



Alla vigilia della Giornata Mondiale dell'Acqua, che si celebra domani, SIMA - Società Italiana di Medicina Ambientale ha redatto il Decalogo "FAMILY WATER". Acqua di casa, qualità e risparmio, per sensibilizzare ognuno sull'uso consapevole di questa preziosa risorsa



Milano, 21 marzo 2018 - La utilizziamo tutti i giorni per lavarci, per cucinare, per innaffiare le piante e soprattutto la beviamo per idratarci. È l'acqua di casa, l'acqua potabile che spesso utilizziamo come fosse una risorsa infinita, senza renderci conto che invece non lo è e che va protetta, risparmiata. L'acqua è un bene prezioso e dovremmo tutti ricordarci, mentre ci laviamo i denti o mentre facciamo un bagno con l'acqua potabile, che 1 miliardo di persone nel mondo non ne ha accesso e quasi 4 miliardi non ne hanno a sufficienza.

L'Italia è il Paese dalle grandi risorse idriche ma anche tra i primi al mondo per spreco di acqua. Il consumo giorno/pro capite è di 245 litri (Fonte: ISTAT marzo 2017). Il rubinetto del bagno ha una portata media di oltre 10 litri di acqua al minuto: se lo lasciamo aperto mentre ci laviamo i denti, più di 30 litri di acqua potabile se ne andranno sprecati; un rubinetto che gocciola rappresenta uno spreco di 4 mila litri di acqua all'anno; un frangigetto applicato ai rubinetti di casa ci può far risparmiare fino al 50% di acqua. Facendo la doccia utilizziamo circa 50 litri di acqua, se preferiamo un bagno, i litri che consumiamo sono il triplo; per lavare l'auto utilizziamo mediamente 100 litri di acqua, meglio usare un secchio! Questi alcuni esempi su cui riflettere quando troppo spesso diamo per scontata l'acqua di casa.

L'acqua è essenziale per la vita: il corpo umano è costituito per il 70% di acqua e anche se un essere umano può sopravvivere un mese o più senza cibo, una settimana senza acqua può essere fatale. La qualità dell'acqua e la salute sono strettamente legate.

L'acqua ha così tanti benefici per la salute che i Centri per il controllo delle malattie e la loro prevenzione raccomandano di bere almeno otto bicchieri di acqua ogni giorno. Ma è importante per noi e per le nostre abitazioni che l'acqua che utilizziamo sia sicura: ad esempio, l'acqua addolcita permette un risparmio di

denaro, mantenendo gli elettrodomestici - lavatrice, lavapiatti, etc. - al massimo dell'efficienza e facendoli durare più a lungo.

Il prof. Alessandro Miani, Presidente SIMA e Professore Aggregato di Prevenzione Ambientale del Dipartimento di Scienze e Politiche Ambientali dell'Università degli Studi di Milano, sottolinea come questo Decalogo sia solo il primo step del Progetto "SAFE WATER" che vedrà SIMA impegnata a 360 gradi nel mondo dell'acqua (acqua potabile, acque interne, acque marino costiere) e che sarà presentato presso la Sala Stampa di Palazzo Madama nel mese di Giugno.

Il Decalogo è stato redatto dal prof. Luigi Falciola, Associato di Chimica Analitica dell'Università degli Studi di Milano e Responsabile del Dipartimento Qualità dell'Acqua di SIMA e dalla prof.ssa Paola Fermo, Associato di Chimica dell'Ambiente dell'Università degli Studi di Milano.

Decalogo SIMA - Società Italiana di Medicina Ambientale

Controlla e migliora la qualità dell'acqua che utilizzi

1. I primi strumenti diagnostici della qualità dell'acqua sono i nostri sensi. Guarda, gusta, annusa l'acqua che utilizzi. Colorazioni, intorbidimenti, presenza di corrosione, incrostazioni o macchie sugli oggetti dopo asciugatura, cattivo odore e/o sapore, presenza di muffe sono tutti indizi di una qualità dell'acqua non ottimale.
2. Verifica o fai verificare da laboratori specializzati la qualità dell'acqua che utilizzi. Il servizio idrico integrato, che fornisce l'acqua "del rubinetto" ne garantisce la sua qualità e potabilità fino all'ingresso su strada. Inoltre, è possibile controllare la qualità dell'acqua fornita su molti siti web dei Servizi Idrici di molte città italiane. Esiste però il problema del cosiddetto "ultimo miglio" (tubature dei condomini e delle abitazioni; pompe; autoclavi; rubinetteria etc.).
3. Utilizza tecnologie certificate per la purificazione dell'acqua, prodotte da Aziende serie e certificate, richiedendo controlli periodici della qualità di tali sistemi e monitorando (soprattutto a livello condominiale) che vengano utilizzate secondo le istruzioni e le prescrizioni del produttore.
4. Utilizza i sistemi di purificazione casalinga (caraffe filtranti, filtri, osmosi inversa, addolcitori, lampade UV) solo dopo aver letto attentamente le istruzioni, che vanno seguite con estrema cautela. Ricordati di cambiare il filtro delle caraffe e i filtri in generale ogni volta che viene raccomandato. Lava regolarmente tutti i contenitori per l'acqua.
5. Se utilizzi acqua in bottiglia, prediligi le bottiglie in vetro e in caso di utilizzo di quelle in plastica, conservale in luoghi freschi e asciutti (assolutamente non sotto il sole), controlla la data di scadenza, e una volta aperta la bottiglia, consuma il suo contenuto nel più breve tempo possibile.

Diminuisci gli sprechi e le fonti di inquinamento

6. Riduci gli sprechi di acqua scegliendo la doccia al posto del bagno e accorcia il tempo che passi sotto la doccia. Usa rubinetterie dotate di rompigetto ed elettrodomestici (lavatrici, lavastoviglie) ad alta efficienza, utilizzandoli solo a massimo carico. Non lasciare scorrere l'acqua mentre ti lavi i denti, fai la

barba o ti lavi il viso.

7. Evita lo scarico continuo del WC e prediligi sciacquoni dotati di doppio pulsante di erogazione. Assicurati anche che l'acqua dal serbatoio del WC non perda continuamente nella tazza (è possibile fare questo controllo facendo cadere un po' di colorante alimentare nel serbatoio).

8. Fai attenzione alla bolletta dell'acqua, un incremento imprevisto potrebbe indicare una perdita. Controlla il contatore dell'acqua ad impianti spenti. Fai controllare l'efficienza dell'impianto idrico, per verificare l'assenza di perdite.

9. Evita di innaffiare le piante sul balcone, il prato ed il giardino durante le ore più calde o quando piove e fai comunque attenzione a non esagerare con l'acqua. Utilizza sistemi di irrigazione a goccia. Raccogli l'acqua piovana in barili e utilizzala per il prato e per l'irrigazione delle piante.

10. Non gettare rifiuti (oli esausti da cucina - 1 litro di olio esausto inquina 1 milione di litri di acqua di falda, medicinali scaduti e prodotti cosmetici) negli scarichi dei lavandini o nel WC.