

# Cuidar el agua para cuidar la vida

## La Huella Hídrica (I)



### Escasa e imprescindible

*"Sin agua no hay comida, no hay bebida, ni luz, ni calor, ni lluvia. ¡Sin agua no hay vida posible!"*

Carta Europea del Agua 1968

### Sólo el 0,77% del agua del Planeta es agua dulce disponible

- La producción diaria de alimentos para una sola persona requiere unos 3.500 litros de agua
- 1 de cada 3 personas se mueren por no tener acceso al agua potable; cada día mueren 2.307 personas, según la OMS.
- las personas podemos sobrevivir 3 días sin agua.

El AGUA es un don de Dios y un derecho humano, condición para el ejercicio de los otros derechos.

### ¿QUÉ VALOR LE DAMOS al agua que consumimos?

### ¿Qué es la Huella Hídrica?

Es un instrumento creado por el Dr. A. Hoekstra y la Water Footprint Network que mide cuánta agua se consume y contamina en un lugar para producir todos los bienes y servicios en un año.

Considera el agua DIRECTA consumida y el agua INDIRECTA que no vemos, usada en los procesos de producción y comercialización, energía no renovable utilizada... Incluye los procesos dentro y fuera del país, es decir, también de lo importado y exportado.

Tiene 3 COMPONENTES: azul, verde y gris.



**Huella Hídrica AZUL:** el agua superficial y subterránea extraída.



**Huella Hídrica VERDE:** el agua de lluvia empleada.



**Huella Hídrica GRIS:** el agua necesaria para reciclar la contaminada.

	Huella Hídrica en litros/persona/día	% Huella Hídrica Interna	% Huella Hídrica Externa
ALBANIA	4300 l.	60	40
ESPAÑA	6849 l.	57	43
ITALIA	6300 l.	39	61
MARRUECOS	470 l.	71	29
Media MUNDIAL	3794 l.		

### Datos globales

La Huella Hídrica MUNDIAL es de **3794 litros por persona y día**, distribuidos así:

- agricultura 70 %
- industria 20 % y
- hogares 10 %.

La alimentación supone de media un **80 % de la Huella Hídrica personal**

### Agua necesaria para algunos alimentos

*(no está contabilizada la Huella Hídrica de verduras ni frutas cuando estas se han producido en otra zona o país. Tampoco los envases de estas, cuando los hay)*

- 1 kg carne vacuno 16416 l.; 1 bistec 300 gr 4600 l.
- 1 kg cordero 8700 l.
- 1 kg cerdo 6980 l.; filete 300 gr 1440 l.; 200 gr de jamón serrano 1100 l.; 100 gr. jamón cocido 960 l.
- 1 kg pollo 4300 l.
- 1 hamburguesa de 300 gr 2400 l.
- 1 l de leche 1000 l.; 1 vaso 260 l.
- 1 kg queso 5000 l.; 1 yogurt 345-362 l.
- 1 kg mantequilla 5553 l.; 1 l aceite 2364 l.
- 1 huevo 200 l.
- 1 kg pan 1300 l.; 1 rebanada 40 l.
- 1 kg plátanos 800 l.
- 1 manzana 70 l. y 1 naranja 50 l.
- 1 vaso de zumo 190 l.
- 1 l. bebida gaseosa 80 l.
- 1,5 l de agua embotellada 7,5 l.
- 1l. de vino 720 l.; un vaso 109 l.
- 1 litro de cerveza 300 l.; 1 vaso 75 l.; 1 caña 106 l.

- 1 kg de chocolate 17196 l.; 1 tableta 1700 l.
- 1 kg azúcar 1800 l.
- 1 kg lentejas 50 l.
- 1 ración de pizza 700-1259 l.
- 1 kg trigo 1000 l.; 1 kg pasta seca 1850 l.
- 1 kg maíz 900 l.
- 1 kg arroz blanco 3400 l.; 1 kg integral 2300 l.
- 1 kg cebolla 1300 l.
- 1 kg tomate 180 l.; 1 lechuga 250 l.
- 1 kg pepinos 350 l.
- 1 ración ensalada 114 l y 1 de aceitunas 250 l
- 1 kg patatas 287 l; 1 bolsa 500 gr patatas fritas u otras frituras 185 l.
- 1 kg café tostado 21000 l; una taza 132 l.; • 1 taza té 30-90 l.
- 100 gr de frutos secos de la zona 1100 l. con mayor Huella las almendras, anacardos y pistachos, media avellanas, y menor cacahuetes y castañas.



Todas las REDUCCIONES de la Huella Hídrica contribuyen a solucionar la escasez de agua en otros lugares.



### ¿Qué podemos hacer a nivel general?

#### Cerrar el grifo

Reducir nuestro consumo en general

Reducir nuestro consumo de carnes

Consumir productos frescos locales sin pesticidas, a granel y no procesados

Consumir detergentes no contaminantes

Dejar de comprar a empresas que contaminan ríos, mares o suelo y comprar a empresas con etiqueta oficial sostenible y ética.