

06061

06061

# Stammi Bene

*I consigli del medico*



## C'è sempre meno acqua: almeno usiamola bene



di **Francesco Bortoluzzi**,  
gastroenterologo  
Ulss 3  
Serenissima

**Contro la crisi climatica, e quindi per il nostro futuro ahimé prossimo, le mezze misure non sono più una possibilità**

La crisi climatica ormai non è più un'eventualità, ma una certezza: tra le sue multiformi manifestazioni la minore disponibilità di acqua appare sempre più rilevante, come esperienza comune (non piove più...) e mezzi di comunicazione ci ricordano ormai ogni giorno.

L'acqua pulita e sana è fondamentale per la nostra salute: beviamo acqua e mangiamo cibi preparati con l'acqua e – ahimè! – ingeriamo anche i contaminanti presenti, i farmaci o i pfas, le nanoplastiche, e via discorrendo.

Ci sono nel mondo più di 2 miliardi di persone che non hanno accesso all'acqua potabile: questo, da un lato, compromette fortemente il loro stato di salute in termini di malattia e morte, dall'altro genera conflitti. In un orizzonte neanche troppo lontano si profilano guerre per l'oro blu. Purtroppo, come sovente avviene, di fronte a problemi globali, l'atteggiamento che assumiamo è spesso pilatesco: la rogna è gigantesca, che posso fare io poverello? Speriamo che qualche santo provveda...

Invece qualcosa possiamo e dobbiamo fare, piccole ma utili cose che, su larga scala, possono assolutamente fare la differenza. In occasione della recente giornata mondiale dell'acqua, che si è celebrata lo scorso 22 marzo – ormai ci sono giornate mondiali per tutto, ma alcune sono più importanti di altre – l'ISDE Italia, Associazione Medici per l'Ambiente, ha diffuso un decalogo di buoni comportamenti che ognuno di noi potrebbe assumere nei confronti dell'utilizzo

dell'acqua. In altre parti del mondo queste buone pratiche sono esperienze note ormai da anni, noi però siamo cresciuti senza il problema idrico. E allora sarà bene che cominciamo a considerarlo seriamente.

Ecco cosa possiamo fare:

preferite l'acqua di rubinetto (la nota "acqua del sindaco") a quella in bottiglia;

fate la doccia invece che riempire la vasca, chiudete il rubinetto quando vi lavate i denti o vi fate la barba;

riutilizzate l'acqua che usate per lavare le verdure o quella che scolate dalla pasta per innaffiare le piante;

se dovete ristrutturare casa o costruirne una nuova, fate progettare sistemi di raccolta dell'acqua piovana da usare per l'irrigazione e i servizi igienici (parlate con un amico siciliano...);

comprate vestiti solo se necessario: si utilizza molta acqua per produrre e smaltire un tessuto;

riducete l'uso di plastiche, che poi diventano "nano" e inquinano;

contrastate la cementificazione del vostro territorio;

mangiate meno carne – serve tanta acqua per produrla – e più prodotti del territorio;

siate consapevoli della qualità dell'acqua che bevete; pensate sempre che l'acqua è un bene comune, un diritto di tutti, e tale deve restare!

Poche cose semplici, dunque, ma molto importanti: per la crisi climatica, e quindi per il nostro futuro ahimé prossimo, le mezze misure non sono più una possibilità. Meditate, gente, meditate.

in collaborazione con

