

Los 5 beneficios de utilizar un purificador de agua según Setasa

El agua que sale del grifo, ¿es agua o contiene algo más? Descubrir por qué hay que deshacerse de las impurezas en el agua de casa

Más del 70% del cuerpo humano está formado por agua, por eso para que funcione correctamente hay que beber agua a diario, preferiblemente entre 1,5 litros y 2 litros.

Pero, ¿el agua que sale de grifo sólo es H₂O? Rotundamente, no. El agua que sale del grifo, aunque potable, viene acompañada de otras muchas sustancias, algunas poco saludables.

Lo que contiene un vaso de agua del grifo

Hay que partir del hecho de que el agua del grifo es potable, es decir, cumple con la normativa Real Decreto 140/2003, de 7 de febrero, por lo que se puede consumir sin que exista peligro para la salud.

Para conseguir esa potabilización del agua, ésta pasa por diferentes fases en las plantas de tratamiento de aguas, garantizando así el cumplimiento de la normativa.

Gracias a este proceso, se eliminan muchísimos elementos nocivos para la salud, aun así si se analiza el agua del grifo se pueden encontrar algunos de estos elementos, en mayor o menor medida dependiendo de la zona geográfica.

Algunas de estas sustancias son:

Cloro: es el desinfectante más utilizado del mundo por su bajo coste y por su efectividad eliminando gérmenes, bacterias, parásitos o virus. Como buen desinfectante que es, puede afectar negativamente a la flora intestinal (bacterias buenas que viven en el sistema digestivo), disminuyendo así el poder del sistema inmunológico.

Metales pesados: como el plomo, cobre, zinc, hierro, flúor e incluso arsénico. Las plantas potabilizadoras tienen que controlar la concentración de estas sustancias para que no resulten nocivas, otra cosa es que algunas de estas sustancias se van añadiendo al agua a través de la red de distribución. Por ejemplo, cuando el agua pasa por tuberías y uniones viejas.

Restos de pesticidas y fertilizantes: se utilizan en agricultura. Los restos de estos productos químicos acaban llegando a los ríos y lagos y pueden acabar en el grifo de casa en pequeñas proporciones.

Cal: suele ser una concentración de sales de calcio y magnesio. Cuando la cal está compuesta sólo de calcio y de magnesio no es perjudicial para el cuerpo. El problema viene cuando se le unen otras sustancias como metales pesados y/o pequeñas partículas de cemento.

La cal además es muy dañina para las tuberías, electrodomésticos y resistencias ya que sus incrustaciones corroen las tuberías, sobre todo las metálicas. En poco tiempo se generan recovecos donde pueden anidar algunas bacterias como la legionella que son perjudiciales para la salud.

¿Es mejor beber agua embotellada?

Un estudio realizado en el año 2013 por la OCU (Organización de Consumidores y Usuarios) llegó a la conclusión de que la calidad del agua embotellada no era mucho mejor que la presentada por el agua del grifo, a excepción de las poblaciones donde el agua del grifo no es de calidad.

Al final, optar por un tipo de agua u otro dependerá más de los gustos del consumidor que de en qué medida afecta a la salud.

¿Qué opciones hay para beber agua más pura?

Una buena opción para beber agua más pura es utilizar un purificador de agua, el cual es un aparato que, utilizando diferentes tecnologías, elimina del agua todas las impurezas (se han nombrado antes) que pudiera tener.

Existen varios tipos de purificadores de agua. Los más complejos implican realizar instalaciones en todo el hogar; los más sencillos son simples recipientes con filtro. Todos los tipos sirven para lo mismo aunque a diferentes niveles: mejorar el sabor del agua y velar por la salud.

Beneficios de utilizar un purificador de agua

Entre los beneficios más destacados de usar un purificador de agua están:

Beber agua pura con independencia de la calidad del agua de la zona donde se resida.

Reducir el riesgo de enfermedades: aumenta la seguridad y disminuye el riesgo de sufrir enfermedades o infecciones debido a la ingesta de agua "contaminada".

Ahorrar dinero: a medio plazo usar un purificador de agua sale más barato que comprar agua embotellada. Es cierto que hay que hacer una inversión inicial para comprar el aparato y que algunos de sus componentes como los filtros tendrán que ser reemplazados con el uso. Aun así la relación calidad-precio es mayor.

Mejora el sabor del agua: definitivamente, el agua no es insípida y el sabor del agua pura nada tiene que ver con el sabor del agua con cloro.

Colaborar con el medio ambiente: usar purificadores de agua reduce la producción de envases plásticos que, aunque son reciclables, mucha gente no los recicla y acaban como desechos en cualquier sitio.

Lo más importante para disfrutar de todos estos beneficios es mantener el purificador en perfecto estado, lo que implica principalmente la revisión y el cambio de filtros. Si no se realiza un correcto mantenimiento, el purificador puede acumular suciedad y bacterias, consiguiendo el objetivo contrario al que se pretende. Se calcula que un filtro sucio podría provocar la existencia de hasta 2.000 bacterias más que en un agua que no haya pasado por el purificador.

Datos de contacto:

Ana Mallo

Nota de prensa publicada en: [Madrid](#)

Categorías: [Nutrición Madrid Consumo](#)

NotasdePrensa

<https://www.notasdeprensa.es>