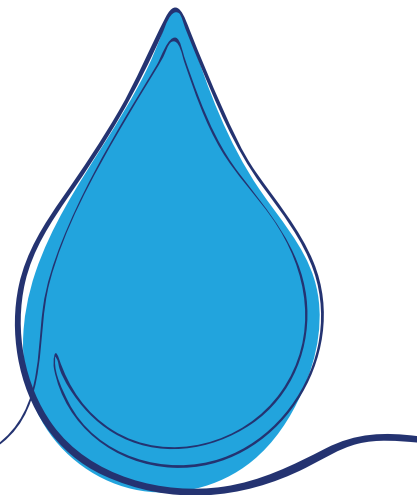


ÁGUA é VIDA

Não a desperdice



Uma torneira aberta pode gastar 12 litros de água em apenas um minuto. Se cada pessoa desperdiçar 1 minuto de água por dia em Portugal, são 120 milhões de litros de água, o suficiente para satisfazer as necessidades básicas diárias de um milhão de pessoas.

A água é essencial à vida e merece toda a nossa atenção. Seja mais consciente e evite gastos desnecessários.

portaldaagua.pt

Sabia que...

Uma pessoa precisa de 110 litros de água por dia para satisfazer as suas necessidades básicas, segundo as Nações Unidas. **Em Portugal, em média, gastam-se 184 litros por habitante.**

Quanto abrimos a torneira ou quando fazemos a nossa higiene pessoal ou lavagens domésticas, não temos consciência da quantidade de água que gastamos. Mas facilmente chegamos a estas quantidades:



DUCHE

24 litros, cinco minutos fechando a torneira enquanto se ensaboa. Com a torneira aberta, pode gastar **60 litros** de água.



AUTOCLISMO

Entre **8 litros** (meia-descarga) a **15 litros** por descarga.



LAVAR OS DENTES

36 litros, com a torneira aberta, durante 3 minutos.



LAVAR AS MÃOS

Até **4 litros**, se deixar a água a correr durante 20 segundos.



LAVAR A LOUÇA

cerca de **12 litros** na máquina da louça. Na lavagem manual, pode gastar entre **30 litros** (água no lava-louças) a **150 litros** (água corrente).



LAVAR A ROUPA

entre **38 a 80 litros**, dependendo da máquina e do programa escolhido.



BEBER ÁGUA

Entre **1,5 e 2 litros** por dia é o consumo aconselhado pelos médicos.

10 DICAS PARA EVITAR O DESPERDÍCIO DE ÁGUA



1 Confirmar que fechamos bem as torneiras. Uma única torneira a pingar pode representar um desperdício de 30 litros de água por dia.



2 Tomar duches mais curtos e fechar a torneira enquanto nos ensaboamos.



3 Não deixar a água a correr enquanto escovamos os dentes, ensaboamos as mãos ou fazemos a barba.



4 Utilizar um alguidar ou a bacia do lava-louça quando se lava roupa ou louça à mão, evitando lavagens com água corrente.



5 Optar por eletrodomésticos que consomem menos água. Utilizar as máquinas de lavar louça e roupa apenas com a **carga completa** e escolher os **programas ECO**.



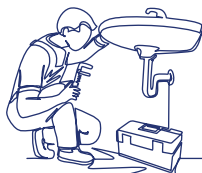
6 Reutilizar a água da lavagem de frutas e legumes para regar as plantas.



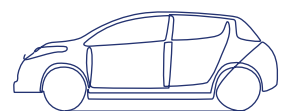
7 Adequar a rega à necessidade das plantas, sem excesso de água. Escolher as horas de menos calor para evitar a evaporação de água.



8 Não usar a sanita como caixote de lixo. Além de não entupir os esgotos, evitam-se descargas que são desnecessárias.



9 Ter atenção às fugas de água, verificando regularmente as tubagens de casa e conferindo os consumos na fatura da água.



10 Reduzir o número de lavagens do carro. Quando necessário, optar por um posto de máquinas de lavagem automática que consome menos água que usar uma mangueira.

Como podemos reduzir ainda mais o consumo de água?

Podemos ajudar a reduzir os consumos indiretos de água escolhendo produtos que utilizam água de forma eficiente nos seus processos de produção. Esta é a chamada “água virtual”, onde se inclui a que é usada para cultivar os alimentos que comemos e para fabricar os produtos que utilizamos.

Já pensou, por exemplo, na quantidade de água que foi utilizada para produzir a roupa que está a usar? Ou em quanta água há em cada um dos alimentos que consumiu hoje?



1 automóvel
= 400.000 litros



1 par de sapatos
= 8.500 litros



1 kg de maçãs
= 820 litros



1 telemóvel
= 900 litros



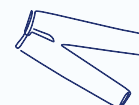
1 kg de bife de vaca
= 16.000 litros



1 café
= 140 litros



1 folha de papel
= 10 litros



1 par de calças de ganga
= 10.000 litros

Não podemos evitar consumir água, mesmo quando não abrimos as torneiras. Mas podemos estar mais conscientes e optar por produtos mais sustentáveis, contribuindo para a preservação deste recurso tão valioso.