

# Hagamos un uso responsable de la ducha



Naciones Unidas aprobó en 2015 los **Objetivos de Desarrollo Sostenible**, con el propósito de mejorar la vida de todas las personas y proteger el planeta.

Para hacer frente a la escasez de agua, el **ODS 6** nos propone hacer un **uso más eficiente** de los **recursos hídricos** en todos los ámbitos.

**6** AGUA LIMPIA Y SANEAMIENTO



**España** se encuentra en la lista de países con mayor estrés hídrico, liderando el ranking europeo. Se considera que en **tres cuartas partes** de la geografía española hay un problema de **escasez de agua**.

En España se destina en torno al **82%** del agua utilizada a **actividades agrarias**.



Aunque solo usemos algo más del **12%** del agua en los **hogares**, es también nuestra responsabilidad contribuir a hacer un uso más eficiente del agua.



Dentro del hogar, la **higiene personal** es el principal uso del agua, al que se destina hasta un **40%** del agua.

Como práctica de higiene, en torno al **90%** de la población **elige la ducha frente al baño**.



Pero... ¡eso no basta!

Es importante hacer un uso eficiente y sostenible de la ducha.

**1**

## Nunca más de 5 minutos

**Controla el tiempo** que pasas en la ducha con un reloj resistente al agua o escuchando algo más de una canción.



Cada **MINUTO** que pasas con el grifo abierto se pierden aproximadamente **20 LITROS** de agua.



**3**

## No tires agua, reutilízala



Ten un cubo dentro de la ducha y **recoge el agua** que dejas correr hasta que sale caliente.

Aprovéchala **para otros usos**, como regar las plantas, limpiar o evitar vaciar la cisterna.



**2**

## Solo cuando realmente lo necesites

Antes de ducharte, **piensa si de verdad te hace falta**.

En ocasiones podemos **mantenernos aseados sin ducharnos**, utilizando el lavabo o el bidé.



Si lo que pretendes es **relajarte**, hay **otras opciones** más adecuadas que la ducha, como leer o meditar.



El **exceso de duchas** no solo daña el planeta, también **daña tu piel**.

**4**

## Cierra el grifo mientras te enjabonas



**Cierra el grifo** cuando te apliques el gel y el champú, y ábrelo solo para aclarar.

Este simple gesto es uno de los **hábitos** de ahorro de agua **con mayor impacto** en el consumo de agua doméstico.