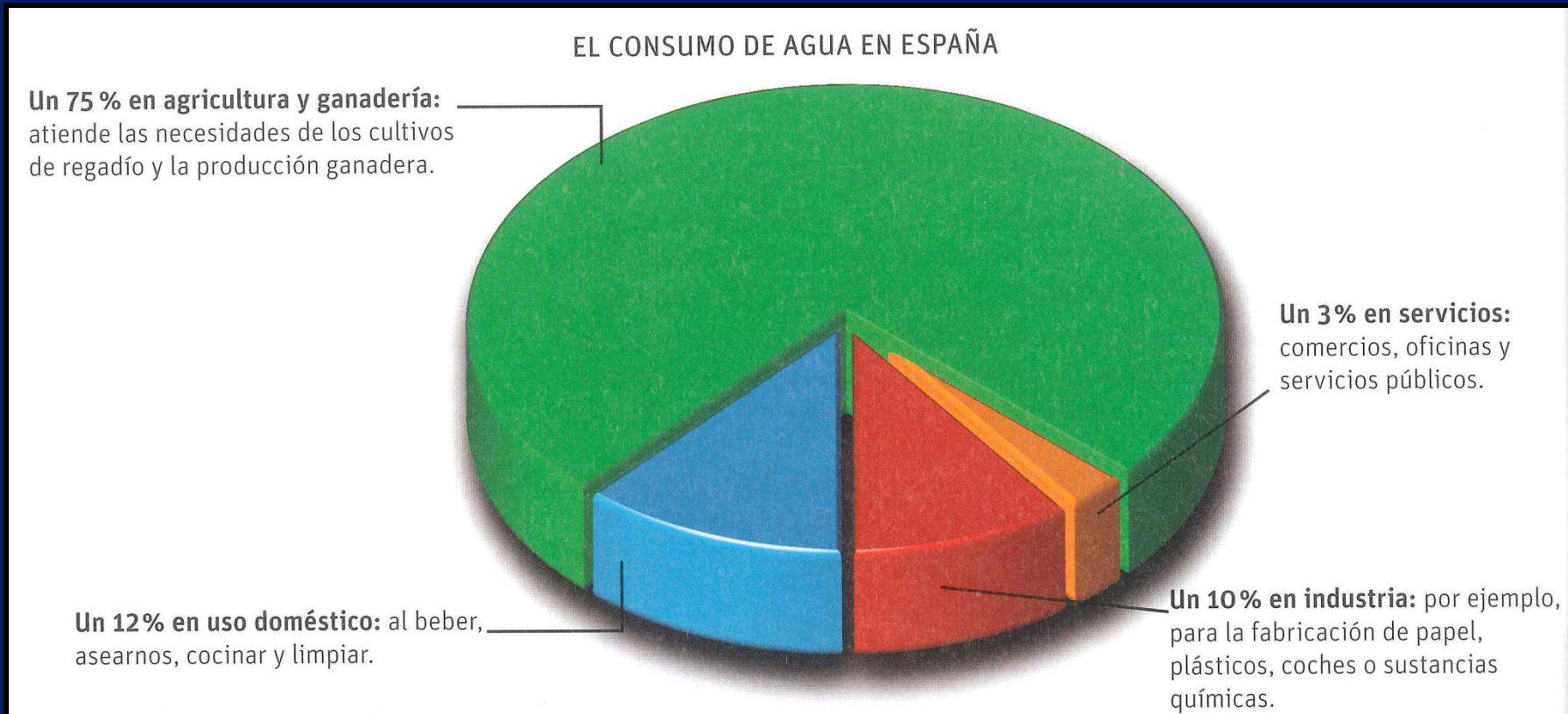


¿Es sostenible nuestro consumo de agua?

- La Organización Mundial de la Salud recomienda un consumo de agua por persona y día de **entre 50 y 100 L.**
- Es España gastamos una media de 150 L/persona y día.
- ¿Cómo lo hacemos?



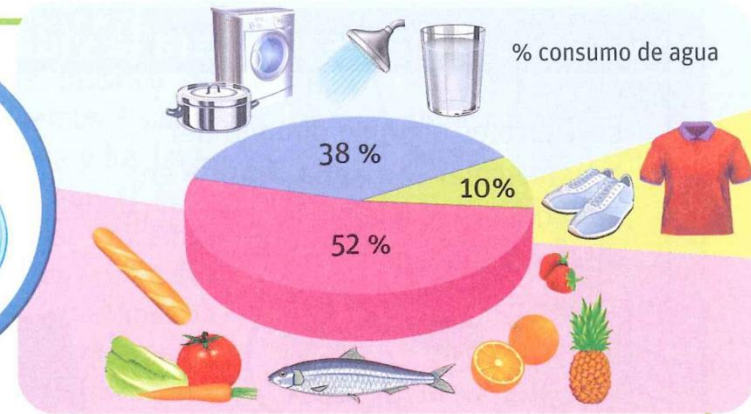
¿Es sostenible nuestro consumo de agua?

- En el último siglo el consumo de agua se ha multiplicado por 7.
- Únicamente tenemos las aguas superficiales y subterráneas.
- Estamos **sobreexplotando los acuíferos**, extraemos más agua subterránea de la que se infiltra.
- **El agua es un bien escaso.** Garantizar el derecho de todos al agua exige moderar nuestro consumo para hacerlo sostenible.

¿Cuánta agua consumes?

El agua es un bien escaso y conseguir que su consumo sea sostenible depende de cada uno de nosotros.

Para ahorrar agua conviene saber cuánta consumes y en qué actividades lo haces. A partir de esos datos podrás decidir qué hacer para conseguir que tu consumo sea responsable.



¿Cómo calcular tu consumo de agua?

1

ORDENAMOS los usos del agua. Hacemos una relación de las actividades domésticas en las que se utiliza el agua y la ordenamos por sectores.

- Consumo en el cuarto de baño (higiene personal, inodoro, etc.).
- Limpieza del hogar (lavadora, lavavajillas, suelos, etc.).
- Alimentación (bebida y elaboración de la comida).
- Otros (regar las macetas o el jardín, lavar el coche, etc.).

2 BUSCAMOS INFORMACIÓN sobre cuántos litros de agua se consumen en las principales actividades. La tabla de la derecha recoge el consumo aproximado cada vez que realizas esa actividad.

3 HACEMOS LOS CÁLCULOS, anotando cuántas veces al día se lleva a cabo cada actividad y multiplicándolo por los litros que se consumen cada vez. Las actividades que son para todo el hogar deberás dividir las entre el número de personas que hay en tu casa.

	Actividad	Litros
Baño	Darse un baño	150
	Ducha de 4 min	40
	Cisterna completa	14
	Lavarse los dientes	2
	Lavarse las manos	2
Limpieza del hogar	Poner la lavadora	150
	Poner el lavavajillas	100
	Lavar platos a mano (la que cabría en un lavavajillas)	200
	Limpieza de suelos	20
Alimentación y otros	Beber	0,2
	Cocer alimentos	4
	Café e infusiones	2
	Lavar el coche	300
	Regar macetas	1-8

4

OBTENEMOS CONCLUSIONES. A la vista de los resultados, valoramos si nuestro consumo es o no excesivo y, sobre todo, en qué podemos ahorrar agua, porque **¡CADA GOTA CUENTA!** Sigue estos consejos:



- ✓ No dejes el grifo abierto mientras te lavas los dientes.
- ✓ Dúchate en vez de bañarte y cierra el grifo mientras te enjabonas.
- ✓ No uses el inodoro como cubo de basura.
- ✓ Reduce la capacidad de agua de tu cisterna, gastarás la mitad.
- ✓ Repara las posibles fugas. Una gota por segundo son 30 L/día.
- ✓ Elige lavadoras y lavavajillas con etiqueta energética A+++ y utilízalos a carga completa.
- ✓ Para descongelar alimentos no utilices el agua del grifo.
- ✓ Riega las plantas y el jardín al anochecer o amanecer.

