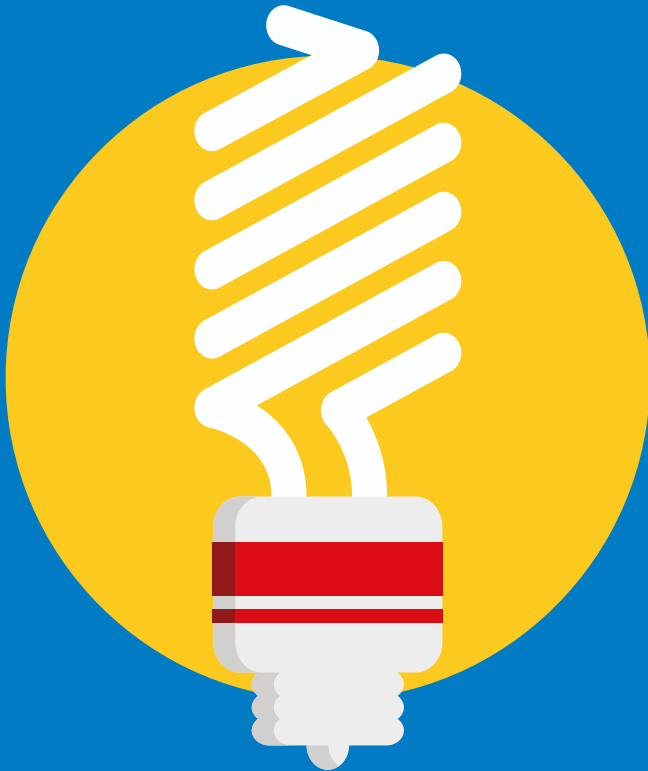


Ahorra energía

Pequeños trucos para reducir el consumo energético en tu hogar



¿Sabía usted que...?

Las familias españolas representan cerca del 34% del consumo total de energía final, que se distribuye entre un 18,7% imputable a los usos energéticos de la vivienda y un 15% al uso del vehículo privado. Un hogar medio en España consume algo más de 4.000 kWh al año de electricidad.



REPARTO DEL CONSUMO ELÉCTRICO DOMÉSTICO

Estructura de consumo eléctrico (%)

Usos finales

CALEFACCIÓN	7,4%
AGUA CALIENTE	7,5%
COCINA	9,3%
AIRE ACONDICIONADO	2,3%
ILUMINACIÓN	11,7%
ELECTRODOMÉSTICOS	61,8%
Frigoríficos	18,9%
Congeladores	3,7%
Lavadoras	7,3%
Lavavajillas	3,7%
Secadoras	2,1%
Hornos	5,1%
Televisiones	7,5%
Ordenadores	4,6%
Stand-by	6,6%
Otro equipamiento	2,2%

CONSUMO TOTAL

100%

Orientación y aislamiento de la vivienda

- La compra de una vivienda es una de las mayores inversiones que hacemos a lo largo de nuestra vida. Por este motivo, cuando decidamos comprar una casa, además de considerar factores tan importantes como el precio, el tamaño y la ubicación, los acabados, las calidades de ciertos materiales, los equipamientos, etc., debemos prestar atención a la **“calidad energética” de la vivienda**. Esta calidad se reconoce de acuerdo a la **certificación energética** de los edificios, que es un proceso que califica la eficiencia energética de los mismos con una escala de siete letras que determina su consumo (KWh) y emisiones anual por m² con una escala que va de la A (más eficiente) a la G (menos eficiente).
- Todos los edificios o viviendas en proceso de venta o alquiler deben estar calificados energéticamente e inscritos en el registro de certificado de eficiencia energética de la comunidad autónoma y los vendedores tienen obligación de proporcionársela a los futuros compradores. Consejo en proceso de compra: **exija la información energética a su vendedor** para valorar el consumo y comparar el consumo energético de la futura vivienda. Veamos algunos consejos para mejorar la calidad energética de nuestra vivienda:



“[...] cuando decidamos comprar una casa, además de considerar factores tan importantes como el precio, el tamaño y la ubicación, los acabados, las calidades de ciertos materiales, los equipamientos, etc., debemos prestar atención a la “calidad energética” de la vivienda”.

- Es interesante conseguir la **orientación al sur de las estancias más utilizadas** (comedor, sala de estar, etc.) y la orientación al norte de aquellas que no necesiten excesivas condiciones de confort (servicios, cocina, etc.)
- Una vivienda mal aislada necesita más energía (en invierno se enfría rápidamente y en verano se calienta más y en menos tiempo). **Pequeñas mejoras en el aislamiento pueden conllevar ahorros energéticos y económicos de hasta un 30%** en calefacción y aire acondicionado
- Un **buen aislamiento de los muros** que separan viviendas contiguas, además de disminuir el ruido, evita pérdidas de calor.
- En el caso de las ventanas, la medida más eficiente es instalar la **doble ventana** (o, al menos, el doble acristalamiento), ya que reduce prácticamente a la mitad la pérdida de calor con respecto al cristal sencillo.
- Procure que los **cajetines de las persianas** no tengan rendijas y estén **convenientemente aislados**.
- Si tiene **chimenea, cierre el tiro** de la misma cuando no la esté usando.

Los electrodomésticos

El **etiquetado energético** es un sistema que permite a los consumidores conocer la eficiencia energética de los productos que utiliza. La etiqueta energética, utilizada en electrodomésticos, equipos de alumbrado y turismos, nos informa sobre sus consumos, rendimientos, capacidades, ruidos, etc. Estas etiquetas nos pueden servir de mucha ayuda a la hora de decidirnos entre un modelo u otro. Muchas veces el precio de un aparato puede no ser tan importante como los consumos que realizará durante su vida útil, pues el bajo consumo puede amortizar en poco tiempo el mayor precio que suele estar asociado a los aparatos más eficientes.

Existen **7 clases energéticas** que van de la letra A (más eficiente) a la letra G (menos eficiente) en función de los consumos eléctricos.

1 El frigorífico

- Coloque el frigorífico **lejos de las fuentes de calor** (hornos, radiadores) y de la radiación solar directa.
- Mantenga la **parte trasera del frigorífico limpia y ventilada**, ya que en malas condiciones consumen hasta un 15% más.
- Compruebe que las gomas de las puertas permiten **un buen cierre hermético**, evitará así pérdidas de frío.
- **No sobrecargue** demasiado el frigorífico, dificulta las corrientes de aire frío y, por lo tanto, el enfriamiento adecuado de los alimentos.
- **No abra la puerta del frigorífico inútilmente** y piense lo que va a coger de su interior antes de abrirla. Unos segundos bastan para perder buena parte del frío acumulado.
- **No introduzca alimentos calientes**, aumenta considerablemente el consumo. Si los deja enfriar fuera, ahorrará energía.
- **Descongele los alimentos en el compartimento de refrigerados** en lugar de hacerlo en el exterior, de este modo tendrá ganancias gratuitas de frío.
- **Ajuste el termostato para mantener una temperatura de 6 °C en el compartimento de refrigeración y de -18 °C en el de congelación**. Cada grado que reduzca la temperatura aumentará innecesariamente un 5% el consumo de energía del aparato

Frigorífico Consumo anual



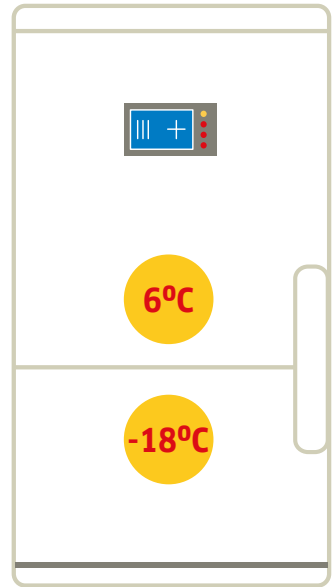
Ahorro anual de A+++

16,32€

Respecto a
A+

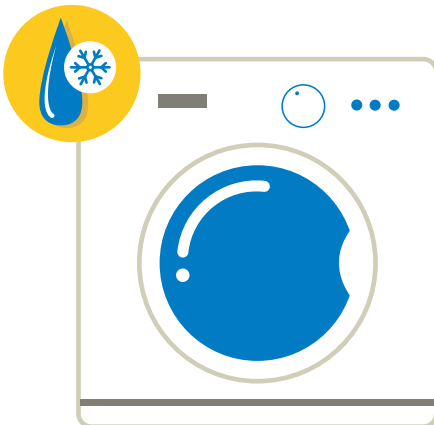
55,76€

Respecto a
B



2 La lavadora

- El 80% de la energía que consume la lavadora se utiliza para calentar el agua, por lo que **es importante lavar**, siempre que se pueda, **con agua fría o programas de baja temperatura** (usar el programa de 60 °C en lugar del de 90 °C reduce el gasto energético a la mitad).
- Utilice su lavadora a **plena carga** y en los **programas económicos**.
- La secadora es un gran consumidor de energía. Aun así, si usa la secadora, **centrifugue previamente la colada**, gastará mucha menos energía.
- Limpie regularmente el filtro de la lavadora**, funcionará mejor y ahorrará energía.



Lavadora Consumo anual



Ahorro anual de A+++

9,18€

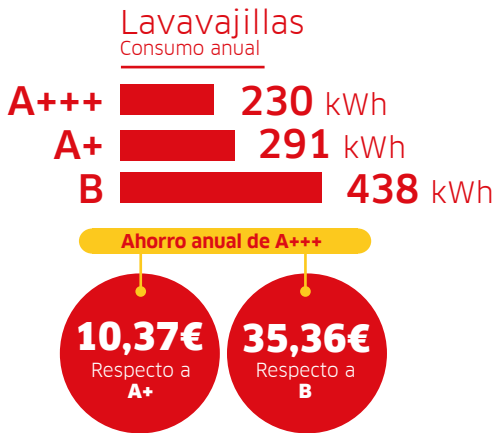
Respecto a
A+

24,31€

Respecto a
B

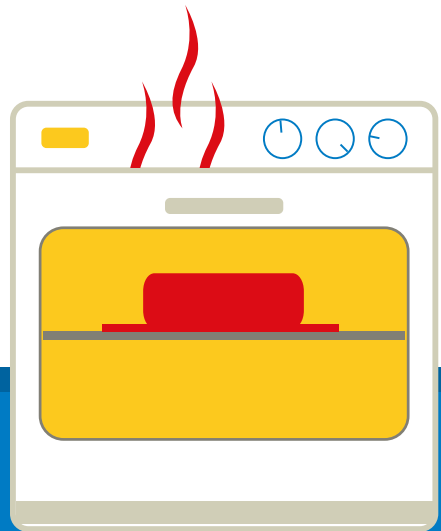
3 El lavavajillas

- Procure usar el lavavajillas. **Lavar a mano con agua caliente puede resultar hasta un 60% más caro** que hacerlo con un lavaplatos moderno a plena carga, además de su esfuerzo y el ahorro de agua.
- **Elija un modelo con varias posibilidades de lavado** y que incluya la opción de ciclo frío y económico. Use estos programas para vajillas poco sucias y deje el ciclo intensivo sólo para cuando la vajilla esté muy sucia.
- Si aclara la vajilla antes de meterla en el lavavajillas utilice **agua fría**.



-25 °C

Recuerda no abrir el horno demasiado. Cada vez que lo haces baja la temperatura **25 grados**

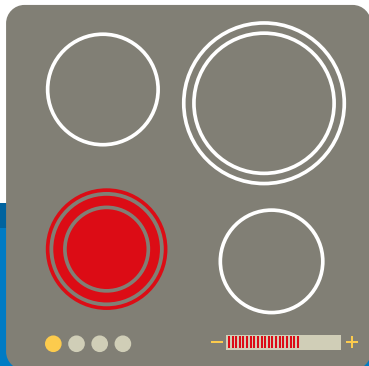
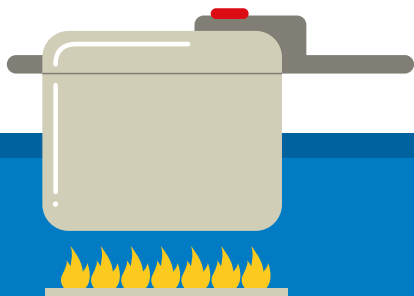


4 La cocina y el horno

- Procure que **la llama de su cocina no sobrepase la base de los recipientes**.
- **Tape las cacerolas** y conseguirá una cocción más rápida y de menor consumo.
- **Utilice la olla a presión**, a ser posible la súper rápida, consume menos energía y ahorra mucho tiempo.
- **No mantenga el fuego al máximo** cuando los alimentos estén hirviendo, ya que se produce un gasto innecesario de energía.
- **En la placa vitrocerámica o eléctrica aproveche el calor residual** apagándola unos minutos antes de terminar de cocinar.
- Las **placas de inducción ahorran más de un 20% de energía** respecto de las placas vitrocerámicas convencionales.
- Utilice siempre que pueda el **microondas en lugar del horno convencional**, ya que supone un ahorro de energía entre el 60% y el 70%.
- No olvide que **cada vez que abre la puerta del horno** para comprobar el punto de cocción se producen unas **pérdidas de hasta un 20% del calor acumulado**.
- **Pre caliente el horno sólo cuando sea estrictamente necesario** (para cocciones superiores a una hora, no suele ser necesario).



La olla a presión consume menos energía y ahorra mucho tiempo

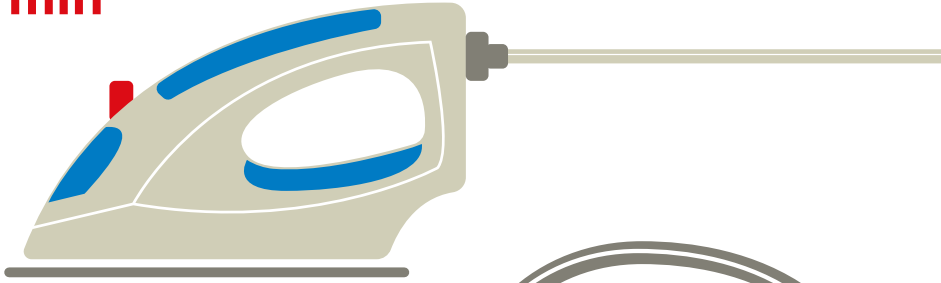


5 La plancha

- **Evite utilizar la plancha para una sola prenda**, procurando planchar una mayor cantidad de ropa de una sola vez.
- **Comience planchando** la ropa que necesite **de menor a mayor calor**.
- **No deje la plancha encendida** si va a interrumpir la tarea durante más de diez minutos.

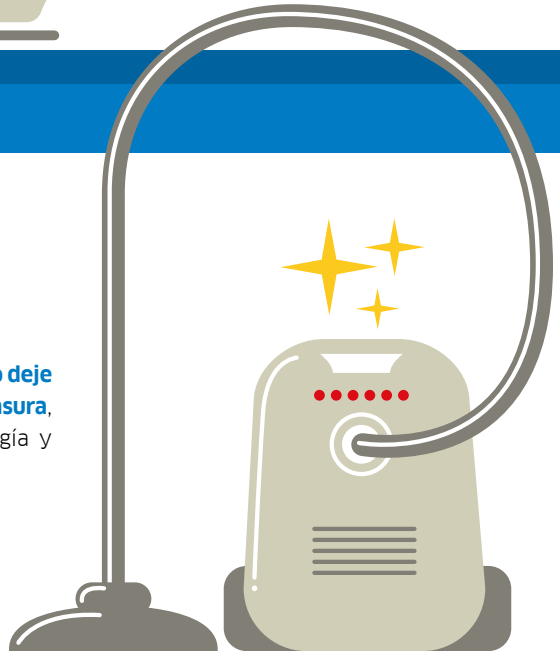


+10 min



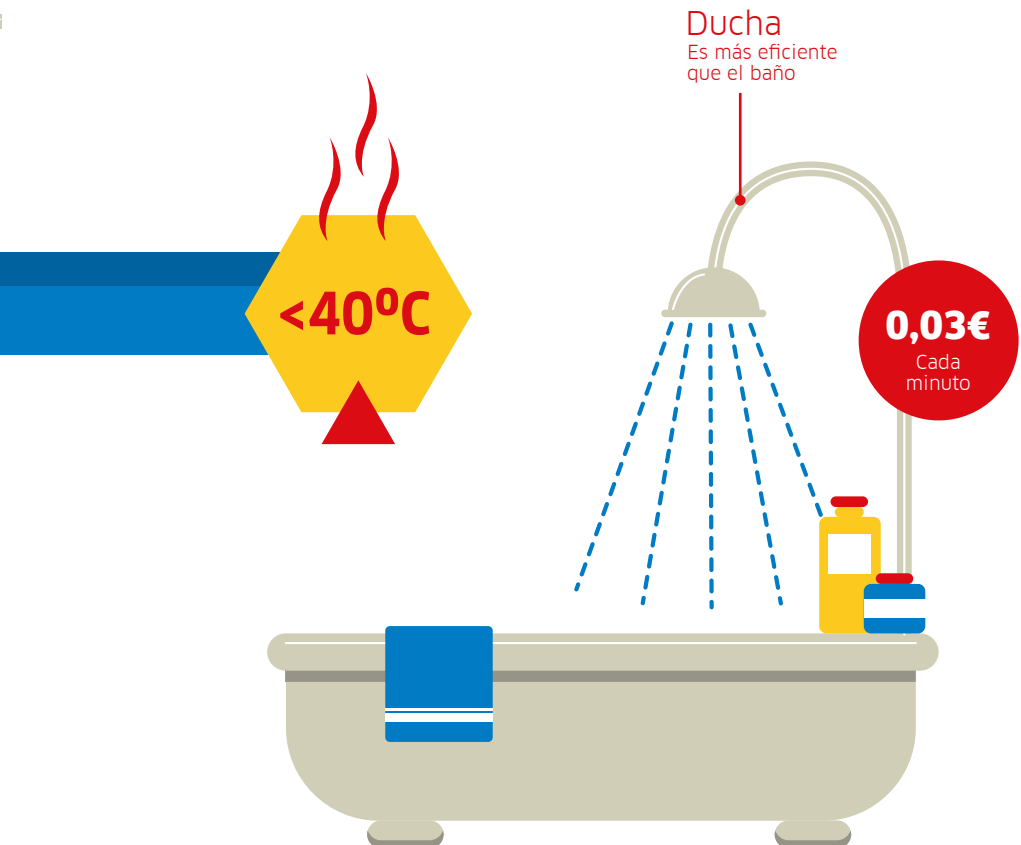
6 La aspiradora

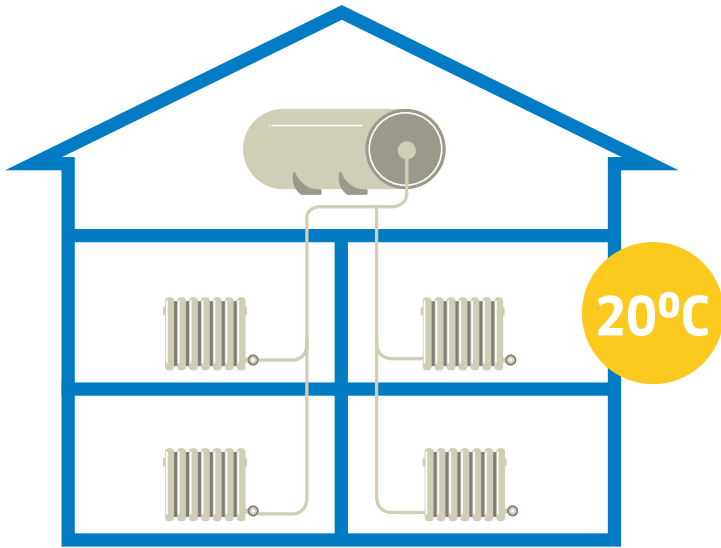
Compruebe que los filtros están limpios y no deje que los depósitos se saturen de polvo y basura, conseguirá así un menor consumo de energía y prolongará su vida útil.



El agua caliente sanitaria

- Para evitar el derroche energético en el consumo doméstico de agua caliente atiende a las siguientes recomendaciones:
- La temperatura necesaria para lograr el nivel requerido de higiene y confort basta con que sea 3 o 4º superior a la corporal. Una **temperatura superior a 40°C constituye un gasto innecesario** de energía.
- Recuerde que una **ducha consume del orden de cuatro veces menos agua y energía que un baño**.
- **El ahorro de agua**, aunque no se trate de agua caliente, **conlleva un ahorro energético**, ya que el agua es impulsada hacia nuestras viviendas mediante bombas que consumen energía. Por lo tanto, racionalice el consumo de agua y no deje los grifos abiertos innecesariamente.





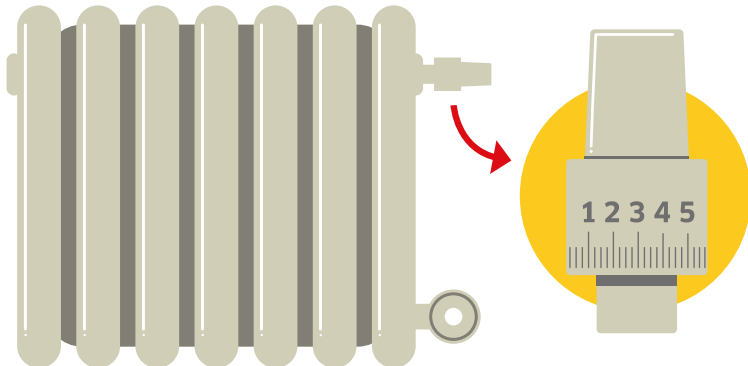
Los sistemas de calefacción

El buen mantenimiento y uso de los sistemas de calefacción, tan importantes en los hogares, puede verse reflejado en un importante ahorro de energía:

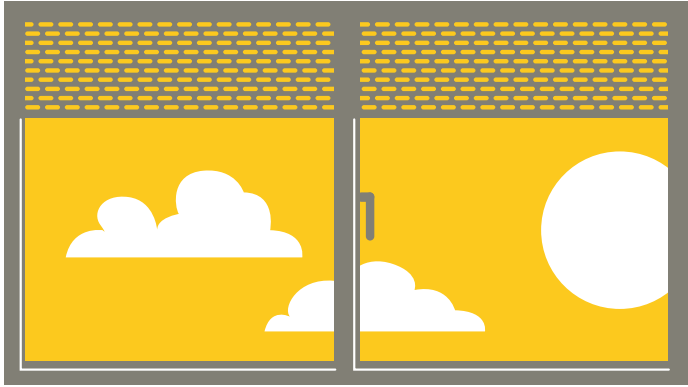
- Entre el 25% y el 30% de nuestras necesidades de calefacción son debidas a las pérdidas de calor que se originan en las ventanas. **Revise y mejore sus aislamientos** en caso de que detecte deficiencias en los mismos.
- Procure que la **temperatura no sobrepase los 20°C**. Recuerde que por cada grado que la aumentemos, se incrementa el consumo de energía aproximadamente en un 7%.
- Si tiene **habitaciones vacías** o en desuso, la temperatura se puede bajar o incluso se puede **cerrar la válvula del radiador**.
- Las **calderas** deben recibir un adecuado mantenimiento y someterse a **revisiones periódicas**. Una caldera en mal estado tiene dificultades para la combustión y consume más.
- **Purgue los radiadores periódicamente**, al menos una vez al año, ya que el aire contenido en su interior dificulta la transmisión del calor.
- **La mejor colocación de los radiadores es debajo de las ventanas**, haciendo coincidir su longitud con la de la ventana para favorecer la correcta difusión del aire caliente por la habitación.
- **No cubra ni obstruya los radiadores** con muebles, cortinas, etc.

Reparto del consumo en edificios con calderas centralizadas y regulación en función de temperatura exterior.

- En edificios con instalaciones de calderas centralizadas donde no existe medición individual del consumo de cada vivienda, existe un potencial de ahorro energético mediante la **instalación de contadores, repartidores de costes de calefacción y válvulas termostáticas**.
- Se estima que su **instalación puede redundar en un ahorro anual de energía de hasta un 30%** en el total del consumo del edificio. No es lógico que los vecinos paguen lo mismo independientemente de la temperatura de sus viviendas dando lugar a situaciones de exceso de temperatura e incluso con ventanas abiertas con los radiadores calentando.
- Para optimizar la eficiencia energética de la instalación, lo recomendable es que los repartidores de costes de calefacción central vayan acompañados de la instalación de válvulas termostáticas que permitan **controlar el caudal que entra en cada radiador y regular la temperatura** en función de las necesidades y preferencias de los usuarios. Si a esto se le suma un correcto equilibrado hidráulico, se consigue que los radiadores, válvulas termostáticas, tuberías y bombas se adapten correctamente entre sí. Como consecuencia se logra que el reparto de gastos de calefacción se realice en función de la energía que emplee cada vecino en calentar su hogar, es decir, se individualiza el consumo.
- Los repartidores de costes de calefacción central envían la información de la emisión de cada radiador mediante radiofrecuencia. Los datos importados se incorporan al sistema de facturación para que emita los recibos de manera individual para cada vecino. Se recomienda la instalación de sistema de contabilización de código abierto, que faciliten futuros cambios en la gestión de los mismos.
- Es interesante que la **instalación de calefacción central cuente con elementos de regulación** que adecúen constantemente la temperatura de impulsión y encendido a las condiciones exteriores de temperatura para no malgastar energía.



La iluminación



En la iluminación de nuestros hogares debemos prestar especial atención para evitar el malgasto energético. Aquí tiene algunos consejos:

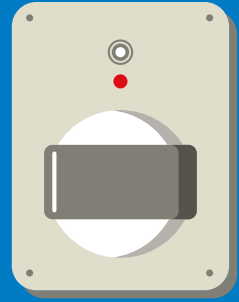
- Siempre que sea posible **aproveche la iluminación de la luz del sol**, que es más natural, menos contaminante y, además, gratuita.
- **Regule la iluminación a sus necesidades**, estudiando la ubicación de sus lámparas y puntos de luz y dé preferencia a la iluminación localizada: además de ahorrar conseguirá ambientes más confortables y acogedores.
- **No olvide apagar las luces** en las habitaciones que no esté utilizando y reduzca la iluminación ornamental en exteriores (jardines, etc.).
- **Mantenga limpias las lámparas y pantallas**, aumentará la luminosidad sin aumentar la potencia.
- Las **bombillas de bajo consumo** son algo más caras que las tradicionales, pero duran hasta 10 veces más y son más eficientes energéticamente (hasta un 80%).
- Instale **reguladores o atenuadores de intensidad luminosa** en las lámparas incandescentes, ahorrando así energía y prolongando la vida de estas lámparas.
- En el caso de los **tubos fluorescentes, procure no apagarlos y encenderlos repetidamente**, ya que su vida útil se reduce con el número de encendidos (si los piensa apagar por un tiempo inferior a 20 minutos, es preferible dejarlos encendidos).
- Los **detectores de presencia**, que encienden o apagan las luces automáticamente al detectar la presencia de personas, son muy eficientes en zonas de paso y garaje.



*Regulador de luminosidad



*Bombilla de bajo consumo



*Detector de movimiento



*Fluorescentes



Consumo fantasma

Ten cuidado también con este consumo, que se produce por el hecho de tener conectado un aparato en *stand-by* (espera).

Televisor
Consumo anual

A+++ ■ 53 kWh
A+ ■ 71 kWh
B ■ 135 kWh

Ahorro anual de A+++

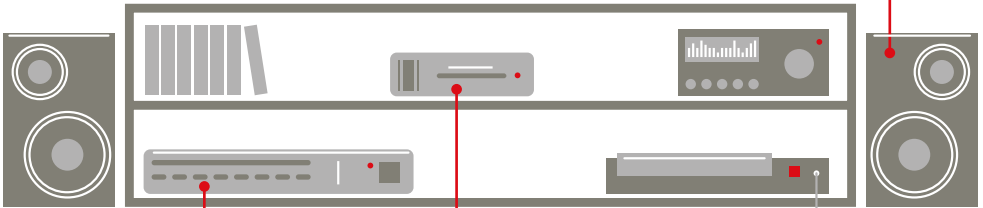
3,06€
Respecto a
A+

13,94€
Respecto a
B

Consumo
fantasma
2,98€
al año

Minicadena

8,94€



Consumo
fantasma
5,96€
al año

DVD

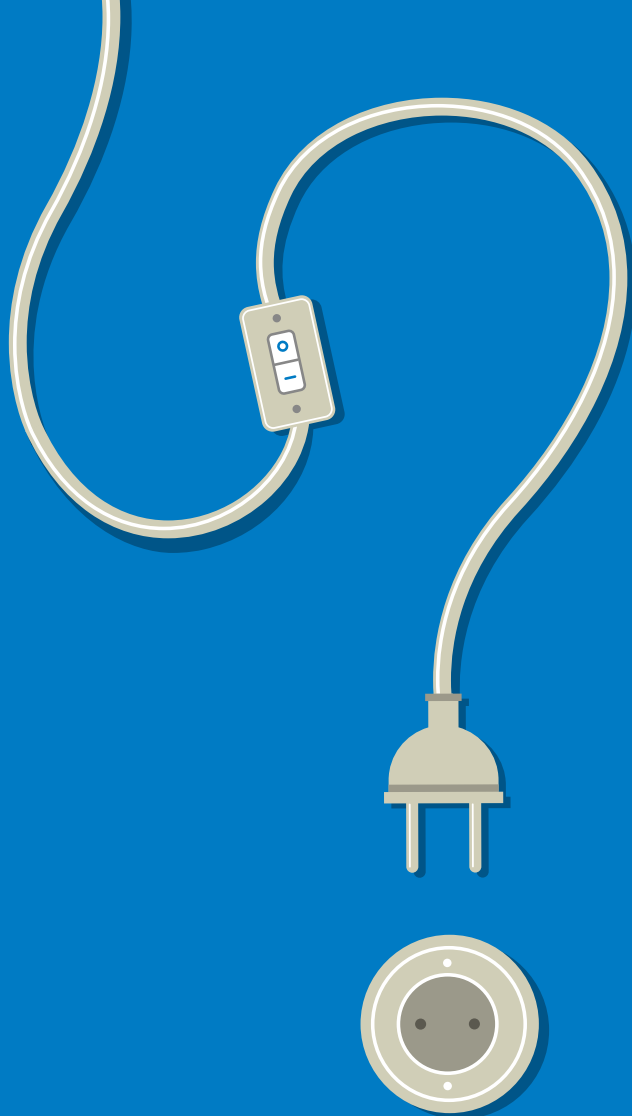
Consumo
fantasma
10,42€
al año

Descodificador
satélite

Consumo
fantasma
5,95€
al año

Videoconsola





LR-1422-2017



Más información:

Desarrollo Económico e Innovación
larioja.org/ahorroenergetico