

USO EFICIENTE DEL AGUA



El agua es un bien escaso y valioso

Es nuestra obligación utilizarla de forma racional y responsable.

El agua es uno de los bienes más preciados de los que dispone el ser humano. Pero en ocasiones parece que a todos y a todas se nos olvida su importancia y no la valoramos como se merece.



¿Sólo el 2,8% del agua del planeta es dulce?

¡Sí! Además, si esta cantidad ya es reducida, el agua que podemos utilizar de ríos y lagos apenas llega al 0,01%.

Se ha de pensar en el agua como un bien escaso necesario para todas las personas que no podemos malgastar, ni degradar.

En estas páginas veremos numerosas formas de usar el agua en nuestra vida cotidiana, de manera responsable.

Las estadísticas sobre el agua dulce en el mundo en los últimos 10 años muestran una preocupante escasez de recursos hídricos limpios y seguros para consumo humano y uso agrícola. Algunas de las principales estadísticas incluyen:

1. Existe una crisis mundial de agua dulce que afecta a más de 2.100 millones de personas en todo el mundo, según la Organización de las Naciones Unidas para el Desarrollo Industrial (ONUDI) en 2015.
2. Según el Informe Global de Agua de la Agencia de Desarrollo Internacional (IDA) en 2020, 67,1% de la población mundial vive en áreas con estrés hídrico moderado o severo.
3. El Banco Mundial informó en 2021 que al menos 2 billones de personas en todo el mundo enfrentan problemas de agua insuficiente en sus hogares, y 4.5 mil millones carecen de servicios de saneamiento básicos.
4. El Programa Alimentario Mundial (PAM) informó en 2019 que 160 millones de hectáreas de tierras agrícolas se han degradado debido a la escasez de agua dulce y la contaminación.
5. Según la ONUDI, alrededor del 80% de los vertidos industriales en el mundo son liberados sin tratamiento, contaminando los recursos hídricos.
6. El Informe de las Naciones Unidas sobre el Cambio Climático en 2018 destacó que el agua dulce podría ser escasez en algunas regiones del mundo debido al cambio climático, lo que ampliaría la escasez de agua potable y de riego.



7. En 2021, la Agencia de Medio Ambiente de los Estados Unidos informó que el 50% de las fuentes de agua en los Estados Unidos están contaminadas.



Estas estadísticas reflejan la creciente necesidad de abordar la escasez de agua dulce en todo el mundo. La conservación del agua, la eficiencia del uso del agua y la implementación de tecnologías de tratamiento de agua son algunas de las soluciones clave para enfrentar esta crisis.

Agua para vivir

El agua es la base de la vida en el planeta, de manera que nuestra calidad de vida y la salud de los ecosistemas naturales dependen directamente de la calidad del agua.

Un agua de buena calidad beneficia al medio ambiente y protege la salud de las personas y del resto de seres vivos.

Por el contrario, la mala calidad del agua propaga enfermedades y daña a la naturaleza.

Desgraciadamente, más de 2.500 millones de personas en el mundo viven en comunidades que carecen de un sistema adecuado de saneamiento. Ser solidario con esas comunidades es una labor humanitaria importante.

La calidad del agua.

De la calidad del agua depende la salud de los ecosistemas y de las personas.

Sin embargo, **en los países en desarrollo la calidad se ve cada vez más amenazada.** Más del 90% de los residuos urbanos y del 70% de los desechos industriales se vierten sin tratar ni procesar directamente en las aguas de los ríos.

Esto ocasiona numerosos efectos negativos, como:

- Brotes de enfermedades gastrointestinales y posible muerte. Especialmente entre las personas vulnerables (niños y niñas, personas enfermas y ancianas).
- Proliferación perjudicial de algas y bajo nivel de oxígeno en los ríos.
- Acumulación de productos químicos contaminantes en los ecosistemas y en la cadena alimentaria.



- Cambios en la diversidad biológica y desaparición de especies.
- Cierre de playas, restricciones a la navegación recreativa y efectos en otras utilidades del agua.

¿Qué pueden hacer las instituciones para proteger la calidad del agua?

Además de las **medidas de prevención y control del vertido de contaminantes**, las instituciones han de establecer **leyes y normas** que regulen el proceso de captación y suministro de las aguas potables.

También tienen que promover leyes y normas que regulen la **depuración y tratamiento de las aguas residuales**.

Es importante proteger los humedales naturales. Su efecto es beneficioso para la calidad del agua y la vida de animales y plantas. Y es necesario proteger los cinturones ecológicos y las franjas ribereñas de ríos y lagos.

Tienen que colaborar con los sectores industrial y agrícola para **desarrollar buenas prácticas ambientales que protejan el recurso agua**.

¿Por qué y cómo ahorrar agua?

Soluciones para ahorrar agua en la cocina.

- Si no tienes lavavajillas para fregar los platos, utiliza un barreño con agua y jabón para remojar previamente los platos sucios. De esta manera, puedes reducir la cantidad de agua para limpiar tus utensilios de cocina, en comparación con fregarlos bajo el agua corriente
- En lugar de descongelar alimentos bajo el agua del grifo, planifica con anticipación y descongélalos la noche anterior metiéndolos en la nevera
- Siempre que puedas, cocina con una olla a presión, ya que ésta puede ahorrar una cantidad significativa de agua y energía en comparación con otros métodos de cocción. ¡Los alimentos se cocinan más rápido y con menos agua!



- El agua en la que cocinas alimentos, como pasta o vegetales, puede reutilizarse para otros fines domésticos, siempre y cuando no contenga productos químicos o grasas dañinas
- Para ahorrar agua en casa, concretamente en la cocina, opta por productos de limpieza ecológicos, ya que suelen ser biodegradables y requerir menos enjuague

Trucos para ahorrar agua en el baño

- Intenta limitar tus duchas a unos pocos minutos para ahorrar una cantidad considerable de agua
- Repara cualquier fuga en grifos, duchas e incluso en cisternas de inodoros que malgasten agua por un mal uso
- Instala una cisterna con doble descarga, que te permitan elegir entre una descarga completa o parcial, dependiendo de tus necesidades
- Instala reductores de flujo en los grifos tanto del lavamanos como de la ducha

Ideas para ahorrar agua en el jardín

- Instala un sistema de riego por goteo que incida directamente en las raíces de las plantas de manera eficiente, reduciendo la evaporación y minimizando el desperdicio de agua.
- Riega a primera hora de la mañana o por la noche, evitando las horas centrales del día
- Instala un sistema de recolección de agua de lluvia par regar tu jardín o terraza en lugar de utilizar agua potable.
- Corta el césped a una altura más alta y así retendrás la humedad en el suelo y promoverás un sistema de raíces más profundo
- Asegúrate de que tus sistemas de riego estén en buen estado y no tengan fugas

10 consejos para ahorrar agua en casa

Para acabar, te dejamos algunas recomendaciones para ahorrar agua de forma fácil y sencilla. ¡Toma nota!

1. Toma consciencia

Lo primero que te pedimos es que seas consciente de esta problemática. La falta de agua dulce es una realidad y, si no tomamos medidas para evitar que su consumo se dispare, acabará agotándose. Siempre que abras un grifo, te duches o friegues los platos, piensa en hacerlo de forma responsable, evitando el desperdicio de agua.



2. Localiza y repara las fugas de agua

Tener un grifo que gotea o una cisterna estropeada puede elevar el consumo de agua diario de un hogar. Por eso, es indispensable detectar si existe cualquier tipo de escape de agua y repararlo lo antes posible. Puedes arreglarlo tú mismo con herramientas básicas de fontanería o recurrir a un profesional para realizar esta reparación y revisar constantemente que no aparezcan nuevas fugas de agua en tu vivienda.

3. Dúchate en vez de bañarte

Llenar la bañera siempre tendrá un consumo más elevado de agua que tomar una ducha de cinco minutos. Nosotros te recomendamos realizar duchas diarias cortas y refrescantes, ¡ahora en verano son perfectas! Si eres un apasionado de las bañeras relajantes, te proponemos hacerlas una vez a la semana, para así disminuir el consumo de agua en casa.

4. No utilices el WC como si fuese una papelera

Cada vez que tiramos de la cisterna del WC gastamos entre 9 y 10 litros de agua. Por ello, será vital que no utilices el inodoro para tirar papeles, colillas, etc. Únicamente tira de la cisterna cuando sea estrictamente necesario.

5. No malgaste agua en tareas de aseo personal

Por ejemplo, cuando te laves los dientes, te enjabonas o te afeitas. No dejes el grifo abierto cuando realices este tipo de actividades, ya que estamos derrochando agua sin motivo alguno. Abre el grifo justo en el momento que lo necesites y no malgastes. También puedes comprar grifos economizadores para ahorrar hasta un 50% del agua, tanto en el baño como en la cocina.

6. Reutiliza el agua

Además, puedes reutilizar el agua que has utilizado para lavar las verduras y regar las plantas. Pero, también puedes recoger en un recipiente el agua que sale de la ducha mientras esperas a que se caliente y utilizarla para fregar los suelos, por ejemplo.



7. Mantén el grifo cerrado cuando friegues platos

Una de las tareas más básicas en la cocina, cuando no se dispone de lavavajillas, es fregar los platos. Esta actividad es una de las que más agua despilfarra al día, por lo que nosotros te recomendamos lo siguiente. Utiliza un barreño con agua y jabón para limpiar todos los platos sucios. De esta manera, evitarás tener el grifo abierto durante todo el fregado.

8. Compra electrodomésticos eficientes

Compra electrodomésticos que tengan la etiqueta A +, A++ o A+++ . Las lavadoras y lavavajillas con este etiquetado utilizan sistemas mucho más económicos y sus programas de media carga te ayudarán a disminuir el consumo de agua en casa. Son sin duda aparatos más caros, pero su eficiencia, con el tiempo, te darán resultados positivos en la factura del agua.

Dos últimos consejos con respecto a los electrodomésticos:

- Tan solo utilízalos cuando estén a carga completa. Es decir, enciende lavadoras y lavavajillas cuando estén llenos y, siempre que puedas, no utilices el programa de prelavado
- Utiliza los programas ECO o eficientes para así disminuir el consumo de agua en cada lavado

9. Coloca aireadores o reductores del caudal en los grifos

De esta manera, impedirás que el caudal del agua supere el límite fijado y ahorrar así en el consumo diario de agua. ¡Recuerda! Lo aconsejable para grifos son 8 litros por minuto y para ducha 10 litros/minuto.

10. Racionaliza el riego en tu jardín

Aplica el riego por goteo si cuentas con una gran terraza o recoge el agua de la lluvia para poder regar las plantas de tu pequeño jardín. Estos son algunos de los mejores sistemas de riego para ahorrar agua en casa.

¿Qué te han parecido nuestros consejos para ahorrar agua? ¿Crees que podrás llevarlos a la práctica? Déjanos en los comentarios más ideas para disminuir el consumo de agua en casa.

Cómo ahorrar agua en casa

CIERRA EL GRIFO
Mientras te cepillas los dientes o durante el afeitado.

DÚCHATE
En vez de bañarte. Ahorrarás 30.000 litros al año.

USA CISTERNAS DE DOBLE DESCARGA
Gastarás 3 litros menos por cada uso.

ELECTRODOMÉSTICOS LLENOS
Elige lavadoras y lavavajillas eficientes y lava a carga completa.

REPARA LAS AVERÍAS
Si ves que un grifo gotea o que el inodoro pierde agua.

ELIGE RIEGO POR GOTEO
Si tienes un jardín, este sistema te ayudará a no derrochar agua.

Pienso en el agua como un recurso social y medioambiental de suma importancia. Como Patrimonio de la Naturaleza que debo cuidar en todo momento.

Cambio climático ¿Cómo afecta a la calidad del agua?

La alteración climática está vinculada a cambios experimentados por el ciclo del agua a gran escala.

El Grupo Intergubernamental de Expertos sobre el Cambio Climático (IPCC), así lo afirma en sus estudios e informes.

Las estimaciones realizadas para el siglo XXI pronostican un cambio en el régimen de precipitaciones, cuya intensidad y variabilidad crecientes agravarán el riesgo de inundaciones y sequías en numerosas áreas.

También se estiman otros efectos como la disminución de glaciares y capas de nieve, cambios en la circulación oceánica, en la humedad del suelo, etc.



Toda esta alteración climática afectaría a la calidad del agua y agudizaría la polución del agua por múltiples causas: acumulación de sedimentos, nutrientes, carbono orgánico disuelto, patógenos, plaguicidas, polución térmica... Crearía posibles efectos negativos sobre los ecosistemas y la salud humana.

A su vez, los cambios de la cantidad y calidad del agua por efecto del cambio climático afectarían a la disponibilidad, la estabilidad, la accesibilidad y la utilización de los alimentos.

Y los fenómenos extremos (sequías, inundaciones, etc.) disminuyen de la capacidad de los ecosistemas para diluir el agua contaminada y mantener el equilibrio de la naturaleza.

Migraciones humanas a las ciudades ¿Cómo afectan a la calidad del agua?

La migración de las zonas rurales a las urbanas aumenta a medida que la población mundial crece. Es un fenómeno generalizado en los países en desarrollo.

Se estima que la población urbana pasará de los 3.400 millones de personas en 2010 a 6.400 millones antes de 2050. En la actualidad los residentes en las urbes ya superan el 50% de la población total.

¡Casi el doble en solo 40 años!

Si se ignora esta situación, este rápido crecimiento vendrá a sumarse a los problemas que ya tiene la calidad del agua.

Unas infraestructuras insuficientes o un mantenimiento deficiente generan problemas en la gestión de los desechos municipales, así como en el tratamiento y la descarga de las aguas residuales.

El agua de calidad ayuda al desarrollo económico.

Es evidente cómo el agua ha contribuido al desarrollo económico. Y cómo el desarrollo se ha traducido en un mayor uso del agua.



Por desgracia, el coste a pagar por los beneficios económicos y sociales obtenidos ha sido muy alto: degradación ambiental, agudización de fenómenos extremos, menor disponibilidad hídrica...

Siendo conscientes de que el agua es un bien esencial para satisfacer nuestras necesidades más básicas, el sistema económico tiene que aplicarse en su uso responsable. El agua de calidad se tiene que convertir en uno de los motores para alcanzar la sostenibilidad y una mayor calidad de vida.

Además, invertir en agua de calidad es económica, ambiental y socialmente rentable. Los beneficios van desde el ahorro de tiempo y el aumento de la productividad, hasta el ahorro en gastos sanitarios.

En los países menos desarrollados, por cada dólar que se invierte en el suministro de agua potable y el acceso a unos servicios de saneamiento, se logra un margen de ganancia de 3 a 34 dólares.

En el mundo en desarrollo, la ganancia para la población, podría llegar a 15 dólares por habitante al año.

El agua en la industria

El agua es utilizada por la industria de muchas maneras: para limpiar, para enfriar, para reaccionar químicamente, para formar parte del producto, etc.

Por ejemplo: para fabricar un automóvil se necesitan 400.000 litros de agua. Para fabricar una bobina de 1.000 kilos de papel blanco se necesitan 100.000 litros. Más del 10% de esa agua queda después muy contaminada, si no se aplican prácticas de prevención y tratamiento de esa contaminación.

Los países más ricos utilizan el 58% de su agua en la industria. Los países más pobres sólo dedican el 8%. Apenas tienen industrias.

El agua es un derecho humano

En el año 2010, la Asamblea General de las Naciones Unidas reconoció el **derecho humano al agua y al saneamiento**. También reconoció que el agua potable y el saneamiento son esenciales para la realización de todos los derechos humanos.



Asimismo, este derecho se recoge en los Objetivos de Desarrollo del Milenio de la propia ONU que es su “hoja de ruta” para el desarrollo humano en este principio de siglo.

El Agua es el bien más básico de la humanidad. Aproximadamente 20 de cada 100 personas del planeta, no disponen de suficiente agua potable para cubrir sus necesidades mínimas.

En ocasiones, las personas que habitan una región seca, han de caminar grandes distancias para tener acceso al agua. Pero a menudo el mayor problema es la falta de infraestructuras para captarla, almacenarla y distribuirla.

¿Cuánta agua necesitamos las personas?

Hoy en día hay más de 7.000 millones de personas que alimentar en el planeta. Se prevé que habrá 9.000 millones para el año 2050.

Las estadísticas indican que las personas bebemos de 2 a 4 litros de agua al día.

La Organización Mundial de la Salud (OMS) considera 50 l/hab-día la cantidad adecuada de agua para consumo humano básico: beber, cocinar, higiene personal y limpieza del hogar.

Si le sumamos el agua necesaria para la agricultura la industria y la conservación de los ecosistemas dependientes del agua dulce, tenemos una cantidad mínima de 100 l/hab-día.

Los últimos datos del Instituto Nacional de Estadística (INE) señalan que *El consumo medio de agua de los hogares fue de 128 litros por habitante y día en 2022, un 3,9% menos que en 2020*

Pero ignoramos que la mayor parte del agua que ‘bebemos’ está incorporada en los alimentos que consumimos. Producir 1 kilo de carne de vacuno, por ejemplo, consume 15.000 litros de agua y 1 kilo de trigo, para poder elaborar pan, pasta o cereales del desayuno ‘bebe’ 1.500 litros de agua.

Yo quiero contribuir con las siguientes medidas porque mil millones de personas en el mundo viven en condiciones de hambre crónica y los recursos hídricos sufren presiones:



- Consumo productos que hacen un uso menos
- Reduzco el desperdicio de alimentos y evito que el agua utilizada para producirlos se pierda y se degrade innecesariamente.
- Si soy agricultor, utilizo buenas prácticas agroambientales, con sistemas de riego eficientes.
- Llevo una alimentación saludable.

En todas las etapas de la cadena de suministro, desde los productores hasta los consumidores, es posible tomar medidas para gestionar de una manera responsable el agua y asegurar que haya alimentos para todos.

AGENDA 2030

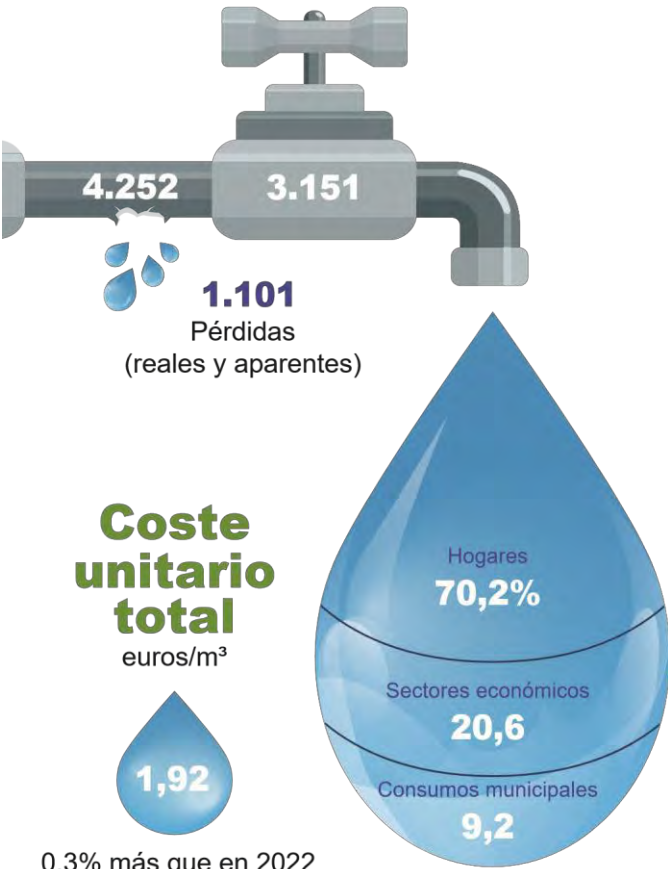


OBJETIVOS DE DESARROLLO SOSTENIBLE



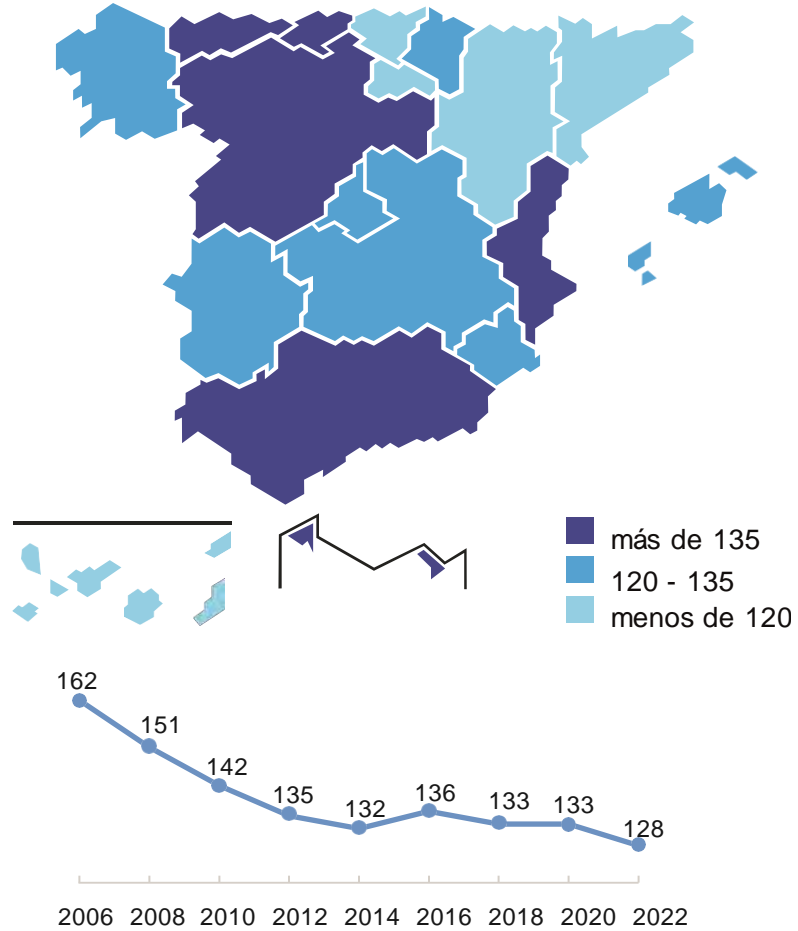
Suministro a la red

Millones de m³



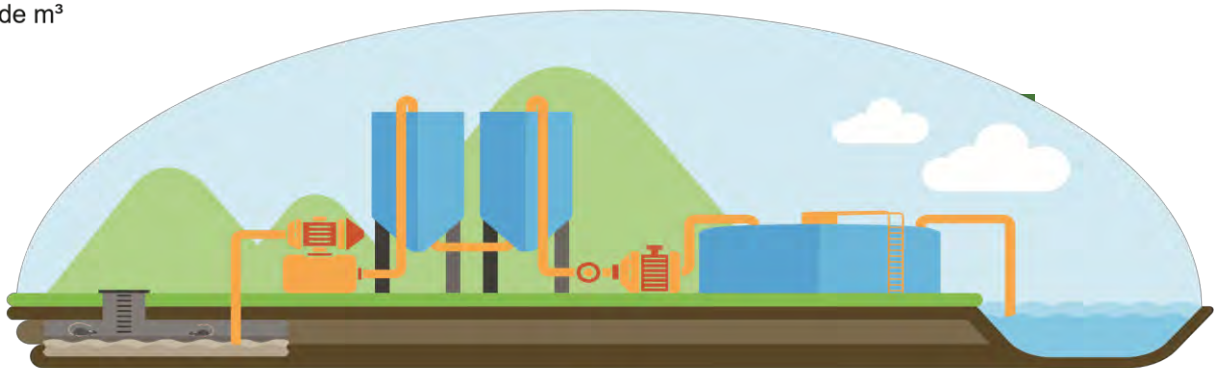
Consumo de los hogares

Litros / habitantes / día



Depuración de las aguas residuales

Millones de m³



Tratada
15.428

- Aguas residuales de la red de alcantarillado
- Aguas pluviales (escorrentía urbana)

Reutilizada
1.239

Las aguas residuales tratadas pueden ser reutilizadas en agricultura, industria, riego de jardines y zonas deportivas de ocio, limpieza de alcantarillado y baldeo de calles, etc.