Cooperativa de Provisión de Electricidad,
Obras y Servicios Públicos de
EMILIO V. BUNGE Limitada

Guía para el ahorro energético en el hogar

Calefacción

-Una temperatura de 20 °C, en la mayor parte de las zonas climáticas del país, es suficiente para mantener el ambiente en condiciones confortables en invierno.
-Se recomienda no calefaccionar los ambientes que no se utilicen y limpiar y hacer el mantenimiento de los sistemas, aunque si tienen más de 15 años de uso se recomienda cambiarlos. Si la llama es amarilla o roja y crepita (intermitente), la limpieza es obligatoria.
-Es suficiente abrir las ventanas entre unos 5 a 10 minutos para renovar el aire de los ambientes del hogar. Cerrar las cortinas y persianas por la noche evitará importantes pérdidas de calor.
-Algunos termostatos se pueden programar de manera de bajar la temperatura a la hora de acostarse o cuando no estés en tu casa.

La Cocina

-En primer lugar es necesario recordar que, en general, los anafes eléctricos son menos eficientes (gastan más energía) que la cocina a gas.
-No olvidar tapar las ollas al cocinar: la cocción será más rápida y se ahorra hasta un 25% de energía.
-La llama no debe superar el diámetro del recipiente, para no desperdiciar energía. La parte de la llama que sobresale no aporta calor a la cocción.
-Disminuir la llama cuando se alcanza el punto de hervor.
-Limpiar los quemadores: si están sucios demoran la cocción de los alimentos y aumenta el consumo de energía. Si la llama es amarilla o roja y crepita (es decir, si es intermitente), la limpieza es obligatoria.
-En cocinas radiantes apagar las hornallas 5 minutos antes del fin de la cocción y continuar la misma con el calor acumulado en los quemadores.

Heladera y freezer

-Los modelos no-frost evitan la formación de hielo y ello hace que se consuma menos energía para el enfriamiento. Su potencia no es muy grande (entre 150W y 300W), pero al tener un uso continuo, el consumo de energía es elevado. El etiquetado es obligatorio y actualmente el mínimo de eficiencia es la letra B.
-La ubicación de la heladera es muy importante: debe estar separada de la pared de manera de permitir la circulación de aire en la parte trasera y estar alejada de los focos de calor o de la luz solar directa.
-Si estás por comprar una heladera, te recomendamos adquirir un equipo del tamaño que mejor se adapte a tus necesidades.
-No se debe introducir alimentos calientes en la heladera porque se consume más energía para enfriarlos. Abrir la heladera por el menor tiempo posible. Cada vez que se la abre pierde temperatura, recuperar esos valores genera más gasto de energía.

-Revisar que los burletes de las puertas estén en buenas condiciones. En algunos casos conviene cambiarlos para evitar pérdidas de frío y ahorrar energía. Y limpiar, al menos una vez al año, la parte trasera del equipo.

La ducha

-El agua caliente es el segundo consumo de mayor energía dentro de un hogar. Por eso se recomienda hacer un uso responsable en la ducha. No dejarla correr.

El lavarropa

-En cuanto a la etiqueta, es obligatorio y tiene como mínimo de eficiencia la letra B. Aquellos lavarropas de clase A pueden ahorrar hasta un 50% en comparación con los de clase G.
-Es importante evaluar el grado de suciedad de la ropa que se va a lavar. Separando la ropa según lo sucia que esté se administran mejor los ciclos de lavado y se mejora el uso de los ciclos cortos. Si hay ropa realmente sucia o con manchas difíciles es recomendable hacer un prelavado.
-Usar el lavarropa a la máxima capacidad de carga y con ciclos cortos de lavado.
-Lavar siempre con agua fría. Si fuera necesario calentar el agua, la temperatura no debe superar los 60 °C porque así se reduce el gasto a la mitad que si se lavar a 90 °C.
-Centrifugando se ahorra más energía que utilizando un secarropas. Lo ideal es secar colgando la ropa al sol o aire libre.
-Utilizar la menor cantidad de jabón posible, indicada en el envase del producto: pasarse de la medida implica que el lavarropas trabaje de más para eliminarlo.

Los pequeños electrodomésticos

Por lo general los pequeños electrodomésticos que realizan acciones como batir o trocear, tienen potencias bajas. Por otra parte, los que producen calor (plancha, tostadora, pava eléctrica, etc.) tienen potencias mayores y dan lugar a consumos importantes de energía si su tiempo de uso es prolongado.
Aunque suene obvio, es clave apagar y desenchufar los aparatos eléctricos que no se estén usando. Desenchufar los aparatos eléctricos en las noches porque en general cuando quedan enchufados, igual están consumiendo energía.

Aire acondicionado

-En verano, al usar el aire acondicionado ajustar el termostato a 24 °C porque los ambientes no se enfriaran mas rápido aunque bajemos mas la temperatura. Además será un gasto innecesario de energía. Cada grado de diferencia supone un ahorro de un 8% de energía.
-En invierno, en la mayor parte de las zonas climáticas del país, ajustar la temperatura a 20 °C es suficiente para mantener el ambiente en condiciones confortable. Bajar el termostato en 1 °C puede generar un ahorro del 10% al 20% del consumo en calefacción.
-Los sistemas evaporativos están pensados para refrescar el ambiente unos pocos grados, y además, su consumo es muy bajo. En determinados lugares, un ventilador,

preferentemente de techo, puede ser suficiente para mantener un adecuado confort. Estos producen una sensación de descenso de la temperatura de entre 3 y 5 ºC.
-Limpiar los filtros cada temporada, cuando están sucios el equipo debe funcionar por más tiempo para obtener el mismo resultado que con los filtros limpios.
-La altura recomendada para colocar un acondicionador de aire es de 1.80 a 2 metros, porque el aire caliente sube y desplaza al aire frío, que tiende a bajar.
-Instalando toldos, aleros o persianas en las ventanas donde da el sol, reducís aún más el uso del aire acondicionado en verano.
-Los nuevos aires acondicionados utilizan el gas refrigerante R410A son más eficientes y menos contaminante que el antiguamente utilizado R22.
-La tecnología Inverter permite al equipo variar su frecuencia y regular el ciclo eléctrico reduciendo el consumo de energía hasta un 60%. Esto hace que se eviten los picos de consumo que se generan cuando el compresor arranca, alcanzando mayores niveles de confort ya que mantiene la temperatura del ambiente.

Computadora

-La cantidad de equipos informáticos en los hogares aumenta año a año. Los equipos portátiles consumen mucho menos que los de escritorio, ya que en su diseño influye el consumo energético debido a que este impacta en la duración de la batería. Esto hizo que se busque la eficiencia en los componentes que la integran (pantallas, adaptadores y discos duros y UCP) los que incluyen funciones de gestión del consumo.
-La pantalla de la computadora/laptop es el elemento que más energía consume, siendo recomendable el uso de pantallas planas para un mayor ahorro energético.
-No dejar los equipos en modo de espera (stand-by) porque consumen energía.
-Si te ausentas de tu computadora por 10 minutos apagar el monitor y si la ausencia es mayor a 30 minutos apagar todo el equipo.
-Otra alternativa es conectar los equipos a una base (también conocida como múltiple) con interruptor on-off que evite la tarea de enchufar o desenchufar. Inclusive algunas bases están protegidas con un interruptor térmico contra sobrecargas.

El televisor

-El consumo de energía del televisor estará relacionado con el tipo de la pantalla y la cantidad de horas de uso. La pantalla que menos energía consume es la de LED, en segundo lugar la de LCD (cristal líquido) y, por último, la de plasma. Es importante mencionar que los TV de mayor consumo energético son los de tubo de rayos catódicos. Si bien esta tecnología prácticamente no está disponible en el mercado, todavía hay hogares que tiene este tipo de equipos.
-Evitar tener en modo de espera. (televisores, DVD, equipo de audio, etc.)

Etiqueta de Eficiencia Energética

En Argentina existen hasta siete categorías de eficiencia energética, identificadas con barras de colores y letras en orden alfabético; desde el color verde y letra A para los equipos más eficientes, hasta el color rojo y la letra G para los menos eficientes. Este es un

patrón comparativo. Por ejemplo, la letra A indica que el aparato consume menos del 55% que un aparato estándar.
A la hora de comprar, es muy importante optar por el artefacto más eficiente, que tenga el tamaño adecuado y que -cumpla con las funciones que necesitamos, ya que el mismo artefacto pero de distinta categoría puede llegar a consumir hasta tres veces más.