cambio climático. En Francia ya se está debatiendo el hecho de que los bosques franceses no pueden absorber más carbono. Por lo tanto, en lugar de hablar de «cero-neto» y «emisiones negativas», deberíamos trabajar para alcanzar las cero emisiones. Y luego, si tenemos suerte y nuestros bosques siguen funcionando como sumideros, mucho mejor.

Además, al fijarse objetivos de cero emisiones, la UE también debería tener en cuenta su responsabilidad histórica en el cambio climático. Lo que provoca el cambio climático son las emisiones acumuladas, no solo las de hoy o las del siglo pasado. Si tenemos esto en cuenta, reconocemos nuestra responsabilidad en el desastre climático y consideramos los límites del planeta, entonces la UE en su conjunto debería ser neutra en carbono para 2033. Las emisiones que produciremos entre ese año y 2050 deberían ser responsabilidad de los países que tienen menos responsabilidad histórica en el calentamiento global. Al fijar 2050 como objetivo para la neutralidad en carbono, estamos, de hecho, colonizando la atmósfera. Esto es lo que yo llamo el neocolonialismo de los objetivos climáticos del Norte Global.

Al fijar 2050 como objetivo para la neutralidad en carbono, estamos, de hecho, colonizando la atmósfera.

María Dios: Entonces, cuando hablamos de objetivos climáticos, no podemos centrarnos exclusivamente en Europa ni mirar solo al presente, sino que tenemos que abordar el extractivismo global y la responsabilidad histórica por el cambio climático. ¿Cómo puede ayudar la suficiencia?

Yamina Saheb: La suficiencia establece dos umbrales. El umbral superior son los límites planetarios. Debería ayudar a calcular los presupuestos de carbono, porque la suficiencia tiene que ver con la equidad. De ahí viene el año 2033 como fecha para la neutralidad climática de Europa. El umbral inferior de la suficiencia es el bienestar y los derechos humanos para todos, no solo para los blancos de los países ricos.

Si se tienen en cuenta estos dos umbrales, queda claro que el esfuerzo que tiene que hacer Europa es enorme. Uno podría preguntarse si esto es justo para nuestros hijos o incluso para nosotros mismos, teniendo en cuenta que no tomamos las decisiones que han llevado a las emisiones que están cambiando el clima. La cuestión es que nos beneficiamos de toda la infraestructura que se ha construido con estas emisiones. Gracias a esta infraestructura, mi vida es completamente diferente y mucho más fácil aquí en Europa de lo que sería en el norte de África. Por lo tanto, esta responsabilidad forma parte de nuestro patrimonio.

María Dios: ¿Cómo abordamos esta responsabilidad global? En este momento, incluso el Pacto Verde Europeo está siendo cuestionado.

Yamina Saheb: El Pacto Verde Europeo no es un buen acuerdo, aunque todo el mundo esté contento con él. Desde un punto de vista político, fue una buena medida. Pero desde la perspectiva climática, no es lo suficientemente ambicioso. Por eso es positivo que el Pacto Verde esté en peligro. Se necesita tiempo y mucho dinero para poner en marcha políticas climáticas. Antes de movilizar estos recursos, es esencial que acertemos con las políticas, aplicando la circularidad a todos los niveles.

A nivel de la UE, deberíamos empezar por el Pacto de Estabilidad y Crecimiento. Si no se alcanza la suficiencia en este ámbito, solo se puede debatir sobre el cambio de comportamiento, como ocurrió en Francia. En segundo lugar, debemos replantearnos la política monetaria de la UE. Estos dos instrumentos políticos decidirán el futuro de Europa, y Europa no tiene futuro sin suficiencia.

Hoy en día, ya no podemos evadir el calentamiento global. Nos encontramos en una situación de control de daños para la humanidad y nuestros ecosistemas. No es solo Europa la que no tiene futuro sin suficiencia, sino la humanidad en su conjunto. Con la suficiencia, no volveremos a como eran las cosas antes, porque eso ya no es posible. Pero detendremos el calentamiento global y evitaremos una situación aún más catastrófica. En ese momento, podremos adaptarnos.

María Dios: ¿Por qué el debate sobre la suficiencia en Francia se redujo al cambio de comportamiento? ¿Considera que el reconocimiento de la suficiencia por parte de Francia es un paso adelante positivo?

Yamina Saheb: Francia es el único país de la UE donde la suficiencia aparece en la legislación, pero solo se menciona en relación con la energía en la Ley de Transición Energética. Lo que ocurrió es que, con la crisis energética provocada por la guerra en Ucrania, el presidente pidió al Gobierno que elaborara planes de suficiencia energética. Pero Francia es un país de la UE y no se puede aplicar la suficiencia en un solo Estado miembro sin cambiar las políticas de la UE. Así que el Gobierno francés acabó elaborando planes de cambio de comportamiento, animando a la gente a reducir el consumo de energía. Las emisiones energéticas relacionadas con los edificios residenciales se redujeron y el Gobierno lo celebró como un éxito. Empero, eso no era suficiencia. Era precariedad o pobreza energética; la gente no podía permitirse calentar sus hogares.

Lo único positivo que ocurrió en 2022 es que se publicó el informe del [IPCC](#) sobre mitigación y la gente descubrió que la suficiencia existe. Hay muchos expertos que se centran en la suficiencia, porque todos los que trabajan en políticas climáticas saben que vamos en la dirección equivocada. El Foro Franco-Alemán para el Futuro, por ejemplo, está debatiendo sobre la eficiencia y la suficiencia energéticas. También hay un grupo de ONGs en Bruselas que debate sobre la suficiencia, algo que habría sido inimaginable hace solo cinco años. Recibimos más preguntas y solicitudes sobre la suficiencia de las que podíamos atender, por lo que creamos el World Sufficiency Lab para construir una comunidad de suficiencia. Tendremos un centro en la UE y, muy probablemente, centros nacionales en Francia y Alemania, los dos países donde hay un debate en curso sobre la suficiencia.

María Dios: Más allá de Europa, ¿hay algún país o región que pueda servir de ejemplo positivo en la aplicación de los principios de suficiencia en sus enfoques de adaptación al clima o gestión de los recursos?

Yamina Saheb: El único país en el que los principios de suficiencia se han incorporado a todas las políticas es

El capitalismo y el paradigma económico actual no son compatibles con la vida en este planeta. Así que la pregunta es: ¿queremos tener vida o queremos tener capitalismo?

Tailandia. Pero no hay una evaluación económica del impacto que esto está teniendo. Y Tailandia no forma parte de la Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económico (OCDE). Además, Tailandia no es una democracia, y muchos colegas europeos son muy críticos con esto. Es cierto que no se puede comparar

Tailandia con Europa, pero creo que incluso los regímenes no democráticos pueden tener algunas buenas ideas.

Por ejemplo, Tailandia introdujo la suficiencia en su programa educativo. Mi generación aprendió allí sobre la suficiencia en la escuela, lo que no fue el caso en Francia. Tenemos que cambiar nuestra mentalidad, y la escuela es un buen lugar para ello.

María Dios: ¿Cómo interactúa la suficiencia con el crecimiento económico? ¿Es compatible con el capitalismo?

Yamina Saheb: El capitalismo y el paradigma económico actual no son compatibles con la vida en este planeta. Así que la pregunta es: ¿queremos tener vida o queremos tener capitalismo?

En términos de crecimiento, no sabemos qué impacto económico tendrá la suficiencia si se adopta a nivel de la UE, ya que la Comisión Europea no ha elaborado escenarios que incluyan políticas de suficiencia. Pero sí disponemos de datos para Francia, donde se ha evaluado la suficiencia desde una perspectiva macroeconómica. Las conclusiones muestran que, si la suficiencia se aplicara de forma drástica, el PIB se reduciría un 0,2% para 2050 en comparación con el escenario de referencia. Si se aplicara gradualmente, el PIB de Francia sería un [2,4% superior](#) al del escenario de referencia. Es probable que acabáramos obteniendo resultados similares para la UE.

Vínculos relacionados:

- La Alianza Global Jus Semper
- Stella Levantesi: [La lucha del movimiento climático por adaptarse](#)
- Jason Hickel y Dylan Sullivan: [¿Cuánto crecimiento se necesita para lograr una buena vida para todos? Percepciones a partir de un análisis basado en las necesidades](#)
- Jason Hickel – Suzanne Kröger: [Si la Política Climática No Es Social, Fracasa](#)
- Jason Hickel: [El Decrecimiento es una Cuestión de Justicia Global](#)
- Jason Hickel: [Con Respecto a la Tecnología y el Decrecimiento](#)
- Jason Hickel, Aljoša Slameršak: [Los Actuales Escenarios de Mitigación del Cambio Climático Perpetúan las Desigualdades Coloniales](#)
- Jason Hickel y Dylan Sullivan: [Capitalismo, Pobreza Global y la Defensa del Socialismo Democrático](#)
- John Bellamy Foster y Brett Clark: [Socialismo y Supervivencia Ecológica: Una Introducción](#)
- John Bellamy Foster y Brett Clark: [El Capitaliano: La Primera Edad Geológica del Antropoceno](#)
- Álvaro de Regil Castilla: [Provocando la Toma de Conciencia y Acción para Geocracia](#)
- Álvaro de Regil Castilla: [La Insoportable Falta de Conciencia de Nuestra Crisis Ecológica Existencial](#)
- Álvaro de Regil Castilla: [Transitando a Geocracia: Paradigma de la Gente y el Planeta y No el Mercado — Primeros Pasos](#)
- Álvaro de Regil Castilla: [Mercadocracia y el Secuestro de la Gente y el Planeta](#)
- Álvaro de Regil Castilla: [Los Delirios Fraudulentos del Capitalismo Verde](#)
- Cristina Goberna Pesudo: [Sostenibilidad: un catálogo de ideas recibidas](#)
- Mateo Aguado: [La toxicidad del modo de vida capitalista](#)
- Alejandro Pedregal y Nemanja Lukić: [Del Imperialismo al Imperialismo Verde](#)
- Aurora Fernández Polanco: [“El ecologismo no ha sido capaz de contrarrestar la cancelación del futuro de la época neoliberal”](#)
- M. Graziano Ceddia y Jacopo Nicola Bergam: [La Necesidad de Cambio de Sistema: Una Síntesis Ecológica y Marxista](#)
- Bilbo Bassaterra: [La evolución del movimiento climático: de la radicalidad a la autocomplacencia](#)
- Ian Angus y Claudia Antunes: [Una Civilización Ecológica Tendrá que Ser Socialista](#)

- ❖ **Acerca de Jus Semper:** La Alianza Global Jus Semper aspira a contribuir a alcanzar un etos sostenible de justicia social en el mundo, donde todas las comunidades vivan en ámbitos verdaderamente democráticos que brinden el pleno disfrute de los derechos humanos y de normas de vida sostenibles conforme a la dignidad humana. Para ello, coadyuva a la liberalización de las instituciones democráticas de la sociedad que han sido secuestradas por los dueños del mercado. Con ese propósito, se dedica a la investigación y análisis para provocar la toma de conciencia y el pensamiento crítico que generen las ideas para la visión transformadora que dé forma al paradigma verdaderamente democrático y sostenible de la Gente y el Planeta y NO del mercado.
- ❖ **Acerca de la autora: María Dios** es periodista especializada en asuntos de la UE, política climática y transición energética. Es directora de comunicación y divulgación del Green European Journal. **Yamina Saheb** es profesora e investigadora en Sciences Po (París), autora principal del informe del IPCC sobre mitigación del cambio climático y analista política sénior en OpenExp. Anteriormente, Yamina fue investigadora sénior en la Universidad de Münster e investigadora sénior en la Universidad de Lausana.
- ❖ **Acerca de este trabajo:** “En Defensa de la Suficiencia” fue originalmente publicado en inglés por [Green European Journal](#) en junio de 2024. Este brevariario ha sido publicado bajo Creative Commons, CC-BY-NC 4.0. Se puede reproducir el material para uso no comercial, [acreditando al autor y proporcionando un enlace al editor original](#).
- ❖ **Cite este trabajo como:** María Dios – Yamina Saheb – En Defensa de la Suficiencia – La Alianza Global Jus Semper, octubre de 2025.
- ❖ **Etiquetas:** capitalismo, democracia, economía, ecología, mitigación y adaptación al cambio climático, IPCC, suficiencia, metamorfosis, equidad, bienestar, derechos humanos.
- ❖ La responsabilidad por las opiniones expresadas en los trabajos firmados descansa exclusivamente en su(s) autor(es), y su publicación no representa un respaldo por parte de La Alianza Global Jus Semper a dichas opiniones.



Bajo licencia de Creative Commons Reconocimiento 4.0 Internacional.
<https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/deed.es>

© 2025. La Alianza Global Jus Semper
Portal en red: https://www.jussemper.org/Inicio/Index_castellano.html