

# Decálogo contra el derroche energético

Aislar la vivienda y mejorar los hábitos domésticos permiten ahorrar un 40% del consumo

**1. Una casa aislada.** Más de dos tercios del consumo energético en España (y en Catalunya) se debe a la climatización, el agua caliente y la iluminación. Y es en estos usos donde se deben centrar las precauciones, destaca Cristina Pareto, asesora de Fecsa-Endesa. La calefacción supone el 40% del consumo energético, y de ahí que haya que aislar la casa para ahorrar energía. Puertas, ventanas y cajas de persianas deben cerrar a la perfección y con este fin existe en el mercado una gran variedad de gomas adhesivas y materiales aislantes que evitan esas pérdidas. Tampoco debemos abusar de la ventilación en invierno (diez minutos de aireación basta) para no aumentar el consumo de calefacción al enfriarse la casa. Los buenos hábitos permiten ahorrar hasta un 40% de consumo de calefacción, según la fundación Terra.

**2. Aire acondicionado de clase A.** Los usuarios ya disponen de los primeros aparatos de aire acondicionado con etiqueta energética, que consumen entre un 30% y un 40% menos electricidad. El aire acondicionado sólo supone un 1% del consumo energético, recuerda Juan Antonio Alonso, directivo del Instituto para la Diversificación y el Ahorro de Energía (IDAE). Sin embargo, preocupa cada vez más su proliferación, porque tiene un gran impacto sobre la demanda punta, según explica Encarna Baras, directora del Institut Català de l'Energia (Icaen). Se recomienda que los termostatos no se sitúen nunca por debajo de los 25 grados en verano o por encima de los 20 grados en invierno, aunque los hay mucho más ahoradores. En última instancia, para lograr un ahorro máximo se necesitaría garantizar que la casa está bien construida, bien aislada, bien ventilada y con la fachada ventilada, entre otras exigencias.

**3. Menos agua... caliente.** También es bueno controlar el uso del agua caliente, por lo que se recomienda usar grifería con difusores eficientes (que gastan menos agua) y utilizar esos mismos dispositivos en la ducha para ahorrar hasta un 60% de agua y energía. También es necesario corregir malos hábitos, como lavar los platos con el grifo abierto. "Si nos habituamos a llenar el fregadero con agua y un poco de jabón, sólo serán necesarios unos 20 litros para limpiar los platos", recuerda la fundación Terra. Si se hacen reformas, lo ideal es que haya la menor distancia posible entre el calentador del agua y el punto de suministro, pues en las tuberías se pierde calor.

**4. Electrodomésticos** Los expertos apuestan por los electrodomésticos más

eficientes (de la clase A), pues su gasto de energía puede llegar a ser tres veces inferior a los equipos más ineficientes (clase G). Si tenemos en cuenta que normalmente los equipos tienen una vida media que supera los diez años, nos encontramos con que el ahorro en la factura eléctrica en los electrodomésticos de la clase A puede superar los 800 euros a lo largo de su vida útil en relación a los de la clase G.

**5. Cuidado con el frigorífico.** El frigorífico es el electrodoméstico que más electricidad consume (el 18%). Juan Antonio Alonso, del IDAE, recomienda comprar los equipos que llevan la etiqueta de la clase A, y no obsesionarse con la pérdida de frío que se produce al abrir y cerrar la puerta de la nevera. La pérdida del frío en la nevera se da sobre todo por los malos aislantes y al enfriar alimentos calientes. En cambio, abrir y cerrar la puerta sólo supone un 8% de esa pérdida. Y unos consejos prácticos más: a) ventile bien la nevera por detrás - ahorra un 15% de electricidad-; b) no introduzca nunca alimentos calientes en el frigorífico, pues si los deja fuera ahorrará energía; y c), cuando saque un alimento del congelador para consumirlo al día siguiente, descongélelo en el compartimiento de refrigeración, en vez de en el exterior, pues de este modo tendrá ganancias gratuitas de frío.

**6. Peligro: la tele en stand by.** Apagar los equipos electrónicos con el mando a distancia no es suficiente, pues queda encendido el piloto de stand by. Hay que apagarlo con el interruptor del aparato. Si un televisor está funcionando cuatro horas al día, el consumo anual es de 65,7 kW; y si el resto del tiempo está en espera (stand by) gastará 175,2 kW al año. Es decir, consumiremos el triple de lo necesario, dice Cristina Pareto. Una buena idea es conectar algunos equipos (televisor, cadena musical, vídeo, DVD...) a ladrones o bases de conexión múltiple con interruptor. Al desconectar el ladrón, apagaremos todos los aparatos conectados a él y podremos conseguir ahorros superiores a 40 euros anuales, según el IDAE.

**7. Lavadoras bitérmicas.** La mayor parte de la energía que consume la lavadora (entre el 80% y el 85%) es para calentar el agua, por lo que es muy importante recurrir a los programas de baja temperatura. Los expertos recomiendan adquirir lavadoras bitérmicas, con dos tomas de agua independientes: una para agua fría y otra para agua caliente. De esta manera, el agua caliente se toma del circuito de agua caliente sanitaria y se reduce un 25% el tiempo de lavado y se ahorra energía.

**8. Elogio del tendedero de ropa.** Lavar de manera eficiente también puede reducir nuestra huella de carbono. Si se llena bien la lavadora, se dispone de más

ropa limpia con el mismo consumo de energía. Además, la temperatura de 30 grados puede ser suficiente, y permite ahorrar tres cuartas partes del consumo en relación al ciclo más caliente. De todas formas, no se debe olvidar que tender la ropa al aire libre (una buena práctica en el clima mediterráneo) permite ahorrar unos 50 kilos de CO<sub>2</sub> al año.

**9. Lámparas de bajo consumo.** Las lámparas de bajo consumo son más caras que las bombillas convencionales, aunque gracias al ahorro de electricidad, se amortizan antes de que acabe su vida útil. Duran ocho veces más que las bombillas convencionales y proporcionan la misma luz y consumen apenas un 20% o un 25% de la electricidad que necesitan las incandescentes.

**10. Contener más la demanda.** Nuevas normativas seguirán siendo necesarias para ahorrar energía tras aprobarse el código técnico de la edificación. La fundación Terra propone limitar la potencia eléctrica instalada en los hogares de nueva construcción, pues "los arquitectos no tienen límite, y las casas nuevas se llenan de halógenas", denuncia su director Jordi Miralles. En cambio, Encarna Varas, del Icaen, sugiere que una limitación como ésta puede "coartar la libertad de los ciudadanos", aunque admite que las eléctricas tienden a poner a disposición de los clientes más potencia eléctrica de la necesaria. La fundación Terra lanza otras ideas para seguir ahorrando: prohibir la iluminación de incandescencia, ampliar el plan Renove de electrodomésticos a las bombas de climatización con tecnología inverter o facilitar la compleja tramitación a las pequeñas centrales solares fotovoltaicas en las viviendas unifamiliares.