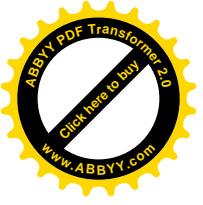


# ORGANI-K, A.C.



## 44 Formas de cuidar el agua

[caracola@organi-k.org](mailto:caracola@organi-k.org)  
[reticularea@yahoo.com](mailto:reticularea@yahoo.com)



El agua es uno de los recursos naturales más valiosos del planeta y ocupa casi tres cuartas partes de la superficie de la Tierra, aunque sólo 3 % es dulce. La vida surgió del agua y sin ella ningún ser vivo podría existir.

Cada vez que tomamos un sorbo de agua fresca, esta es nueva para nosotros. Pero no es agua nueva. Esta agua ha sido reciclada una y otra vez desde los comienzos del universo por diversas formas de vida, como un dinosaurio, un conejo, una paloma, una planta y hasta seres humanos.

### *El ciclo del agua*

El agua presenta una gran paradoja: si bien es el elemento más abundante en el planeta también es escaso, al no repartirse equitativamente, sino que se concentra en las zonas templadas y en los trópicos húmedos y escasea en muchas zonas, como en el Oriente Medio, África y ciertas partes de México y Estados Unidos.

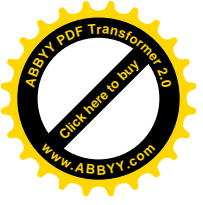
A medida que aumenta la población y se intensifica el uso de agua, la escasez va convirtiéndose rápidamente en algo cada vez más habitual: en cuanto más agua demandemos más fácilmente se agotará.

La mayor demanda de agua proviene de los países industrializados. Sin embargo, el uso personal de agua es muy bajo: el 69 por ciento de toda el agua que se consume en el planeta se destina a la agricultura (sobre todo para la irrigación), el 23 por ciento lo utiliza la industria y el uso doméstico sólo asciende a un 8 por ciento.

Una de las causas de la escasez de agua es el derroche de la misma. Por ejemplo, hay colonias en la ciudad de México en donde cada persona gasta al día un promedio de 250 litros, mientras que en otras se tiene que conformar con 20 litros. Estas diferencias son más impactantes si comparamos entre países: El ciudadano promedio de los Estados Unidos, por ejemplo, utiliza 70 veces más agua en su hogar que el ciudadano medio de Ghana.

Otro grave problema que enfrentamos con el agua es su contaminación por las actividades humanas. Hemos envenenado los ríos, lagos y mares al tirar en ellos aceites, solventes, desechos orgánicos, metales pesados como mercurio y plomo, detergentes, petróleo, fertilizantes y plaguicidas, materiales radioactivos... la lista es interminable. De hecho, 20% de todas las especies acuáticas de agua fresca están extintas o en peligro de desaparecer.



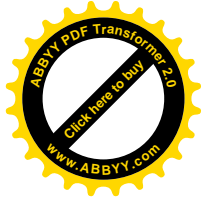


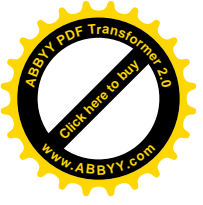
Es por eso que es tan importante que cuidemos el agua, porque es la única que tenemos, pero nuestra civilización parece haberlo olvidado. Es hora que tomemos de nuevo conciencia, que nos conectemos con todo lo que nos rodea y realicemos acciones concretas para mejorar nuestro medio ambiente. Para ello encontrarás en este manual una variedad de consejos prácticos con los que podrás cuidar el agua y por lo tanto contribuir a la salud tuya, de tu familia y de todo el planeta.

- Repara las fugas de agua en tu hogar. La mayor contribución que podemos hacer es reparar cada fuga y sustituir las llaves, empaques y tuberías necesarios con la ayuda de un plomero.
- Al cerrar una llave no la dejes goteando, sino asegúrate de cerrarla bien.
- Instala ahorradores de agua en las llaves del fregadero, lavabos y regaderas para reducir el consumo en la casa, ¡son muy económicos! En México se consumen 364 litros de agua por persona al día,

más del doble que, por ejemplo, los europeos, que consumen 150 litros al día.

- Nunca viertas en el WC o por el drenaje gasolinas, ácidos y solventes. Pueden producir en las tuberías reacciones peligrosas, incluso explosivas, y además estás envenenando el agua y las especies que en ella viven.
- Para lavar tu coche usa cubeta y jerga en lugar de manguera. Puedes reutilizar para ello el agua de la lavadora o la que recogiste mientras se calentaba la de la regadera.
- Repara o reporta cualquier fuga que veas.
- Consume productos que no promuevan la tala de árboles y la deforestación de los bosques, ya que es en los bosques donde se cosecha el agua para todos nosotros.

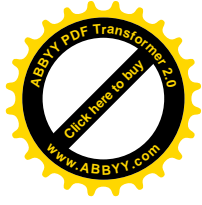




- Participa en campañas de reforestación en tu comunidad y si vives cerca de un río o barranca, cuídalos y mantenlos limpios.
- Barre la banqueta, patios y cochera con escoba. Una cubeta de agua es suficiente, ino necesitas el chorro de la manguera!

## En la cocina

- Cuando laves los platos procura que sea justo después de la comida para evitar que se sequen los restos de comida y usar menos agua y jabón. Remoja y enjuaga todo de una vez, sin tener la llave abierta y ábrela sólo para el enjuague final.
- Instala un aereador, es barato y fácil de colocar y ahorrarás bastante agua.
- Al lavar las verduras, pon un tapón en el fregadero y llénalo y lava de una vez todo lo que vas a lavar.
- Usa poco agua para cocinar verduras, ya que el sabor y el valor nutritivo se pierden con el agua.
- No tires el agua que utilizaste para cocer los vegetales, con ella puedes preparar una sabrosa sopa.



- Nunca tires por el fregadero cáscaras o residuos, gastas innecesariamente agua y además puedes tapar tu drenaje. Mejor ponlas en el bote de basura o haz composta para tus plantas.

## En el baño

El baño es el lugar de la casa en donde más agua se consume, muchas veces de una manera muy derrochadora. Por eso es muy importante que tomemos medidas sencillas en nuestros hogares para reducir la cantidad de agua que usamos.

- ¡No dejes correr el agua! Mientras te lavas las manos o la cara, coloca un tapón y llena el lavabo sólo con el agua que necesitas. Si quieres llenarlo con agua tibia, no dejes el agua corriendo mientras sale caliente, mejor ciérralo con el tapón y comienza a llenar el lavabo con el agua que primero sale fría, al salir la caliente se templará.
- Cierra la llave del agua mientras te cepillas los dientes, de esta manera ahorrarás unos 8 litros de agua. ¡Multiplícalo por las personas que viven en tu casa! Mejor aún, sólo necesitas un vaso para lavarte

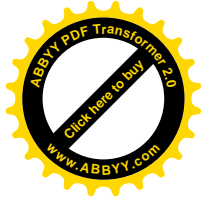


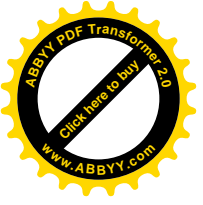
los dientes, con la mitad del agua te enjuagas la boca, con el agua restante limpias el cepillo. ¿Ya viste qué fácil es cuidar el agua?

- Enjuaga y limpia tu navaja de afeitar en un recipiente, no abajo del chorro de agua. No te rasures mientras te bañas, despilfarrarás demasiada agua.
- Si todavía tienes un excusado de 16 litros or descarga sustitúyelo por uno de bajo consumo que emplea 6 litros por descarga; esto significa que cada vez que vas al baño estás ahorrando 10 litros de agua.
- Si no puedes sustituir tu excusado viejo, puedes colocar dos botellas de agua de 2 litros llenas en la caja, así por lo menos consumirás 4 litros menos en cada descarga.
- Vigila periódicamente el estado de las instalaciones para evitar las fugas en tu excusado. Para

asegurarte que no hay fugas puedes echar unas gotas de pintura vegetal en la caja del agua, si el agua de la taza agarra color significa que estás perdiendo agua.

- No tires el papel sanitario al agua, por un lado puede tapar los drenajes, además que el exceso de celulosa en el agua puede matar a los peces que en ella viven.
- Tampoco uses el excusado para tirar pañuelos, colillas de cigarro u otros residuos. El excusado no es el bote de basura.
- Recoge en una cubeta el agua que normalmente dejas correr mientras llega el agua caliente. La puedes utilizar más tarde, para lavar, regar las plantas o fregar los pisos. Si tarda mucho en llegar el agua caliente quizás te convenga cambiar la colocación del calentador o aislar térmicamente la tubería.
- Báñate rápidamente y cierra las llaves mientras te enjabonas y aplicas shampoo.





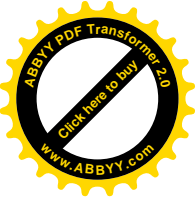
## Limpieza

- Usa jabones y shampoos biodegradables para el aseo personal y de la casa. Se necesita menos agua para enjuagar y no contienen fosfatos que contaminan el agua. Lee las etiquetas y evita comprar productos que contienen formaldehído y etanol, porque son muy peligrosos para la salud y dañan a toda la cadena de seres vivos.
- Talla a mano partes muy sucias para evitar tener que volver a lavar la ropa.
- Usa la lavadora sólo con cargas completas para no desperdiciar agua o elige una lavadora que permita utilizar menos agua.

No abuses del agua mientras estás lavando algo. Usa un cepillo, trapo o estropajo para remover la mugre al lavar, no esperes que sólo la fuerza del agua haga el trabajo.

## En patio y jardín

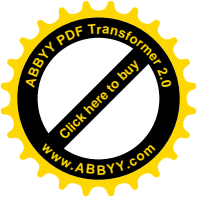
- Si cubres el suelo del jardín con hojas o tierra de hojas permitirás que se mantenga mejor la humedad.
- Riega sólo cuando sea necesario, hazlo muy temprano o después de que se ponga el sol para evitar que el sol evapore el agua.
- Selecciona plantas nativas de la zona en donde vives, porque están mejor adaptadas al clima del lugar y requerirán menos agua.
- Si riegas con aspersores ubícalos de tal manera que no riegues partes pavimentadas o que no lo necesitan.
- En época de secas corta el pasto pero no lo barras para evitar la evaporación.
- No utilices fertilizantes artificiales para tu pasto, mientras más crece más agua necesita. En general no



utilices fertilizantes artificiales porque envenenan la tierra y el agua y matan a las especies que ahí viven.

- Aprovecha el pasto cortado y las hojas para producir composta y así tener un fertilizante natural que no contamine.
- No cortes muy al ras el pasto, la altura conveniente es entre 5 y 8 cm, así las raíces se mantienen sanas y se retiene la humedad.
- En época de secas no desperdices el agua en el pasto que se puso amarillo, no es que esté muerto o se haya secado sino que está inactivo y revivirá cuando llegue la época de lluvias.
- Si usas jabones biodegradables puedes aprovechar el agua que sale de la lavadora para regar tus plantas.

## Ecotecnias



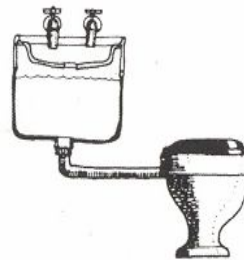
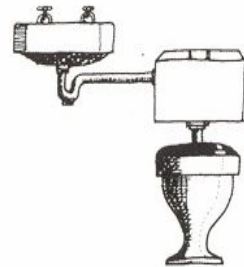
Muchos de nosotros consideramos normal tener un sanitario con agua en nuestra casa y no nos ponemos a pensar que ese mueble provoca un verdadero derroche de este líquido, sobre todo porque es agua potable que se vuelve inutilizable. Para evitar usar agua que alguien más podría necesitar para beber en el excusado tenemos dos opciones: o bien reutilizar el agua o bien sustituir nuestro sanitario por un baño seco.

### Reutilización de agua

Cuando reutilizamos el agua estamos siendo solidarios con aquellas personas que tienen menos que nosotros. Otra ventaja de este sistema es que al usar agua jabonosa la limpieza del sanitario es mucho más fácil.

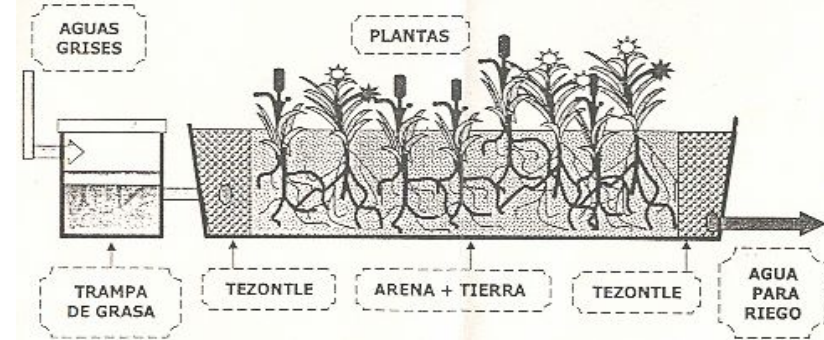
Consumo de agua sin sistema de reutilización de aguas grises en un año: 54.750 litros por persona

Consumo de agua con sistema de reutilización de aguas grises en un año: 30.112 litros



Otra forma de reutilizar el agua es utilizando el agua para el riego de las plantas del jardín. La forma más eficiente la logramos si realizamos unas sencillas adecuaciones en la instalación de la casa, como se muestra en la siguiente imagen.

También puedes construir un filtro de aguas grises en tu casa y así evitar la contaminación de calles y barrancas, tendrás un patio siempre verde y la satisfacción de saber que estás protegiendo la salud de tu familia.



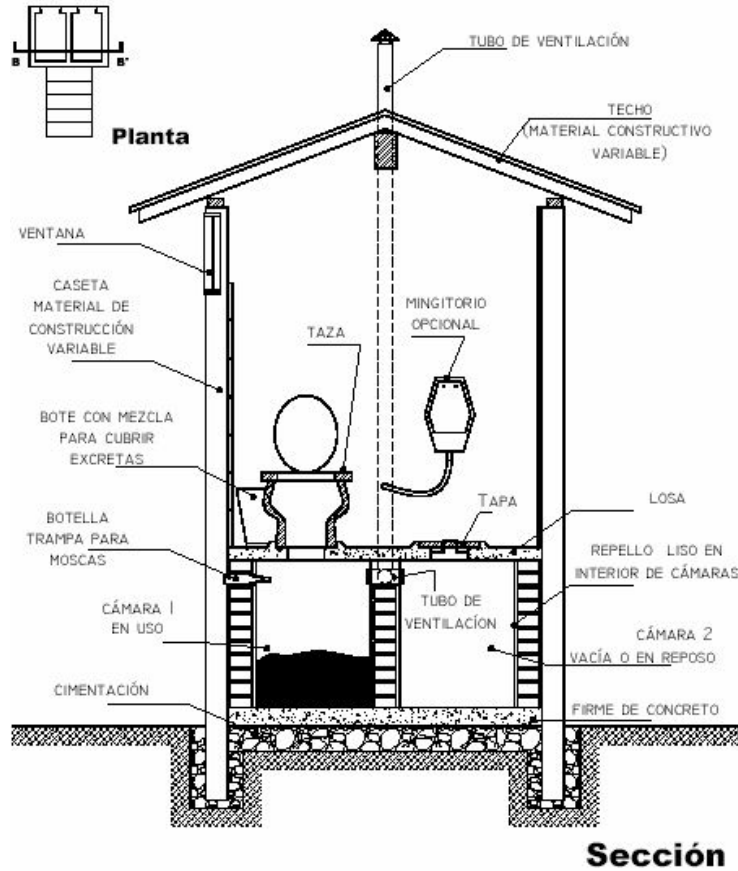
### Baño seco

Una familia de cinco miembros que usa excusado con agua contamina más de 150 mil litros de agua al transportar unos 250 litros de excremento en un año.



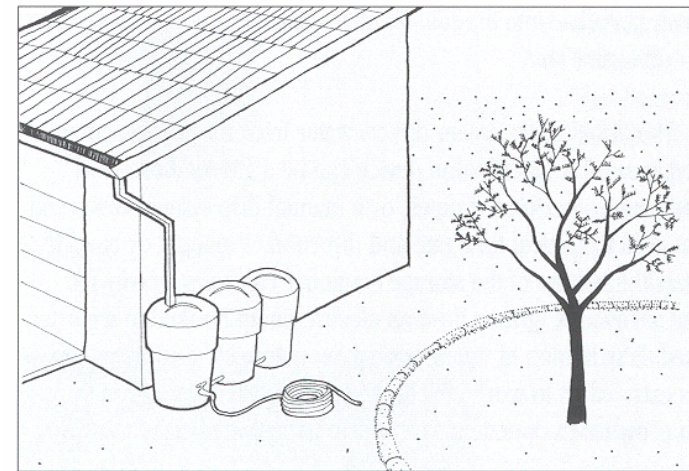


Los sanitarios ecológicos secos producen unos 500 litros de abono y 5 mil litros de fertilizante, al transformar el excremento y la orina de una familia en un año.



## Captación de agua de lluvia

¿Has pensado en captar un poco de agua de lluvia? Es fácil y aprovecharíamos mucha del agua que se pierde por el drenaje. Además, ¡no tendrías que pagar por el agua que consumes!



## MAYORES INFORMES:

Cesar Añorve CITA [acua@terra.com.mx](mailto:acua@terra.com.mx)

Ron Sawyer SARAR T [www.sarart.org/tepozeco](http://www.sarart.org/tepozeco)

Jorge Calviollo, La Casa Ecológica, [ecomali@hotmail.com](mailto:ecomali@hotmail.com)

Angelika Koniecki, Organi-K, [caracola@organi-k.org](mailto:caracola@organi-k.org)