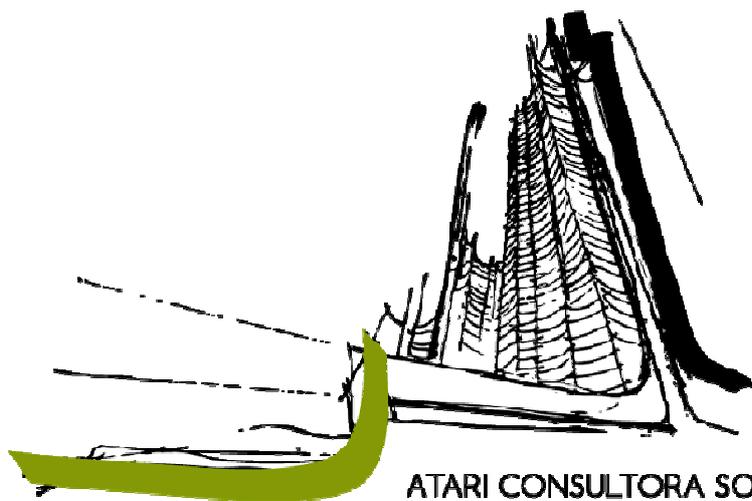


GUIA DE AHORRO DE AGUA
EN LOS HOGARES
Programa hogares verdes



ATARI CONSULTORA SOSTENIBLE
Soluciones en Desarrollo y Medio Ambiente

Atari Consultora Sostenible
Calle Las Escuelas nº 10 Oficina 5
Cp. 01001 Vitoria-Gasteiz (Alava)



GUÍA DE AHORRO DE AGUA EN EL HOGAR

El **ahorro de agua** ha sido una constante en las campañas de concienciación institucionales, sobre todo en las regiones más tendentes a la sequía. Sin embargo, tras temporadas lluviosas como las que a veces suceden, corremos el riesgo de minusvalorar su importancia. Debemos pensar que **no sólo estamos racionalizando el uso del recurso primario**, sino **también de dinero y de energía** necesaria para tratar esa agua en origen y transportarla hasta nuestros hogares. Cuanto antes adoptemos unos hábitos respetuosos, menos nos costará adaptarnos a situaciones de menos abundancia.

RECUERDA:

El 97% del agua total del planeta está en los océanos. Otro 2% es agua helada y sólo un 1% es potable. Esta última es la que se encuentra en ríos y lagos o bajo la tierra. Actualmente, más del 90% del suministro de agua potable proviene de esa pequeña parte y está muy mal repartida. La mitad de la población mundial no tiene acceso a ella. Los que sí la disfrutamos, debemos consumirla con responsabilidad.

Esta guía propone una serie de consejos, tanto tecnológicos como de conducta, agrupados según las zonas de la casa donde se produce mayor gasto hídrico: el baño, la cocina y el jardín.

EL BAÑO

Para no malgastar el agua basta con cambiar algunos de nuestros hábitos cotidianos y aprovechar los dispositivos existentes en el mercado que permiten ahorrar el caudal en los grifos de la ducha, bidet, lavabo o cisternas. Pon en práctica estos consejos e instala sistemas para reducir el flujo. Podrás conseguir hasta un 40% de ahorro en la factura.

1. HÁBITOS EFICIENTES Y MALOS USOS

- Ducha en vez de baño

Para llenar una bañera son necesarios entre 120 y 200 litros de agua, una cantidad excesiva para nuestra higiene diaria. Dado que lo habitual es que un grifo vierta 15 litros por minuto, bastará con cinco minutos de agua para limpiar nuestra piel y el cabello. Por supuesto, hay que cerrar el grifo mientras nos enjabonamos y aplicamos mascarillas o cualquier otro producto cosmético.

- Limpieza de dientes y afeitado

Si dejamos correr el agua mientras lo hacemos, el desperdicio puede llegar hasta los varios centenares de litros. Para lavarnos los dientes, es mejor usar un vaso porque ahorrarás hasta 15 litros. Para enjuagar la maquinilla, basta con poner el tapón en la pila.



- El WC no es el cubo de basura ni un cenicero

Coloca junto a la taza un pequeño contenedor. A veces es un gesto automático, pero la taza del váter no es el lugar donde depositar algodones de desmaquillado, bastoncillos higiénicos, tiritas ni, por descontado, compresas, tampones o colillas. No sólo se multiplica el número de veces que descargamos la cisterna y la contaminación que producimos. También puede salir muy caro en la factura del fontanero.

- Comprueba el contador por si hay fugas o averías

Cierra todos los grifos y mira si sigue corriendo el contador. Puede ser que tengas una fuga. Una gota por segundo son 30 litros al día. Si no detectas fugas, también puedes hacer que la compañía suministradora compruebe el correcto funcionamiento del contador.

2. DISPOSITIVOS DE AHORRO PERMITEN REDUCIR EL CONSUMO ENTRE UN 40 Y UN 50%

- Reguladores de presión

En algunos edificios, para que el agua llegue a los pisos más altos, la presión es excesiva en los de menos altura. Algunos dispositivos consiguen reducirla. Consulta con personal especializado para su instalación.

- Atomizadores

Son baratos (entre 10 y 20 euros), se instalan enroscándose entre el grifo y la junta, mantienen la presión, pero permiten un ahorro en el flujo de agua de un 40%. Dado que es la ducha el hábito diario que más agua requiere, son recomendables las económicas, que multiplican las gotas que entran en contacto con nuestra piel.

- Válvulas termostáticas

¿Cuánta agua se pierde mientras la dejamos correr hasta que alcanza la temperatura que nos gusta? Alrededor de un 15%. Algunas también permiten fijar la velocidad a la que fluye.

- Cisternas

Algunas descargan casi 30 litros, un lujo innecesario ya que con unos 9 litros es suficiente. Las cisternas de bajo consumo pueden reducir el caudal hasta los 7,3 litros. Opta por una más eficiente y que tenga doble sistema, según las necesidades fisiológicas. El sencillo remedio casero de introducir una botella de plástico llena también resulta eficiente. Sólo tienes que vigilar para que no interfiera en el funcionamiento normal de la cisterna.

A veces, olvidamos el uso responsable cuando salimos de casa y dejamos de pensar en la factura. Tenlo presente en los hoteles (no es necesario lavar las toallas cada día) o cuando utilices las duchas de playas y piscinas. Todos salimos ganando.

LA COCINA

Los grifos de la cocina (fregadero, lavavajillas y lavadora) son tres puntos básicos para reducir el consumo.

1. LIMPIEZA DE LA VAJILLA

Lavar los platos a mano es uno de los gestos que más agua gasta. Si no dispones de lavavajillas, es mejor utilizar una pila para enjabonarlos y otra para aclararlos. El ahorro puede llegar hasta los 115 litros. Si tu fregadero es de un solo seno, sustituye el que falta por un barreño. Los electrodomésticos más eficientes están pensados para hacer un uso más sostenible del agua y de la luz. Opta por uno de ellos y utilízalo siempre que esté lleno y con un ciclo corto. Piensa que cada ciclo no utilizado son 50 litros menos.

2. LA LAVADORA

Son útiles las mismas recomendaciones que para el lavavajillas. Las que disponen de un sistema para controlar el nivel del agua pueden llegar hasta los 135 litros de ahorro por ciclo de lavado. Piénsalo y haz cuentas.

3. DESCONGELADO Y LIMPIEZA DE ALIMENTOS FRESCOS

Tanto para tu salud como para tu bolsillo, es mucho mejor que los alimentos se descongelen lentamente en la nevera y no bajo el chorro del grifo. Para enjuagar las frutas y verduras, usa un cuenco. Recuerda que dos minutos de grifo abierto son 30 litros de agua desperdiciada. Puedes hacer lo mismo con uno o dos.

4. USO RESPONSABLE DE DETERGENTES, LEJÍAS SALES ABRILLANTADORAS

Los fosfatos y las lejías no sólo multiplican el gasto de depuración del agua, también su consumo porque demandan más cantidad para aclarar. Utiliza siempre la cantidad recomendada. Actualmente, para la colada, también existen sistemas ecológicos como las bolas que se introducen en el tambor y limpian las prendas mediante la frotación.

EL JARDÍN

Si tienes la suerte de tener jardín o un pequeño huerto, diséñalo en función del clima de tu región para un uso más sostenible del agua. Optar por especies autóctonas es una cuestión de responsabilidad, ya que su crecimiento se produce con la mitad de agua que las plantas exóticas y requiere menos productos químicos para protegerlas de plagas, lo que mejora el estado del suelo. El clima urbano tiene muchas veces las mismas características que los semidesérticos así que es importante reflexionar sobre las plantas más adecuadas.



El sistema más eficiente de riego es el que funciona por goteo, fácil de instalar. Tanto si dispones de uno como si no, sigue estos consejos para no derrochar agua:

1. Riega siempre al anochecer para evitar que el sol evapore el agua rápidamente.
2. Si el sistema es automático, acuérdate de desconectarlo durante los días lluviosos o con demasiado viento.



3. Además de los cactus, existen numerosos arbustos con flor o enredaderas muy decorativas y poco sedientas. Especies mediterráneas como las buganvillas, el jazmín, gramíneas o hierbas aromáticas crecen casi solas. También hay clases de césped más adecuados a los climas secos y que crecen a menor velocidad.
4. También tienes la posibilidad de instalar en tu casa un depósito de recogida de aguas pluviales para poder reutilizarlas. Lo mejor es que sean subterráneos ya que así están protegidos del calentamiento solar.

Recuerda...

1. Dúchate en vez de bañarte y acuérdate de cerrar el grifo siempre que no lo estés utilizando.
2. Instala atomizadores o reductores de caudal en grifos y cisternas.
3. Haz un uso responsable de la lavadora y el lavavajillas.
4. Si friegas los platos a mano, hazlo en dos pilas o barreños.
5. No abuses de detergentes, lejías o productos abrillantadores.
6. Descongela en la nevera y no bajo el chorro del grifo.
7. Recicla el aceite usado y no viertas por el fregadero o baño medicamentos u otras sustancias que contaminan el agua.
8. Opta por las plantas con un crecimiento sostenible adecuado al clima en el que vives.
9. Instala un depósito de aguas pluviales.

FUENTES:

Elaboración propia

<http://elblogverde.com>

<http://www.elmundo.es>

<http://www.enbuenasmanos.com>

<http://www.asac.es>

<http://www.consumer.es>

<http://www.xtec.es>

FOTOGRAFÍA:

<http://www.flickr.com>