

# Haz un uso responsable del agua

## En casa:

- Aprovechar el agua que sobra en los vasos para regar las plantas.
- Cuando usamos el váter, tirar de la cadena una sola vez. Si tiene doble descarga, pulsar en cada momento el botón adecuado.
- No usar la lavadora o el lavavajillas a media carga.
- Para fregar, llena el fregadero para enjabonar la vajilla sucia; para aclarar, ajusta la presión del grifo a la que realmente necesites, y acláralos todos juntos.
- Si utilizas lavavajillas, retira los restos sólidos pero no hagas un aclarado previo, si no estarás utilizando el doble de agua.
- Llena un recipiente para lavar la fruta, después la puedes utilizar para regar las plantas. Cuando cocines huevos duros, reutiliza el agua para regar las plantas.
- Instala aireadores en los grifos, puedes llegar a utilizar hasta un 50% menos agua para un mismo uso.

## En la higiene personal:

- Toma una ducha diaria de 5 minutos, en vez de un baño, permite ahorrar hasta 400 litros semanales.
- No dejes el grifo abierto mientras te lavas los dientes. Si te limpias los dientes tres veces al día, con el grifo abierto, estarás gastando más de 10.000 litros al año.
- Cierra el grifo mientras te lavas los dientes o te afeitas.

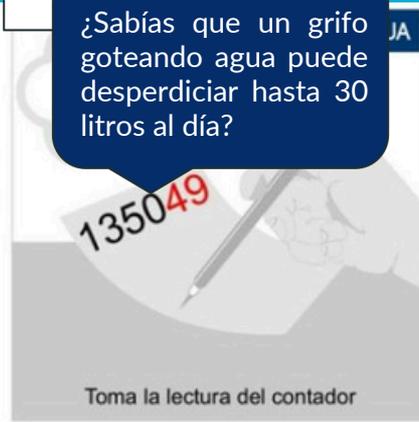
## En otros usos:

- No riegues tu jardín en exceso. Es suficiente cada 4 ó 5 días en verano, y cada 15 días en invierno. También intenta regar en las primeras o últimas horas del día, ya que esto reduce la pérdida por evaporación.
- Si riegas tu jardín a mano, no dejes la manguera desatendida. Puedes utilizar el reloj avisador de la cocina para que te recuerde cuando debes cerrarla.
- Intenta lavar el coche en los lavaderos automáticos, ya que éstos están pensados para hacer un uso eficiente del agua.
- Instala depósitos de regulación para evitar falta de agua en caso de avería de la red general.



¡Tu también puedes ayudar a luchar contra la sequía!

# Cómo detectar una fuga en casa



**IMAGINA**  
Un mundo más sostenible

**AQUAE**  
FUNDACIÓN

### ¿Cuánta agua gasta una ducha por minuto?

Principales magnitudes

Ranking por consumo de agua

- 1 El retrete
- 2 La lavadora
- 3 La ducha

Según la OMS la ducha estándar dura **10 minutos**  
↓ consume **200 litros** de agua  
=  
**20 litros / min** de consumo

Para menor impacto medioambiental cronometrandonos, habría que reducir a **5 minutos** 100 litros de consumo

#### CONSEJOS PARA NO MALGASTAR AGUA

- Uso de duchas de bajo consumo**  
permite reducir la cantidad de agua que usamos en la ducha. Podemos encontrar duchas que consumen hasta **10 minutos / 50 LITROS**. Reduce x 4 el consumo estimado por la OMS de 200 litros.
- Cabezales de ducha ecológicos**  
Aumentan la presión del agua que sale por la ducha de tal forma que la sensación es la misma, pero la cantidad de agua es menor. También reducen el número de agujeros de salida para que salga menos agua. Es así de fácil.
- Apagar el agua**  
Mientras nos engañamos ahorra un poco más de agua.
- Cambiar la alcachofa**  
Las hay muy baratas (por menos de 10 euros) que ofrecen un muy buen ahorro.