

## L'ORO BLU

RISORSA TALVOLTA TRASCURATA

Continui e imponenti investimenti per garantire un elevato standard dell'acqua che arriva nei rubinetti

Sui potabilizzatori operazioni per decine di milioni di euro, tra l'altro per nuove stazioni di filtrazioni a carbone attivo

# D'estate rubinetti aperti a volontà: l'acqua fa bene

## Bisogna berne tre litri al giorno per fronteggiare qualsiasi caldo

**L'**acqua porta benessere. Non c'è bevanda che possa sostituirla. Tutti sanno che per combattere il caldo è necessario bere per recuperare i liquidi che si perdono a causa dell'eccessiva sudorazione a cui si è sottoposti in estate. Con l'arrivo della stagione calda è importante seguire una dieta equilibrata, leggera e ricca di cibi idratanti. La quantità di acqua da assumere quotidianamente per affrontare nel modo migliore la calura estiva è di circa 3 litri, un litro in più della minima dose consigliata nel resto dell'anno che purtroppo molti neppure rispettano.

Secondo i dati raccolti su un campione di più di 7mila persone, la popolazione italiana introduce attraverso gli alimenti, circa 1,2 litri di acqua al giorno, gli uomini

(1,263 ml) più delle donne (1,061 ml). Quindi, se durante l'inverno, il numero di bicchieri d'acqua è tra i 6 e gli 8, in estate questi dovrebbero salire a circa 10/12.

È importante bere molta acqua, in quanto, l'organismo soltanto respirando, perde fisiologicamente, quasi mezzo litro di liquidi nell'arco di 24 ore. I benefici per chi beve molta acqua sono molteplici e d'altronde essendo fatti per circa il 70% di acqua non potrebbe essere altrimenti.

Notevoli sono i vantaggi per la pelle, nello specifico bere 2,5 litri d'acqua al giorno dona ad essa un aspetto più giovane, inspessisce il derma e fa sì che risponda meglio ad eventuali cure estetiche contro le rughe.

E non si tratta solo di bere acqua minerale in bottiglia. L'oro blu è puro e limpido anche dal rubinet-

to di casa. Sempre più persone preferiscono utilizzare l'acqua del rubinetto non solo perché più economica, ma anche per il rispetto dell'ambiente. Si risparmiano una miriade di bottiglie pet e la benzina per il trasporto.

Quella delle case dei pugliesi, in particolare, è particolarmente buona, sicura e gradevole. L'Acquedotto Pugliese ha effettuato e continua ad effettuare imponenti investimenti per garantire un elevato standard dell'acqua. Sui potabilizzatori sono in corso operazioni per decine di milioni di euro, tra l'altro con l'installazione di ulteriori stazioni di filtrazioni a carbone attivo, per renderli ancora più efficienti.

Di recente è stato varato il nuovo laboratorio centrale di controllo delle acque a Bari nella sede di San Cataldo e sono stati rinnovati

quelli periferici. Altri benefici derivano dall'installazione dell'innovativo sistema di telecontrollo delle reti, il sistema che consente monitoraggio in remoto del flusso e verifica dei parametri real-time.

La purezza dell'acqua è garantita da 250.000 controlli annui e dagli oltre 3.000 sensori dislocati su tutta la rete. Si prelevano campioni dalle sorgenti, dagli invasi, dai pozzi, dalle fontanelle pubbliche che successivamente sono monitorati nei 6 laboratori centrali e periferici di tutta la regione, e in quelli negli impianti di potabilizzazione.

È bene tener presente che l'acqua che proviene dagli acquedotti proviene soprattutto dalle falde, dagli strati più profondi della terra ed è di ottima qualità.



**BUONA SALUTE** Per conservarla a lungo occorre bere due (in estate tre) litri d'acqua al giorno



Peso: 45%