



SIN AGUA NO HAY VIDA

El peso del agua en la vida de las
personas más desfavorecidas

Índice

1. Introducción
2. 10 curiosidades del agua que no sabías
3. El día a día de las comunidades sin agua
4. 5 razones por las que el agua es un Derecho Humano Fundamental
5. Enfermedades producidas por el agua
6. Las mujeres y las niñas son las encargadas de las tareas domésticas y de buscar agua
7. Anesvad lucha por el acceso universal al agua



1

Introducción

El agua es un elemento esencial para la vida y el desarrollo. En buenas condiciones, tiene un impacto positivo en la vida de millones de personas, al incidir en cuestiones que afectan a la seguridad alimentaria y energética, la salud humana y el medioambiente. Pero **no todo el mundo tiene acceso en cantidad y calidad a un agua apta para el consumo. Y cuando esto ocurre, el agua mata.**

En un mundo cubierto en sus dos terceras partes por agua, puede parecer un contrasentido mencionar que el difícil acceso a agua potable sea causa de enfermedades y pobreza. **El agua apta para el consumo humano constituye, no obstante, una parte muy pequeña del total.** Y no es igual de accesible para todo el mundo. Muchas comunidades y zonas rurales, especialmente en el África subsahariana, siguen sin tener acceso a agua potable.

A photograph showing an elderly woman with a green headwrap and a colorful patterned shirt washing a young child in a white tub. The child has white soap suds on their face and arms. The woman is sitting on a blue plastic stool. The background is a reddish-brown wall. A large blue circle with the number '2' is overlaid on the left side of the image.

2

10 curiosidades del agua que no sabías

1. No se destruye, se transforma...

El agua es la sustancia más común que se encuentra en la Tierra, y su cantidad apenas ha variado: hay aproximadamente la misma cantidad de agua en la Tierra ahora que hace millones de años. Si analizamos la trayectoria de **una molécula de agua** durante un siglo, veremos que **pasa 98 años en el océano, 20 meses en forma de hielo, alrededor de 2 semanas en lagos y ríos, y menos de una semana suspendida en la atmósfera.**

2. Un tesoro bajo tierra

La corteza terrestre está cubierta en un 70% por agua. Se estima que hay unos 1.235 millones de billones de litros de agua en la Tierra, de los cuales un 3,5% son agua dulce. A su vez, un tercio del agua dulce del planeta se encuentra en reservorios subterráneos.

3. Be water my friend

El agua constituye alrededor del 66% del cuerpo humano; si nos centramos en el cerebro humano, la cifra sube a un 70%; otros organismos están compuestos casi enteramente por agua, como es el caso de las medusas o los pepinos (95%).

4. En aguas internacionales

263 ríos cruzan o demarcan las fronteras políticas internacionales. En los países donde actuamos sin ir más lejos, El río Mono marca la frontera entre Togo y Benín; y el Volta Negro reparte sus orillas entre Costa de Marfil y Ghana.

5. Cuando el río suena...

De media, **se necesitan unos 26.000 litros de agua para cultivar la comida de un día para una familia de cuatro personas.**

6. El reloj de agua: 227 siglos en un día

Cada día, **mujeres y niñas y niños de comunidades empobrecidas de todo el planeta pasan un total de 200 millones de horas caminando para recoger agua para sus familias.** Si empezáramos a contar desde ahora, pasarían 227 siglos hasta cumplir este total de horas acumuladas recogiendo agua.

7. ¿Pesa?

El agua tiene una densidad de 1 kg/l, es decir, **1 litro de agua equivale a 1 kilo de peso.** Las mujeres de lugares empobrecidos que realizan travesías diarias para obtener agua (la media estima unos 6 km por trayecto) cargan con bidones con capacidad de 20 litros.

8. Agua estancada, agua envenenada

En la actualidad, **una de cada tres personas** —alrededor de 2.200 millones— **viven sin acceso a agua potable**. Esta situación es particularmente grave en comunidades empobrecidas, donde el 80% de las enfermedades están relacionadas con aguas insalubres o estancadas. De hecho, el agua sucia mata a 200 niños y niñas cada hora por enfermedades evitables como la diarrea.

9. Salvavidas H2O

¿Qué ganamos proporcionando agua salubre en contextos empobrecidos? Según la ONU, el hecho de **contar con sistemas de saneamiento y abastecimiento de agua resilientes al clima podría salvar la vida de más de 360.000 niños cada año**. Por ello, acciones como construir y mantener pozos sostenibles pueden ser cruciales para garantizar la salud de una comunidad. Un tercio del agua dulce se encuentra bajo el suelo, ¿recuerdas?

10. ¿Cómo está el agua en tu país?

Comparemos. En España, el 98% de la población tiene acceso a un servicio de agua potable seguro. **En Costa de Marfil en cambio esta cifra cae a un 37%, y en Ghana a un 36%**.

La práctica totalidad de la población española tiene acceso a una instalación básica de lavado de manos. En Togo y Benín solamente una de cada diez personas tiene este “privilegio”.

Puedes comprobar las desigualdades sobre el acceso y disfrute al agua salubre alrededor del mundo en [este portal temático](#).





3

El día a día de las comunidades sin agua

Los habitantes en África subsahariana consumen este líquido en mal estado, se lavan y cocinan con agua estancada o que circula por lagunas, pozas y pequeños riachuelos, a menudo contaminados. En consecuencia, **sufren enfermedades transmitidas por el medio hídrico, que son prevenibles**. Diarreas que aquí se curan fácilmente, matan a niños y niñas menores de cinco años en comunidades rurales ghanesas.

Quienes carecen de agua apta para el consumo, **unas 663 millones de personas en todo el mundo**, suelen carecer también de higiene y saneamiento. Tienen que defecar al aire libre, contaminando estos residuos el medio hídrico del que se abastecen y favoreciendo todo ello la proliferación de vectores -mosquitos, insectos, etc.- que transmiten enfermedades como el tracoma o la malaria.

No suelen tener centros de salud ni personal médico cerca, tampoco un transporte público que les facilite el desplazamiento o la movilidad. Se ven postergadas del progreso global alcanzado en los últimos años.

El agua, la higiene y el saneamiento son determinantes sociales de la salud. Están estrechamente ligados con la salud materno-infantil y las Enfermedades Tropicales Desatendidas como la úlcera de Buruli.

En Onwi por ejemplo, una pequeña comunidad del Distrito ghanés de Upper Denkyra East, es difícil encontrar agua. **El único pozo que había, quedó inutilizado hace más de tres años.** Desde entonces, los **850 habitantes** de esta comunidad eminentemente rural que conecta con la capital a través de una pista de tierra roja que se hace intransitable en época de lluvias, **se abastecen del agua que circula por un riachuelo.** De ahí beben o se abastecen de agua las familias, para la higiene personal y la cocina.

Pero no es un agua apta para el consumo. En consecuencia, solo **en 2015 se dieron 253 diarreas agudas, 96 infecciones por hongos y muchas otras afecciones cutáneas**, afectando principalmente a niños y niñas menores de cinco años, el eslabón más débil de la cadena humana, y provocando la muerte de uno de ellos a causa de una diarrea aguda. Algo prácticamente impensable en el mundo desarrollado en el que nosotros/as vivimos. Onwi, sin embargo, está lejos de España.

No tiene colegio ni centro de salud. Tampoco corriente eléctrica. Representa a muchas comunidades o zonas rurales del mundo en las que a pesar de los progresos globales, los avances en materia de agua, higiene y saneamiento, aún no han llegado, marcando esta diferencia, una fatal discriminación.



“El agua es uno de los determinantes básicos de la salud y las diarreas agudas son una de las principales causas de muerte en menores de cinco años. Suelen estar ligadas al consumo de agua inapropiada”, explican desde el área de cooperación internacional de Anesvad.

“En muchas comunidades rurales de África, en temporada de sequía, las poblaciones no tienen más remedio que beber agua de charcos o de arroyos, de donde bebe el ganado”, concluyen. No es extraño, entonces, encontrar a niños y niñas con diarrea, que se deshidratan y pierden el apetito **-la diarrea es la tercera causa de muerte en menores de cinco años. Cada día mueren 1.000 niños/as por esta causa-**.

El agua, la higiene y el saneamiento son determinantes sociales de la salud. Están estrechamente ligados con la salud materno-infantil y las Enfermedades Tropicales Desatendidas como la úlcera de Buruli.



4

5 razones por las que el agua es un Derecho Humano Fundamental

El acceso al agua y al saneamiento están [reconocidos por las Naciones Unidas](#) como derechos humanos fundamentales, ya que son elementos indispensables en la vida de toda persona. Pero en muchas comunidades empobrecidas se sigue vulnerando. Reflexionamos sobre las 5 razones o factores clave que hacen del derecho al agua un derecho fundamental.

1. ¿Hay suficiente agua para todas las personas?

La disponibilidad es un factor importante del derecho al agua, ya que se debe garantizar el disfrute de este bien para todas las personas. En el mundo hay suficiente agua para satisfacer estas necesidades, pero los problemas

surgen en su distribución equitativa. De media, el **consumo global de agua en los hogares es inferior al 10% del uso total que, en su mayoría, copan la agricultura y la industria**. Se calcula que unos 2.300 millones de personas viven en lugares donde la disponibilidad de agua está amenazada.

2. ¿Cuánta agua es suficiente para una persona al día?

Según datos de la ONU, el **acceso óptimo se establece en un promedio de 100 litros por persona para consumo e higiene**. Por desgracia, en muchos países no llegan a un acceso básico, es decir, a 20 litros por persona al día, lo cual puede tener consecuencias para la salud de estas personas. Para asegurar la realización del derecho al agua **los estados deberían suministrar al menos 50 litros de agua per cápita al día**.

3. ¿Y la calidad?

El agua ha de poder utilizarse de **forma segura para consumir y mantener la higiene**. Por ello es importante que todo el mundo disponga de instalaciones de agua (depósitos, pozos, etc.) y saneamiento (fosas, letrinas, lavaderos, etc.) de proximidad. La falta de estas infraestructuras puede llevar a muchas personas a [consumir aguas insalubres que deriven en enfermedades como las ETD](#).

4. La accesibilidad

Toda persona tiene derecho a un **servicio de agua y saneamiento físicamente accesible**, es decir, que esté cerca o en su hogar, centro educativo o de salud o lugar de trabajo. A modo orientativo, se establece que estas fuentes de agua y saneamiento deben estar a menos de un kilómetro de distancia o 20 minutos de recorrido. Según la ONU, todavía hoy el **29% de la población mundial no dispone de un acceso seguro** a estos servicios.

5. ¿Quién garantiza el acceso al agua?

Si bien los estados no están obligados a dar acceso a puntos de agua y saneamiento de forma gratuita, el derecho al agua establece que **estos servicios deben ser lo suficientemente asequibles** para que las personas no tengan que elegir entre el agua y otros derechos como la alimentación, la educación, la vivienda o la salud.

El **acceso al agua**
y al **saneamiento**
están reconocidos
por las Naciones
Unidas como
derechos humanos
fundamentales, ya
que son elementos
indispensables
en la vida de
toda persona.



5

Enfermedades producidas por el agua

Entre el abanico de enfermedades que tienen su origen en el medio hídrico se encuentran, también, **el cólera y la disentería**. Otras sin embargo, no son tan populares. **La úlcera de Buruli**, por ejemplo, una Enfermedad Tropical Desatendida (ETD) que es endémica en esta zona de África y se desconoce en Occidente, se cree que tiene también su origen en el medio hídrico.

De ella se detectan al año cerca de 5.000 nuevos casos, y aunque en fases iniciales es fácilmente curable, si no se detecta a tiempo, **puede derivar en discapacidades y deformidades** -el 25% de los casos que no se detectan a tiempo acaban así- que permanecen de por vida, limitando con ello el progreso económico de las familias y el pleno desarrollo de las personas afectadas, en su mayoría, menores de 15 años.

De hecho, **se estima que el 80% de las enfermedades en países en desarrollo las provoca el agua, la higiene y el saneamiento inadecuado**. “Quienes no se lavan las manos con agua y jabón tienen un riesgo tres veces superior a contraer parásitos y otras afecciones a quienes sí lo hacen”, explica en este sentido Gabriel Díez, Responsable de Incidencia Política y Relaciones Externas, otros dos países del Golfo de Guinea en los que también intervenimos.

La reflexión no es baladí. La higiene y el saneamiento están estrechamente ligados a la disponibilidad de agua segura. **Con ello se podrían evitar 842.000 muertes al año**. El agua limpia, la higiene y el saneamiento son, además, “elementos fundamentales para gestionar las infecciones, las heridas y los cuidados” de personas enfermas, añade Díez, quien atesora una larga experiencia en la implementación de proyectos que focalizan en la salud materno-infantil y las ETD como la úlcera de Buruli.

La higiene y el saneamiento están estrechamente ligados a la disponibilidad de agua segura. Con ello se podrían evitar 842.000 muertes al año.



6

Mujer acarreando agua a su comunidad Nsuablasu. Ghana

Las mujeres y las niñas son las encargadas de las tareas domésticas y de buscar agua

En todo el mundo, **alrededor de 3 de cada 10 personas, o 2.100 millones de personas, carecen de acceso a agua potable, y 6 de cada 10, o 4.500 millones, carecen de un saneamiento seguro**, según un nuevo informe de la Organización Mundial de la Salud (OMS). En África subsahariana, dos de cada cinco personas carecen de acceso a agua potable; es decir, 325 millones.

Cuando el agua no está en el lugar donde se vive y es preciso buscarla, **son las mujeres y las niñas quienes lo están pagando con su tiempo y con su pérdida de oportunidades**. El tiempo que dedican en ir en busca de agua impide a algunas niñas asistir a la escuela y reduce las posibilidades de que las mujeres ejerzan actividades generadoras de ingresos.

En África subsahariana, un viaje de ida y vuelta para recolectar agua lleva 33 minutos como promedio en las zonas rurales. **Sería como si una mujer dedicase más de 4 años de su vida exclusivamente en ir a por agua.** Piensa en todo lo que una vida puede hacer en 4 años. Imagina todo lo que podrían haber logrado estas mujeres y niñas.

Todavía en el siglo XXI, **las mujeres y las niñas acarrear el agua** y muchos otros productos **sobre sus cabezas, lo que les provoca dolores de cuello y dolencias crónicas**, entre otros problemas de salud.

Además de perder horas de vida en el proceso, salir a recoger agua en ciertas zonas inseguras, conlleva el riesgo de ser víctimas de violencia y ataques. Solamente en África, las mujeres caminan 40.000 millones de horas todos los años para abastecerse de agua.

La violencia sexual contra las mujeres es un importante problema de salud pública y de derechos humanos

Las largas caminatas en busca de agua, exponen a las mujeres al peligro de ser agredidas o violadas en los trayectos. La falta de letrinas obliga a las mujeres algunas veces, a esperar la puesta del sol para poder defecar, y la dilación puede causar graves enfermedades además de exponerlas aún más a abusos sexuales.

Cuando los hogares no tienen una instalación de baños y retretes, las mujeres y las niñas son las más vulnerables. Cuando usan las instalaciones comunes, o cuando se ven obligadas a defecar al aire libre, se exponen al acoso y a la violencia sexual y sexista. Igualmente, se arriesgan a perder la honra, la dignidad y contraer enfermedades.

El correcto abastecimiento de agua potable previene enfermedades y situaciones de vulnerabilidad hacia las mujeres

La construcción de infraestructuras de agua resulta un elemento clave para prevenir o contener la propagación de enfermedades, como las enfermedades olvidadas de la piel: úlcera de Buruli, pian o lepra. El saneamiento deficiente y el agua contaminada también están relacionados con la transmisión de enfermedades como el cólera, la disentería, la hepatitis A y la fiebre tifoidea.

De hecho, cuando los miembros de una familia enferman a causa de la falta de agua potable y de baños y retretes, **las mujeres deben organizarse para**

cuidar a la persona enferma, para atender a los demás miembros del hogar y para hacer los trabajos domésticos.

En África, el 90% del trabajo de recolección de agua y madera para el hogar y para la preparación de la comida **es realizado por mujeres**. Si una mujer tuviese acceso a una fuente de agua potable cerca de su hogar, podría reducir drásticamente la carga de trabajo, y dedicar su tiempo a otras actividades económicas.

Las mujeres invierten el 26% de su tiempo únicamente en recoger agua. Una fuente pública y una sencilla canalización son vitales en muchos lugares, especialmente para ellas. Cuando las hay, son motor de desarrollo y favorecen además la educación, pues los pequeños no tienen que dedicar gran parte del día a ir justo a sus madres a buscar este recurso.

Sin embargo, **cuando las escuelas no disponen de baños limpios y seguros, la tasa de asistencia escolar de las niñas disminuye**, sobre todo cuando llegan a la pubertad. Las niñas faltan entonces varios días al mes a las clases por culpa de la regla, y acaban abandonando la escuela.

En las zonas rurales de Benín, solo el 22% de los hogares disponen de un grifo de agua potable en su domicilio, y el 69% de los hogares no tienen ninguna instalación de baños y retretes.



Madre e hijo en el centro de salud de Pakro. Ghana

En todo el mundo, **alrededor de 3 de cada 10 personas, o 2.100 millones de personas, carecen de acceso a agua potable**, y 6 de cada 10, o 4.500 millones, carecen de un saneamiento seguro, según un nuevo informe de la Organización Mundial de la Salud (OMS).



7

Anesvad lucha por el acceso universal al agua

Desde Anesvad queremos poner el foco en este tema, tan relevante para la vida de millones de seres humanos en el mundo. Las enfermedades que tratamos están relacionadas con este tipo de aguas y, aunque no causen mortalidad, afectan sobre todo a niñas y niños, incapacitando su desarrollo y su futuro. Por eso también desarrollamos proyectos de abastecimiento de agua potable.

Mejorar el abastecimiento de agua potable

Muchas de las intervenciones de Anesvad incluyen también un componente relacionado con el acceso a agua limpia. Además, este tipo de proyectos resulta esencial para garantizar que las personas que viven en regiones rurales puedan acceder al agua potable y las letrinas sin arriesgar su vida, lo que al final redunda en un menor riesgo para su salud física y mental.

El aumento del número de personas con acceso a un saneamiento mejorado, combinado con la administración de medicamentos, forma parte de las cinco estrategias mundiales de salud pública para **controlar y eliminar Enfermedades Tropicales Desatendidas (ETD)** que provocan gran sufrimiento a millones de personas en el mundo.

Si bien las intervenciones en materia de agua, saneamiento e higiene no son el trabajo central de Anesvad, a menudo esta línea de actuación resulta un elemento clave para prevenir las ETD. Por eso, muchas de las intervenciones de la organización incluyen también un componente relacionado con el acceso a agua potable segura, el saneamiento y la higiene.

Las ETD se incluyen en la meta 3.3 de los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS): “Para 2030, poner fin a las epidemias del SIDA, la tuberculosis, la malaria y las enfermedades tropicales desatendidas y combatir la hepatitis, las enfermedades transmitidas por el agua y otras enfermedades transmisibles (15).”



La **estrategia WASH** (Water, Sanitation and Hygiene, por sus siglas en inglés) es una estrategia global impulsada por organismos internacionales, gobiernos, organizaciones y sociedad civil para garantizar el acceso universal, asequible y sostenible al agua, higiene y saneamiento. Esta estrategia, alineada con el Objetivo de Desarrollo Sostenible 6 (ODS6), aborda problemáticas complejas como la gestión del agua, los vertidos, el abastecimiento y la explotación de los recursos hídricos y el acceso a servicios básicos de saneamiento e higiene para el año 2030.

La consecución del acceso universal requiere focalizarse en las poblaciones más empobrecidas y más difíciles de alcanzar. Estos son, a menudo, los grupos más afectados por las ETD.

Por lo tanto, el progreso o la falta de progreso en ciertas ETD pueden servir como sustituto de la equidad y de la efectiva focalización de los programas de WASH. La estrategia también contribuye a los esfuerzos globales para fortalecer los sistemas de salud, lograr la cobertura sanitaria universal, abordar los determinantes sociales de la salud y garantizar el acceso equitativo a los recursos y servicios que sustentan el desarrollo humano.

El aumento del número de personas con acceso a un saneamiento mejorado, combinado con la administración de medicamentos, forma parte de las cinco estrategias mundiales de salud pública para controlar y eliminar Enfermedades Tropicales Desatendidas (ETD)

Jabones, pozos y letrinas para la salud

Dado que el agua insalubre y las malas condiciones higiénico-sanitarias están en el origen de los más importantes problemas de salud, desde Anesvad intensificamos nuestro trabajo en Onwi como un componente transversal de todas nuestras intervenciones. En esta región, **trabajamos en la construcción de ese pozo de agua que quedó inutilizado hace más de tres años**. Con ello esperamos reducir la incidencia de enfermedades diarreicas y las afecciones cutáneas, principalmente entre mujeres embarazadas y menores de cinco años, los grupos de población más vulnerables.

Simultáneamente, desplegamos un proyecto de desarrollo con el que pretendemos **mejorar el acceso a la salud de ésta y otras 112 comunidades del Distrito de Upper Denkyra East**.

En este mismo país, a unas siete horas de distancia de Upper Denkyra, estamos poniendo en marcha en **Akatsi una iniciativa novedosa que consiste en la capacitación de mujeres para la fabricación y la comercialización de jabón líquido y sólido**. Una medida necesaria en esta zona en la que solo hay un médico para cada 70.000 habitantes y apenas hay agua, luz ni medicamentos, para atender a las personas enfermas. De hecho, **al año mueren aquí 350 recién nacidos por cada 100.000 nacidos vivos**, a consecuencia de un parto poco seguro que la mayoría de las veces se da en chabolas.



La distancia es aquí una gran barrera para acceder a los centros de salud.

Supone el desembolso de una cantidad económica que las familias no tienen. Generar ingresos a través de la comercialización de jabones es, en este sentido, una ayuda más. Permite a las mujeres generar ingresos para atender a sus familias. “Me he aventurado a fabricar jabón para cuidar de mi familia”, explica Enyonam Togbor, del grupo de mujeres de Lornuffa, quien se muestra muy contenta porque “la demanda va subiendo”.

Esta misma actividad de fabricar jabones para uso doméstico, sanitario y escolar, se desarrolla también en el vecino país de Benín. En concreto, se lleva a cabo en Sèdjè-Dénou y en Ahomadégbe. **Aquí han sido formadas ya más de 300 mujeres en la fabricación de un tipo de jabón que se emplea para el lavado de manos y el aseo personal.**

Una actividad que se completa con hábitos saludables como el lavado de manos y la higiene personal, no solo en los hogares, sino también en las escuelas. “Es muy bueno contar con jabón, ya que permite que los niños y las niñas se laven las manos y limpien los cubos de agua”, dice Jacques Aholou, director de la escuela de primaria de Adjaïgbonou. “Habituar a los niños y las niñas a usar jabón permite evitar enfermedades y desarrollar hábitos saludables sobre la higiene”, sigue Aholou, mientras reconoce que este proyecto que incluye también la atención sanitaria, la construcción de letrinas, puntos de agua y lavaderos de manos, ha conseguido dar solución a “infecciones que se han detectado mediante muestras de sangre y heces”, no realizadas al aire libre.

Un dato bien importante, ya que aún hoy, **946 millones de personas tienen que defecar al aire libre**, siendo ésta una de las principales fuentes de contaminación del suelo y el agua por el cual luego se contrae diarrea. Con esta disponibilidad de letrinas conseguimos “prevenir enfermedades infectocontagiosas y mejorar los indicadores socio-sanitarios”, añade Díez. De hecho, según nos comenta Richard Houndjetin, profesor de la escuela pública primaria de Adjaïgbonou, “el absentismo y el abandono escolar han bajado” gracias a este proyecto de agua, higiene y saneamiento.

