



cuidado del agua



Centro Estatal de Vigilancia Epidemiológica y Control de Enfermedades Av. Fidel Velázquez No. 805 Col. Vértice C.P. 50150 Tel. (722) 2 193887 Estado de México



Día Mundial del Agua

El agua es un elemento esencial del desarrollo sostenible. Los recursos hídricos y la gama de servicios que prestan, juegan un papel clave en la reducción de la pobreza, el crecimiento económico y la sostenibilidad ambiental.

- El agua es un elemento esencial del desarrollo sostenible. Los recursos hídricos y la gama de servicios que prestan, juegan un papel clave en la reducción de la pobreza, el crecimiento económico y la sostenibilidad ambiental. El agua propicia el bienestar de la población y el crecimiento inclusivo, y tiene un impacto positivo en la vida de miles de millones de personas, al incidir en cuestiones que afectan a la seguridad alimentaria y energética, la salud humana y al medio ambiente.
- El agua es un elemento esencial de la vida, pero es más que esencial para calmar la sed o la protección de la salud; el agua es vital para la creación de puestos de trabajo y apoyar el desarrollo económico, social y humano.
- Hoy en día, la mitad de los trabajadores del mundo (1,500 millones de personas) trabajan en sectores relacionados con el agua. Por otra parte, casi todos los puestos de trabajo, con independencia del sector, dependen directamente de ésta. Sin embargo, a pesar del vínculo indisoluble entre el trabajo

- y el agua, millones de personas cuyas vidas dependen del líquido, a menudo no son reconocidos o protegidos por los derechos laborales básicos.
- El poder del agua y del empleo transforman la vida de las personas. La mitad de todos los trabajadores en la tierra están empleados en sectores relacionados con el agua, pero millones de ellos no son reconocidos ni protegidos.
- El 22 de marzo es un día para destacar la función esencial del agua y propiciar mejoras para la población mundial que sufre de problemas relacionados con el agua. Es un día para debatir cómo debemos gestionar los recursos hídricos en el futuro. En 1993, la Asamblea General de las Naciones Unidas lo designó como Día Mundial del Agua. Han pasado 23 años y se sigue celebrando en todo el mundo.



El 70% de la Tierra está cubierta de agua, sin embargo sólo un 3% es agua dulce y la mayoría de esa agua dulce (2%) está congelada.

- El 70% de la Tierra está cubierto de agua, sin embargo sólo un 3% es agua dulce y la mayoría de ese agua dulce (2%) está congelada.
- En un período de 100 años, una molécula de agua pasa 98 años en el océano, 20 meses en forma de hielo, 2 semanas en lagos y ríos y menos de una semana en la atmósfera.
- Las gotas de lluvia no tienen forma de lágrima. Usando cámaras de alta velocidad los científicos han comprobado que más bien tienen forma aplastada, de esferoide.
- El agua supone el 55% del peso de un humano adulto. Y necesitamos ingerir en torno a dos litros de agua al día.
- Una persona puede sobrevivir un mes sin alimentarse, pero sólo siete días como máximo sin beber agua.
- La mayoría del agua que consumimos a diario procede de los alimentos. El 95% de un tomate es agua. También tienen un alto contenido de agua las manzanas (85%), las espinacas (91%) o las patatas (80%).
- En febrero de 2017, ingenieros de la Universidad de Florida crearon una superficie plana que no se humedece, sino que las gotas de agua ruedan sobre ella. Para lograrlo reprodujeron en plástico la



datos curiosos

- forma y los patrones de diminutos pelos que crecen en los cuerpos de las arañas, que están diseñados para que permanezcan siempre secas.
- Se necesitan 450 litros de agua para producir un huevo de gallina, 7,000 litros para refinar un barril de petróleo crudo y 148,000 litros para fabricar un automóvil.
- En la Universidad de Tokio han desarrollado un material llamado agua elástica a partir de una mezcla de dos gramos de arcilla, materia orgánica y agua natural. Es ideal para fabricar medicamentos y para reparar tejidos.
- La urticaria acuagénica es una forma muy rara de reacción alérgica al agua. Apenas hay una treintena de casos en la literatura médica y se cree que es debido a la presencia en la piel de un antígeno -sustancia que activa el sistema inmune- hidrosoluble. En contacto con el agua, el antígeno se disuelve, atraviesa la piel y hace que las células de defensa liberen histamina. Esta provoca la aparición de ronchas, picor y otros síntomas alérgicos.





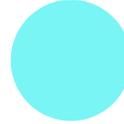
El agua en la Tierra supone un 71% de la superficie terrestre, es decir: tres cuartas partes de nuestro planeta se compone de H₂O.

agua en el mundo

- El agua en la Tierra supone un 71% de la superficie terrestre, es decir: tres cuartas partes de nuestro planeta se compone de H₂O. Parece bastante, y lo es, pero el problema es su distribución y su difícil accesibilidad para ser utilizada por el ser humano.
- La cantidad total de agua que hay en el planeta es 1,386,000,000 millones de metros cúbicos, de los cuales 1,338,000,000, casi el 96.5 %, es agua salada que se encuentra en mares y océanos. Solo un 3 % del agua del planeta es dulce, donde el 1.74 % se encuentra en forma de hielo en los glaciares y casquetes polares, que hoy en día como consecuencia del cambio climático, se están derritiendo.
- El agua representa entre el 50 y el 90 % de la masa de los seres vivos, siendo un 75 % en el caso de los seres humanos ¡y llegando hasta el 90 % en el caso de las algas! Por tanto, el agua es indispensable para que la supervivencia de las especies continúe y para que el mundo siga desarrollándose económicamente.
- Por ello, debido a que casi toda el agua del planeta es salada, la desalación representa una alternativa eficaz y real para conseguir agua potable para beber, agua para nuestra higiene y para

obtener nuestros alimentos; así como agua apta para producir la energía que utilizamos y para llevar a cabo nuestras actividades económicas.

- Las aguas dulces constituyen un recurso escaso, amenazado y en peligro. De acuerdo con los estudios sobre los balances hídricos del planeta solamente el 0.007% de las aguas dulces se encuentran realmente disponibles a todos los usos humanos directos. De esta pequeñísima porción dependen procesos sociales vitales.
- Las más recientes evaluaciones de los especialistas y organizaciones internacionales conectadas con los problemas del agua, sugieren que para el año 2025 más de las dos terceras partes de la humanidad sufrirá algún estrés por la falta de este líquido (L'vovich et al. 1995, Simonovic 1999).
- El agua es un recurso natural que puede agotarse. El agua que hay en este planeta es muchísima, cubre las dos terceras partes del globo, pero en su mayoría es agua salada. El agua dulce existe en una proporción mucho menor y es un recurso natural que debemos cuidar porque como todos los recursos de nuestra Tierra se agota.



De los ríos y los lagos se extrae 63% del agua que utiliza el hombre. Los ríos, que en conjunto reúnen 87% del agua superficial del país son: Grijalva-Usumacinta, Papaloapan, Coatzacoalcas, Balsas, Pánuco, Santiago y Toná.



agua en México

- Entre los lagos más importantes de México se encuentra el de Chapala con una cuenca de 1,116 kilómetros cuadrados. También tenemos al de Cuitzeo, Pátzcuaro, Yuridia, Catemaco, Nabor Carrillo y Tequesquitengo.
- Existen más de 4 mil 462 presas; 667 de ellas están consideradas como grandes, por su capacidad de almacenamiento. Su función principal es la generación de energía; en menor medida se utilizan para actividades agrícolas, sobre todo en el norte de la República. La presa de mayor capacidad es la Belisario Domínguez ubicada en el Estado de Chiapas, le sigue la Infiernillo localizada en Guerrero y Michoacán.
- El 77% del agua se usa en la agricultura (la cual se utiliza para el riego de cultivos); 14%, en el abastecimiento público (que se distribuye a través de las redes de agua potable); 5%, en las termoeléctricas (que se emplea para producir electricidad) y 4%, en la industria (son aquellas empresas que toman el agua directamente de los ríos, arroyos, lagos y acuíferos del país).
- El agua es necesaria para el desarrollo de productos naturales: como la papa que necesita 25 l., manzana 70 l., jitomate 13 l., etc. También es indispensable en la elaboración de productos en fábricas:

una hamburguesa se fabrica con 2,400 l., una playera de algodón mediana necesita 4,100 l., un par de zapatos de cuero 8,000 l., una tortilla 50 l., etc.

- En nuestro país hay diferencias muy grandes en cuanto a la disponibilidad de agua. Las zonas centro y norte de México son, en su mayor parte, áridas o semiáridas: los estados norteños, por ejemplo, apenas reciben 25% de agua de lluvia. En el caso de las entidades del sureste (Chiapas, Oaxaca, Campeche, Quintana Roo, Yucatán, Veracruz y Tabasco) es lo contrario, éstas reciben casi la mitad del agua de lluvia (49.6%) y en las del sur, también llueve mucho, no obstante, sus habitantes tienen menor acceso al vital líquido, pues no cuentan con los servicios básicos, como es agua entubada dentro de la vivienda. En el Valle de México se encuentra la disponibilidad anual más baja de agua (apenas 186 m³/hab); en caso contrario se encuentra la frontera sur (más de 24 mil m³/hab).
- En México, al 2010, el porcentaje de viviendas con disponibilidad de agua fue de casi 89% esto significa más de 74 millones de personas, el resto se abastecían de agua entubada fuera de la vivienda pero dentro del terreno que habitan, de pozos, ríos o arroyos, de la llave pública o de otra vivienda. Por entidad federativa, este indicador se ha modificado los últimos 20 años.



cómo cuidarla

Acciones simples y a veces hasta divertidas son las que harán una diferencia real en favor de nuestro planeta.

Acciones simples y a veces hasta divertidas son las que harán una diferencia real en favor de nuestro planeta. En el fondo lo que importa es que cada vez más personas tomen conciencia de que los pequeños detalles significan mucho cuando se suman, así que pon en práctica lo que puedas hacer y comparte esta información con familiares, amigos y compañeros de trabajo.

- Cierra la llave del lavabo mientras te enjabonas las manos, te rasuras o te lavas los dientes. Una llave abierta consume ¡hasta 12 litros de agua por minuto!
- Usa regadera en vez de tina al bañarte; cierra la regadera mientras te enjabonas.
- Junta el agua de la regadera en una cubeta mientras sale fría y úsala para el inodoro o para tus macetas.
- ¡No uses el inodoro como bote de basura! Ahorrarás de 6 a 12 litros de agua en cada descarga.
- Repara las tuberías y llaves que goteen en cocinas y baños. Ahorrarás una media de 170 litros de agua al mes.
- Al lavar la vajilla cierra la llave mientras la enjabonas, enjuaga la loza "en grupos" (primero todos

los vasos, por ejemplo); así aprovechas mejor el agua. Procura no abrir toda la llave para enjuagar la vajilla.

- Usa cubetas con agua para lavar coches y banquetas en vez de usar manguera; también ahorrarás hasta 12 litros de agua cada minuto.
- Cambia los inodoros tradicionales por ecológicos de doble carga para usar sólo el agua que necesites y reducir el consumo de agua a la mitad (son muy baratos y fáciles de instalar).
- En inodoros tradicionales puedes meter una o dos botellas con agua dentro de la caja para disminuir la cantidad de cada descarga.
- Aprovecha el agua de lluvia para regar tus plantas, principalmente en interiores.
- Compra electrodomésticos ecológicos y procura siempre utilizarlos con la carga completa.
- Utiliza el agua sobrante de las jarras de las comidas y/o de lavar las verduras para regar las plantas.



Nota: este tríptico es impreso en papel reciclable



Contacto



Opiniones

Gobierno del Estado de México
Secretaría de Salud

Centro Estatal de Vigilancia Epidemiológica
y Control de Enfermedades
Fidel Velázquez 805, Col. Vértice,
Toluca, Estado de México, C.P. 50150
Teléfono: 01(722) 219 38 87

Si quieres estar en contacto con nosotros vía internet y
realizar comentarios, visítanos en:

www.salud.edomexico.gob.mx/cevece/
correo: cevece@salud.gob.mx

o síguenos por:

