

Reduce tu Huella Hídrica (HH)

Con un consumo responsable

La huella hídrica (HH) es un indicador de toda el agua que utilizamos en nuestra vida diaria: la que utilizamos para hacer nuestra comida, la que se usa en los procesos industriales, también para la generación de energía, incluyendo el agua que llegamos a ensuciar y que se contamina en el proceso.

Además de consumir agua de forma directa, cada vez que utilizamos un producto o servicio, también estamos consumiendo agua de forma indirecta. Ya que el uso del agua existe durante toda la cadena de producción de un servicio o un producto.

Un ejemplo: cuando tomamos una taza de café no sólo consumimos el agua contenida, también el agua con la que se cultivó el grano. Así, por lo menos, fueron necesarios 140 litros de agua para su producción.

Así sucede con todos los productos y servicios que consumimos.

Ve la siguiente tabla y entérate de cuántos litros se necesitaron para producir otros productos:

Producto	Cantidad de agua para su producción (litros)
Tomate	13
Papa	25
Microchip 2 g	32
Taza de té	35
Cerveza 250 ml	75
Vino 125 ml	120
Taza de café	140
Vaso de leche	200
Camiseta de algodón 250 g	2 mil
Bistec	7 mil
1 kg de algodón	11 mil




La Huella Hídrica (HH) al comer







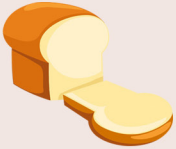
El agua es un recurso natural e indispensable para la vida y para las actividades diarias, si bien el 70% de la Tierra es agua, el 97.5% de ésta es salada y corresponde a mares y océanos, sólo el 3% es agua dulce, agua que se puede usar para las actividades humanas.

El aumento de la población también aumenta la demanda de agua, para cualquier actividad es indispensable el uso del agua: para el aseo, la alimentación, así como para la producción de todos los productos que usamos a diario, como las prendas de vestir y el calzado, como los utensilios para cocinar y los útiles escolares.


Aquí te presentamos un ejemplo de la huella hídrica (HH) en el desayuno, comida y cena de un solo día, es decir, de la cantidad de agua que consumimos a través de los alimentos:







DESAYUNO







	= 200 L		
	= 135 L		
	= 70 L		
	= 1,300 L		
	= 40 L		
<i>Total = 1,745L</i>			

COMIDA



	= 90 L		
	= 16,000 L		
	= 276 L		
	= 3,400 L	<i>Total = 19,736L</i>	

CENA

	= 2,356 L		
	= 200 L	<i>Total = 2,556L</i>	



CONSUMO RESPONSABLE

El agua es vital para todas las personas, por eso es también responsabilidad de todas y todos cuidarla.

Al mejorar nuestros hábitos de consumo estaremos contribuyendo con acciones sencillas, a su cuidado y ahorro, por ejemplo:

- Moderar la cantidad de carne que comemos.
- Reducir la cantidad de productos procesados que consumimos.
- Lavar el automóvil con una sola cubeta de agua.
- Bañarte en un tiempo no mayor de 15 minutos, cerrando la llave al enjabonarte.
- Cerciorarte de que las tuberías de agua en la casa, no tengan fugas.
- Al lavarte los dientes, no abrir toda la llave y usar un solo vaso con agua.

Practicar este tipo de hábitos, aunque parezcan pequeños, pueden ayudar a bajar los índices de su consumo, es decir, tu huella hídrica (HH).

A través de la huella hídrica (HH), podemos ver de manera más clara, cómo nuestras actividades de consumo tienen un efecto sobre el agua, un recurso vital que nos da el medio ambiente.

De acuerdo con datos de World Wildlife Fund y Agro Der, México es el país número 11, en el mundo, con mayor huella hídrica en su producción.

Existen iniciativas relacionadas con los índices de sostenibilidad, como: CEO Water Mandate; DJSI, CERES, etc.; Water Footprint Network (WFN), WBCSD (Global Water Tool y Local Water Tool), de igual forma, México ha creado diversas iniciativas para bajar los índices de consumo de agua para mejorar. *Fuente: Carpeta Informativa del CENEAAM.*

El agua es uno de los recursos naturales, que sin duda, es indispensable para la vida y para las actividades diarias.

Durante el siglo XX se triplicó la población, y como resultado, también se incrementó su uso: hasta 6 veces.

Al incrementar la población, también aumentan la demanda y la generación de productos y servicios.

El agua que se utiliza para las actividades domésticas, sólo representa el 4% del agua que se usa en las actividades diarias.

Si 4.5 millones de personas se bañan en un día, el hecho de cerrar la llave al momento de enjabonarse, permitiría un ahorro de 450 millones de litros de agua. *Fuente: Ursula Oswald, 2003 UNAM, 1ª edición. México.*

Dentro de la huella hídrica el agua se clasifica en tres:

Agua azul: se refiere al agua superficial y subterránea que es consumida, pero que regresa en corto tiempo al lugar de origen.

Agua verde: es el agua de lluvia y que por medio del ciclo del agua se llega a utilizar en las actividades agrícolas.

Agua gris: es la cantidad de agua dulce que fue contaminada durante una determinada acción.



SABÍAS QUE...

