

CAFC CONTRO LO SPRECO

Presidente Salvatore Benigno: “Ecco le azioni per l'uso etico e sostenibile del bene comune; fate attenzione anche alla vostra Impronta Idrica nell'alimentazione”

La Dieta Mediterranea consuma meno acqua!

Missione anti-spreco. CAFC spa scende in campo per ricordare a tutti i cittadini che l'acqua è un bene comune e non va sprecata mai. Durante i periodi più caldi, però, troppe persone tendono a farne un utilizzo indiscriminato, per questo il Presidente di CAFC Salvatore Benigno raccomanda agli utenti di ricorrere alle accortezze salva-acqua. La domanda di acqua è in continuo aumento e il nostro Paese si colloca fra quelli che usano più acqua di quella disponibile.

Utilizzare meno acqua e in modo più responsabile ed efficiente, questo l'appello anche alla luce dei cambiamenti climatici in atto in cui la distribuzione delle precipitazioni si sta concentrando, quindi a periodi prolungati di siccità si alternano periodi di precipitazioni molto intense, oltre all'aumento della temperatura. CAFC invita i cittadini a riflettere anche sull'impronta idrica: nella nostra vita impieghiamo molta acqua per cucinare, lavarci, bere...e ancora di più viene utilizzata per produrre cibo e oggetti. Imparare a valutare anche l'alimentazione e i beni accessori analizzando l'impronta idrica contribuisce ad un consumo consapevole.

Impronta Idrica: l'impronta idrica di un prodotto (alimento o bene industriale) è il volume di acqua consumata direttamente o indirettamente durante le varie fasi della sua produzione. Ugualmente la nostra impronta idrica è data dalla somma dell'acqua che consumiamo indirettamente attraverso il cibo e gli oggetti che utilizziamo che, a loro volta, hanno richiesto acqua per essere prodotti. Ad esempio, 1 chilo di grano ha un'impronta idrica pari a 1.300 litri, 1 chilo di carne rossa 15 mila 500 litri, 1 chilo di riso 3 mila 400 litri, 1 automobile 400 mila litri...

Che fare per ridurre l'impronta idrica? Il cittadino deve pensare anche al tipo di dieta: quella mediterranea, fondata su fibre, cereali integrali, legumi, semi, ridotto apporto di proteine animali e maggiore apporto di alimenti di origine vegetale, rispecchia sicuramente lo stile di vita più idoneo anche sotto l'aspetto della salvaguardia idrica. Ecco perché risulta decisivo anche valutare in modo critico la dieta alimentare, oltre a pensare ai consumi diretti di acqua negli usi quotidiani e domestici.

Sane abitudini – Non scialacquare; la maggior parte dell'acqua non la beviamo ma la mangiamo: 50 litri sono il livello minimo raccomandato per uso domestico, il consumo idrico per una dieta di 3 mila Kcal è di 70 volte superiore!

Scegli prodotti a basso impatto idrico (la dieta mediterranea consuma meno acqua); bevi l'acqua del rubinetto, controllata, buona e sicura, l'unico vero Km zero, opta per l'agricoltura biologica che tiene meglio l'acqua piovana e il vapore acqueo, non usa la chimica e inquina meno le falde.

Regole salva-acqua: evita di tenere aperto inutilmente il rubinetto (quando ci si lava soprattutto); installa riduttori di flusso su rubinetti e doccia, consumerai il 50 per cento in meno; utilizza flussi differenziati e regolatori di scarico, una famiglia di 4 persone risparmierà fino a 30 mila litri d'acqua all'anno; scegli elettrodomestici di classe A superiore e usali solo a pieno carico (i modelli eco di lavatrici permettono di risparmiare da 50 a 100 litri ad ogni lavaggio e le temperature non troppo alte consentono un uso inferiore sia di acqua sia di energia); ripara i rubinetti, una perdita di 90 gocce al minuto determina lo spreco in un anno di ben 4 mila litri d'acqua; utilizza la doccia e non la vasca (120 litri d'acqua per il bagno contro gli appena 20 litri per la doccia); innaffia le piante di sera (l'acqua evapora più lentamente, se ne spreca meno; se si ha un giardino, meglio installare un impianto di irrigazione a goccia, programmandolo perché entri in funzione di notte); lava l'auto con moderazione, soprattutto in questo periodo estivo (usare un secchio al posto della canna fa risparmiare 130 litri d'acqua, sarà un'operazione più lunga ma si salvaguarda il nostro bene comune); ricicla l'acqua: quella della bollitura, ad esempio, è ottima per lavare i piatti (super-sgrassante grazie agli amidi); usare l'acqua in cui sono state lavate le verdure o l'acqua piovana per annaffiare orto e fiori fa risparmiare circa 6 mila litri l'anno.

(per info, addetto stampa dott.ssa Irene Giurovich 333.6551540)