

# GUÍA DE BUENAS PRÁCTICAS AMBIENTALES EN EL USO DEL AGUA

## INTRODUCCIÓN

El agua es un recurso natural indispensable para la vida, y aunque tres cuartas partes del planeta están cubiertas de agua, sólo una mínima parte es apta para el consumo humano.

Está estimado en la actualidad un consumo diario medio de agua por persona de unos 200 litros. El agua procede de embalses y pozos, desde donde es transportada a través de grandes conducciones, potabilizada en una estación de tratamiento y, a continuación, elevada a depósitos desde donde se distribuirá por todas las viviendas mediante una red fina de conductos. Este proceso de producción y transporte del agua potable, es complejo y costoso. Además, toda el agua que consumimos, procede en última instancia del agua de lluvia, con lo que en épocas de sequía se corre el riesgo de sufrir restricciones, siendo también de importancia capital las graves pérdidas que se ocasionan en los procesos de distribución

Entendemos como uso sostenible del agua, el propósito de hacer compatible el uso de un bien natural con el mantenimiento del ecosistema al que pertenece y además que no se produzca una pérdida de las funciones para satisfacer la demanda, evitando situaciones de sobreexplotación. La gestión sostenible del agua consiste en administrar los recursos hídricos, tanto subterráneos como superficiales, en base a un correcto balance entre las necesidades de la sociedad y el medio ambiente natural.

El agua no es sólo un elemento imprescindible para la vida, sino también un medio de desarrollo económico y social.

## AHORRO DE AGUA EN NUESTRAS LABORES HABITUALES

### Consumo en el hogar:

- **Controlar el consumo de agua en casa mediante el recibo del agua y reducirlo hasta llegar al valor eficiente de 100-120 litros por persona y día.** La estimación del consumo diario doméstico por habitante en España (INE 2003) es de 167 litros de agua. Este valor se podría reducir a 100/120 litros por habitante y día adoptando hábitos de consumo ahorradores y teniendo una instalación eficiente.
- **Hacer un seguimiento periódico del consumo de agua de la casa a través de lecturas directas periódicas del contador de agua** para controlar posibles anomalías en los consumos (fugas, averías, etc).
- **Cierra levemente la llave de paso de agua a tu vivienda.** Al disminuir el caudal, conseguirás que salgan menos litros del grifo por minuto. Un gesto tan pequeño se convierte en una medida muy útil para economizar tan preciado líquido. Tú apenas notarás la diferencia cada vez que abras los grifos; pero tu bolsillo sí que lo apreciará.

## ✚ Mantenimiento:

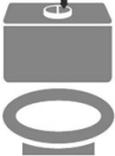
- **Comprobar periódicamente el estado de la grifería-sanitarios de casa y su adecuado funcionamiento**, actuando con la mayor brevedad posible en caso de detectar una fuga. Un inodoro con fuga puede gastar hasta 200.000 litros de agua al año.

## ✚ Hábitos:

- **Ducharse en lugar de bañarse.** Es preferible ducharse ya que el ahorro alcanza entre 60 y 150 litros por persona y día. 
- **Cerrar el grifo mientras te enjabonas en la ducha, te afeitas o te cepillas los dientes.** Así solamente utilizarás el agua que necesitas. 
- **Utilizar un vaso de agua para enjuagarse los dientes.** Ahorrarás más de 20 litros. 
- **No emplear el inodoro como una papelera.** Evita verter residuos de comida, aceites y pequeños objetos como colillas, compresas, etc., cuyo destino es el cubo de basura. Ahorrarás entre 6 y 12 litros por descarga, prevendrás atascos en los desagües y no sobrecargarás las depuradoras.
- **Llenar el lavavajillas antes de usarlo.** Los lavavajillas consumen menos agua que el lavado a mano siempre que estén completamente llenos. 
- **No fregar con el grifo abierto.** Utilizar una pila para enjabonar y otra para aclarar, o un barreño en caso de tener solamente una pila, pero nunca dejar el grifo abierto. Ahorrarás desde 20 litros en adelante. 
- **No descongelar alimentos bajo el chorro de agua.** Utiliza la nevera sacándolos con suficiente antelación del congelador, no utilices agua innecesariamente. 
- **Probar con diversos ciclos de lavado del lavavajillas hasta dar con el más corto y eficaz**, económico en el uso del agua y la energía. 
- **Utilizar la lavadora solamente cuando esté llena, y evitar el prelavado siempre que sea posible.** Ahorrarás agua y energía.
- **Utilizar las dosis recomendadas de detergente para lavado, sin superarlas, eligiendo los productos menos dañinos para el medio ambiente, sin fosfatos, blanqueantes químicos ni ópticos y biodegradables con mayor rapidez.** Mejorarás la calidad del vertido de agua residual.
- **Utilizar un recipiente para lavar los alimentos.** El ahorro alcanza hasta los 10 litros de agua, además de poder reutilizar el agua empleada en el riego de plantas.
- **No utilices el chorro de agua para arrastrar restos de alimentos que queden en el fregadero.** Recógelos y échalos al cubo de la basura.
- **Para beber agua fría, no dejes correr el grifo** (ya sabes, se gastan alrededor de 12 litros de agua por minuto): acostúmbrate a poner una jarra o una botella de agua en la nevera.

- **Evitar o reducir el consumo de los productos de limpieza más agresivos, como limpiahornos, limpiadores de alfombras y tapicerías, desatascadores químicos, abrillantadores y compuestos amoniacales concentrados.** Limitar el abanico de productos y la cantidad utilizada para reducir la contaminación de las aguas residuales urbanas y facilitar la depuración de las mismas.
- **Si te vas de viaje, cierra la llave de paso del agua de tu vivienda.** Evitarás posibles inundaciones por grifos abiertos o accidentes.
- **Comunica las fugas de agua** a la Empresa Municipal de Abastecimiento de Agua de Ciudad Real.

 **Cambios tecnológicos:**

- **Instalar aireadores-perlizadores (filtros ahorradores de agua) en todos los grifos de la casa.** Estos dispositivos incorporan aire al chorro de agua y reducen el consumo hasta el 40% del inicial. 
- **Sustituir los grifos de ruleta (poco eficientes) de la casa por monomandos con aireador-perlizador más eficientes en el uso del agua.** Los grifos monomando permiten regular el caudal y la temperatura reduciendo el gasto de agua, además de presentar un mecanismo de apertura y cierre que garantiza la práctica supresión de fugas y goteos.
- **Instalar contrapesos en los sistemas de descarga del inodoro/s de la casa para permitir la interrupción de descarga en caso necesario.** Gracias a estos sistemas de cierre automático cada usuario debe mantener accionado el tirador de descarga para mantener la salida de agua. Permiten ahorrar hasta un 70% de agua.
- **Sustituir el sistema de descarga del inodoro/s de casa con tirador, por otro sistema de doble descarga que permite escoger entre dos volúmenes distintos de descarga (3/6 litros), o pulsador con interrupción voluntaria de descarga.** Sustituyendo los mecanismos de descarga y corrigiendo los hábitos de manejo del inodoro pueden traducirse en un ahorro de casi 40.000 litros de agua anuales en una vivienda de cuatro personas. Sin embargo, **si la cisterna** de tu cuarto de baño **no es de doble descarga**, que no te entre sentimiento de culpabilidad. Puedes meter dentro una o varias botellas de plástico llenas: cada vez que tires de la cadena gastarás varios litros menos. 
- **Instalar reductores de caudal en el flexo de la ducha/s de la casa** para impedir que el gasto de agua exceda el caudal eficiente necesario (10 litros/minuto). Permiten ahorrar hasta un 30% de agua.
- **Sustituir el rociador de la ducha de casa por otro con sistema ahorrador de agua**, como mezcla con aire, reducción del área de difusión o reducción de caudal. 

- **Sustituir el lavavajillas y lavadora no eficientes por otro eficiente certificado con categoría energética tipo A y/o la etiqueta ecológica europea.**

#### 🌈 Limpieza del coche:

- **Limpiar el coche en una estación de lavado eficiente**, con lanzas de alta presión con temporizador que regule el tiempo de utilización o un sistema de reutilización de agua, y como mucho, una vez al mes. Una limpieza manual con manguera puede consumir hasta 500 litros de agua frente a los 35 litros consumidos en estaciones de lavado automático.
- **Limpiar el coche utilizando cubo y esponja reduciendo el volumen de agua utilizado y, como mucho, una vez al mes.** El sistema tradicional cubo y esponja también permite ahorrar agua con un consumo medio de 50 litros por limpieza aproximadamente.

#### 🌈 Jardinería básica de nuestras viviendas:

- **Seleccionar especies de plantas autóctonas para el jardín**, con requerimientos de agua adaptados a la climatología local, o especies adaptadas con bajos requerimientos de agua.
  - **Reducir las zonas de césped del jardín**, porque es el gran consumidor de agua en los jardines modernos, y sustituirlo por materiales como piedras, gravas, cortezas de árbol, etc. Es una de las técnicas más eficaces para reducir las pérdidas de agua por evaporación.
  - **Diseñar el jardín agrupando las plantas según sus necesidades de agua**, de forma que aquellas que necesiten menos agua no sea necesario su riego frecuente.
  - **Regar el jardín por aspersión o por goteo**, nunca a través de mangueras, para evitar el despilfarro de agua, ajustando el caudal, alcance y recorrido de los aspersores y goteros (evitando riego de pavimento o superposición del área de riego de varios aspersores).
- 
- **Cambiar los hábitos de riego en el jardín: regando en horas de menos calor, preferentemente por la noche, cuando no haya viento y teniendo en cuenta la meteorología** (no regar si el suelo está húmedo por lluvias recientes). Aproximadamente un 30% del agua se pierde por evaporación cuando regamos en horas de sol.
  - **Instalar un programador de riego en el jardín con sensor de humedad/viento/lluvia.** Estos sistemas permiten aumentar la eficiencia de los sistemas de riego determinando cuándo es necesario regar, a partir de sensores de lluvia (cortan automáticamente el riego si llueve), sensores de humedad del suelo (para saber si es necesario), y programadores automáticos (permiten regar de noche para evitar la fuerte evaporación durante el día por efecto del sol o del viento).

- **Recoger agua de lluvia a través de cubos u otros recipientes para regar las plantas o el jardín**, reduciendo la utilización de agua procedente de la red de abastecimiento municipal.
- **Dejar crecer el césped del jardín hasta 5/6 cm, y limitar el empleo de fertilizantes en verano**, lo que permite disminuir la demanda de agua de las plantas.
- ✚ **Limpieza de la calle o del patio del jardín:**
  - **No utilizar agua en la limpieza de la calle o del patio del jardín siempre que sea posible**, sustituyéndolo por escoba-recogedor.
- ✚ **Piscina:**
  - **Cubrir la piscina de casa cuando no se emplee para prevenir la pérdida de agua por evaporación**, utilizando láminas flotantes reciclables u otros medios.
  - **Proteger la piscina al aire libre de casa del viento mediante barreras naturales** o buscar ubicaciones donde esté protegida para evitar la pérdida de agua por evaporación.
  - **Reducir la profundidad máxima de la piscina de casa hasta 1,8 m** (piscinas no olímpicas y sin trampolín), para disminuir el volumen necesario de llenado sin disminuir la calidad del servicio.
  - **Modernizar el equipo e instalación de la piscina de casa** con un sistema de dosificado y control automático, reduciendo el consumo de energía y productos químicos.
  - **Instalar un programador que impida que la depuradora de la piscina de casa esté funcionando más tiempo del necesario.**
  - **Automatizar el llenado del vaso con agua de renovación en la piscina de casa**, para evitar despilfarros de agua.
  - **Estudiar la posibilidad de reutilizar el agua desechada cada día en la piscina de casa y reutilizarla en otros usos como el riego de zonas verdes o limpieza.** El 5% de renovación del volumen de agua de una piscina (% establecido en las últimas disposiciones legales para piscinas) supone un volumen significativo de agua que puede ser aprovechado para otros usos menos exigentes, sin necesidad de recurrir a las fuentes de abastecimiento tradicionales.