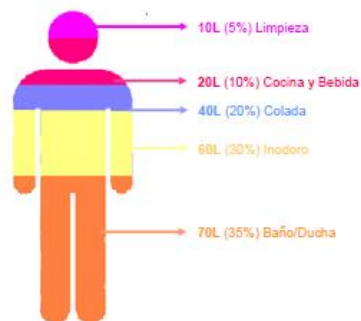


## EL AGUA EN CASA



¡Recuerda que también podemos ahorrar agua en el hogar!

Estimación del consumo de agua en Litros/persona y día en el hogar:



Ejemplos de ahorro de agua en el hogar:



- **Dúchate** en lugar de bañarte, ahorrarás 150 L.
- En la ducha, **mantén el grifo abierto sólo el tiempo imprescindible**, cerrándola mientras te enjabonas. Toma duchas breves y con baja presión.
- **Cierra el grifo** durante el afeitado y el cepillado de dientes.
- **Tira de la cadena sólo cuando sea necesario**. Recuerda que en cada descarga se consumen 10 litros de agua.
- **Utiliza la lavadora** y el lavavajillas sólo cuando la **carga esté completa**.

Si quieres conocer la cantidad de agua que consumes en tu casa consulta la página: [www.aguadulce.org](http://www.aguadulce.org) (Pestaña: "Programas de Cálculo").



Más información en:

### SISTEMA DE GESTION AMBIENTAL

Madrid Salud - Ayuntamiento de Madrid  
Departamento de Evaluación y Calidad  
Avenida del Mediterráneo 62, Planta 7, 28007 Madrid  
915887044/91 4803569  
[msdec@madrid.es](mailto:msdec@madrid.es)



**madrid** salud

[www.madridsalud.es](http://www.madridsalud.es)

# AHORRA AGUA, ES DE TODOS



**¡MADRID!**

## ¿SABÍAS QUE..?

Sólo el 2,8% del agua de nuestro planeta es dulce, y tan sólo el 0,01% se encuentra en lagos y ríos. ¡NO LA MALGASTES!



Cada español llega a gastar directamente hasta 150 litros de agua al día

Un grifo abierto gasta unos 8 litros por minuto

El cuerpo humano puede vivir varias semanas sin alimentos, pero puede sobrevivir sólo unos pocos días sin agua



El 70% del cuerpo humano es agua y se requiere ingerir aproximadamente 1,5 litros de agua diarios para realizar adecuadamente todas las funciones vitales



Está estimado que la instalación de dispositivos ahorradores de agua en los grifos (perlizadores) puede minimizar el consumo en más de un 40%

## MEDIDAS PARA AHORRAR AGUA

Como todos sabemos, el agua es un recurso finito, por lo que debemos fomentar un consumo responsable del mismo. Dentro de este marco, se proponen las siguientes medidas de buenas prácticas ambientales:

- Cierra el grifo cuando no lo estés utilizando.
- Coloca difusores y otros mecanismos de ahorro en los grifos.
- Instala dispositivos ahorradores de agua en las cisternas de los aseos, identificados con adhesivos que informen de su funcionamiento.

En caso de no disponer de medios técnicos, coloca dos botellas de plástico llenas de agua dentro de la cisterna y ahorrarás unos 3 litros de agua cada vez que la uses.

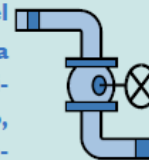
Utiliza siempre el sentido común y no desperdices ni una gota de agua



- Se debe controlar el buen estado de las tuberías e instalaciones para la detección de fugas en la red. Un grifo que gotea, derrocha unos 30 litros diarios.

Si encuentras cualquier fuga en grifos o cisternas, comunícalo al Responsable Ambiental o al personal de Mantenimiento.

- Y recuerda que el agua continúa haciendo su camino, por lo tanto, no utilices el inodoro como papelerera. NO arrojes ningún residuo que pueda contaminar el agua.



El ahorro de agua lleva consigo otros ahorros energéticos: los litros de agua no consumidos suponen, a su vez, un ahorro de gasóleo y electricidad, y permite disminuir el número de toneladas de CO<sub>2</sub> emitidas a la atmósfera.