





Cada vez que apretamos el interruptor en casa, consumimos energía, pero para que se encienda la luz, el televisor o comience a funcionar un electrodoméstico ha sido necesario un largo proceso.

Ese proceso de producción energética implica el consumo de derivados del petróleo para prácticamente casi toda la energía que se consume en Canarias –el 96%–, que llegan a nuestro archipiélago en barcos petroleros y luego se procesa en las centrales térmicas de Las Caletillas y de Granadilla.

La energía convencional cada vez es más cara, lo vemos en nuestra factura de electricidad. Y además han aparecido consecuencias secundarias, la contaminación y el cambio climático, que pueden llegar a ser un problema aún mayor frente al uso de las energías no renovables (combustibles fósiles y nuclear), se encuentran las renovables, las cuales se obtienen de fuentes naturales inagotables; además son energías limpias, al no emitir contaminantes a la atmósfera. Canarias por su posición geográfica y sus condiciones climáticas contribuye a ser un lugar privilegiado para la utilización del sol y del viento como fuentes de energía.

1

Por todo esto, tenemos motivos para ahorrar en el uso de la energía, menos gasto en nuestro hogar y menor contaminación. Los hogares son los responsables del 30 % del consumo de energía en las islas; más de la mitad del consumo del hogar se lo llevan los electrodomésticos un 57 %, y con ellos es fácil ahorrar. La iluminación supone el 11 % del gasto y el agua caliente un 9 %.

Pensemos que un hogar medio emite al año cerca de tres toneladas a la atmósfera debido a su consumo energético, y así contribuimos al cambio climático. Podemos ser más eficientes y mantener la misma comodidad, ahorrando energía.

Consejos para disminuir nuestro consumo de energía:

Comprar electrodomésticos con eficiencia energética

Utilizar los electrodomésticos de forma correcta

Optar por una iluminación más eficiente

Instalar placas solares para obtener agua caliente y ahorrar agua

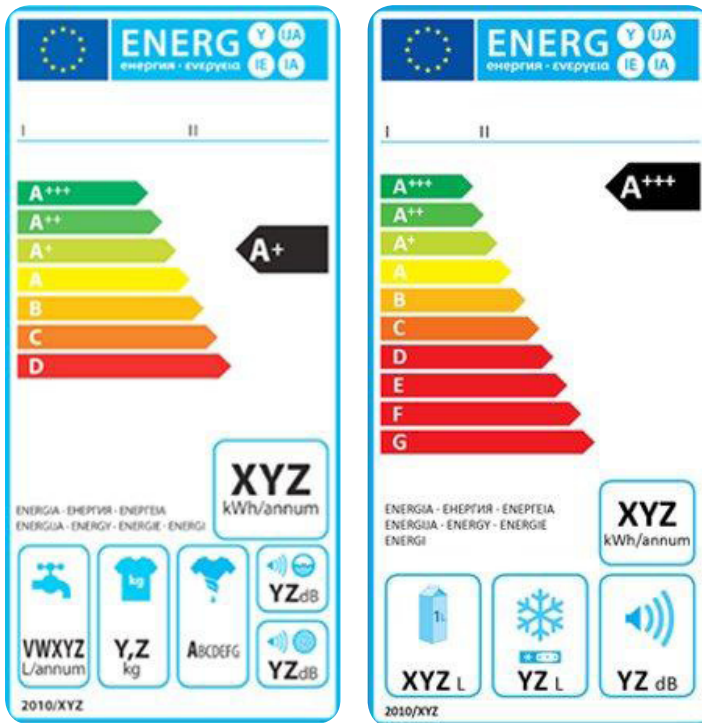
Hacer un uso adecuado de la calefacción y del aire acondicionado

Consejos prácticos sobre:

1. Electrodomésticos

En primer lugar, a la hora de comprar si optamos por aparatos con etiqueta energética A o superior, aunque tengan algo más de coste, el ahorro energético durante su vida útil compensará ese sobrecosto de adquisición sobradamente.

Fíjate en la etiqueta energética al comprar una lavadora, secadora, nevera, congelador, lavavajillas, horno y aparato de aire acondicionado y compra los que sean de la letra A o superior.

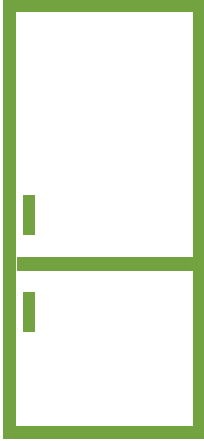


Y en segundo lugar, utilizándolos cuidadosamente:



Nevera / congelador

Ten la puerta abierta el menor tiempo posible y no introduces alimentos calientes.



Comprueba que las gomas de la puerta encajan perfectamente y cierran herméticamente, vigila que la luz se apague cuando se cierra la puerta.

Descongela con frecuencia el congelador, así se evitará que se forme una capa de hielo lo que aumenta su consumo más de un 30 %.

Evita llenar la nevera más de las 3/4 partes de su capacidad.

Coloca la nevera a unos centímetros de la pared y limpia al menos una vez al año la parte trasera, si está sucia puede incrementar su consumo un 15 %.

Quita los empaquetados de los alimentos (yogur, cervezas...) para guardarlos en la nevera.

Los modelos no-frost evitan que se formen hielo y escarcha, lo que reduce el consumo.

4



Lavadora

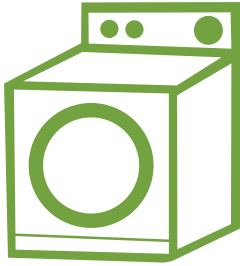
Llena la lavadora a máxima carga usando programas de ahorro y con agua fría o templada. La ropa va a salir limpia y con un menor coste.



Entre un 80-85 % de la energía que consume una lavadora se emplea para calentar el agua y el resto en el funcionamiento del motor, un lavado a 90 ° C consume casi el doble de energía que a 60 ° C.



Secadora



Utilízala solo cuando sea necesario si no dispones de lugar para tender o en días de mal tiempo, ya que tiene un alto consumo energético (12 %).

Emplea tiempos de secado reducidos, de 10-15 minutos si después vas a planchar.

A la hora de poner la ropa agrúpala según tejidos; si pones prendas grandes carga la secadora a la mitad.

Es importante el mantenimiento; mantén limpio el tubo de la secado y limpia frecuentemente los filtros y en su caso el depósito de agua.

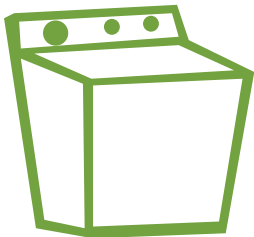
A la hora de comprar una secadora, ten en cuenta que pocas tienen la clasificación energética de A, en su mayoría son B o C, por lo que recuerda estos consejos:

Elige el sistema de “condensación por aire” en los que el agua condensada se almacena en un depósito extraíble o se vierte en el desagüe.

Es mejor que tenga sensor para el control de humedad, ya que se puede detener la secadora cuando estemos.



Lavavajillas



Antes de poner la loza en el lavavajillas, quita bien los restos de comida para evitar un mayor consumo de agua y energía.

Al igual que los otros electrodomésticos ponlo con carga completa.

Un buen abrillantador, disminuye el tamaño de las gotas antes del secado, evita el secado con agua caliente por lo que el consumo será menor.

Si eliges un programa automático de lavado o los que utilizan una temperatura de 50 °C a 55°C, podrás ahorrar hasta 84 kW/h de electricidad al año.

Si al cargar el lavavajillas, vas a tardar muchos días en ponerlo a funcionar, utiliza el programa prelavado para evitar que la suciedad se reseque. Aplicando esta recomendación sólo

consumiríamos 4 litros (consumo del programa prelavado) frente a los 12/ litros por minuto que caerían si dejásemos correr el agua al aclararlos en el fregadero.

Coloca siempre las piezas siguiendo las indicaciones del fabricante.

Limpia periódicamente los filtros de agua y desagüe, conseguirás el óptimo rendimiento del aparato garantizando el menor consumo de energía.



Microondas

Mantenlo siempre limpio de residuos.



No te excedas en la temperatura, utiliza la justa para cada alimento.

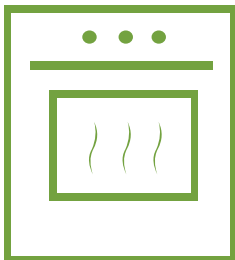
Comprueba los cierres de la puerta y trata de que no exista ningún desperfecto para evitar pérdidas de calor.

Descongela en la nevera de un día para el otro y nunca en el microondas.



6

Horno



Durante su funcionamiento comprueba que la puerta del horno esté bien cerrada y no lo abras innecesariamente; evitarás pérdidas de calor.

Precalienta el horno sólo en caso de que lo especifique la receta.

Apaga el horno unos cinco minutos antes de que se acabe la cocción, así aprovecharás el calor residual.

Hornea a la vez varios platos o de forma consecutiva.

Consejos a la hora de comprar un horno:

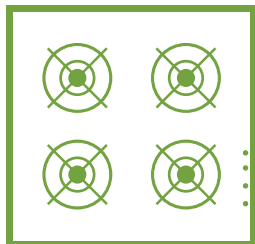
- Preferentemente de gas que eléctrico
- Si es eléctrico que sea de convección
- Cuanto más sencillo el modelo menos energía consume
- Los hornos multifunción permiten cocinar a dos niveles sin mezclar olores ni sabores

Para la limpieza utiliza una mezcla de agua caliente, jabón rallado, jugo de limón (que desengrasa) y bicarbonato sódico (en caso de que sea necesario raspar).



Cocina

Usa recipientes con un fondo de mayor superficie que el fuego y tápalo, conseguirás ahorrar hasta un 20% de energía.



Mantén limpios los quemadores del gas: el color rojizo de la llama indica mala combustión y pérdida de gas.

Utiliza la olla express: ahorrarás tiempo y consumirás la mitad de energía.

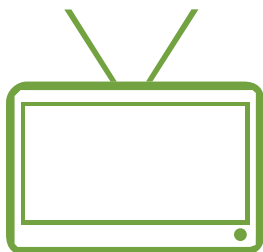
Baja el fuego una vez que comiencen a hervir los alimentos ya que la cocción suave mantiene las propiedades nutritivas y ahorra energía.

En cocinas eléctricas aprovecha el calor residual y apágala cinco minutos antes de terminar (lo mismo en el caso del horno).

Elige la cocina de gas a las eléctricas, si optas por esta última elige las de inducción antes que las vitrocerámicas



Televisores, TDT y equipos de sonidos



Enciende el televisor sólo cuando lo vayas a utilizar, no la dejes encendida si no la estás viendo.

Mantén apagados los televisores, video-juegos, equipos de sonido y otros dispositivos de este tipo si no los estás utilizando porque, además de desperdiciar energía, los equipos sufren un mayor desgaste.

Mantén bajos los niveles de iluminación en el lugar donde esté ubicado el televisor, así se evitarán los reflejos en la pantalla y ahorrarás energía en la iluminación.

Los televisores de pantalla plana consumen un 40 % menos de energía que uno tradicional del mismo tamaño. A mayor número de pulgadas mayor consumo.



Ordenadores



Apaga todos los componentes (ordenador, impresora, escáner, etc.) cuando no los utilices. Dejar el ordenador encendido derrocha la electricidad que gastan 4 bombillas por hora.

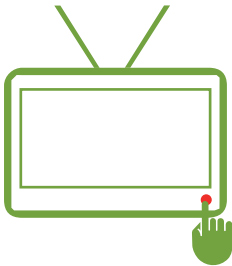
Cuando dejes de utilizar el ordenador, apaga el monitor o al menos ponlo en modo ahorro de energía (equivale a dejar de utilizar un foco de 75 Watios).

Consejos a la hora de adquirir un equipo de ofimática:

- Las impresoras que sean de inyección ya que consumen hasta un 95 % menos que una láser, además que tengan la opción de imprimir a doble cara
- La pantalla plana consume un 40 % menos que un monitor tradicional
- Busca los ordenadores que tengan la etiqueta “ Energy star” , con eficiencia energética : el ordenador entra en un modo de espera después de un período de inactividad, apagado automático de la pantalla, etcétera).



8



“El standby” el consumo fantasma

Televisores, DVDs, TDTs equipos de música cuando utilizamos el mando para “apagarlos”, en realidad no los desconectamos totalmente y siguen consumiendo energía, hasta un 20 %, a pesar de no estar funcionando. Este consumo pasa inadvertido y por eso se denomina “consumo fantasma”. Por ejemplo, el consumo de un DVD que se mantiene en standby de forma permanente puede equivaler a una bombilla convencional de 60 vatios durante 10 horas diarias.



También consumen energía los cargadores y transformadores que se encuentran enchufados a la red, aunque no lo estamos utilizando.

Para evitar estos consumos fantasma:

Desenchufa los aparatos que no usemos frecuentemente. Desconecta la televisión, el DVD, el TDT y el ordenador por la noche o cuando salgas y especialmente al irte de vacaciones.

Enchufa todos los aparatos a una regleta provista de un interruptor; los desconectaremos todos al darle al interruptor.

2. La iluminación

La iluminación es una de las principales necesidades en nuestros hogares, por tanto es muy importante, y no solo para combatir la oscuridad, sino para economizar energía. Pero ahorrar energía no tiene porque significar una disminución de nuestra calidad de vida sino utilizarla de una forma más adecuada y eficiente.



Aprovecha la luz natural, es no contaminante y gratuita. Abre las persianas y las cortinas mientras haya claridad.

Utiliza pinturas blancas o claras, evitarás así la iluminación difusa y podrás ahorrar hasta un 35%.

Apaga las luces cuando no las estés utilizando.

Sustituye las bombillas incandescentes por las de bajo consumo (puedes ahorrar hasta un 80% de energía y duran 8 veces más). Sustituir una sola bombilla incandescente de 100 vatios por otra de bajo consumo puede evitar la emisión a la atmósfera de más de media tonelada de CO² a la atmósfera.



Usa **tubos fluorescentes** donde necesites más luz y esté encendida muchas horas, por ejemplo, en la cocina.

En exteriores reduce la iluminación ornamental, usa “luces solares”.

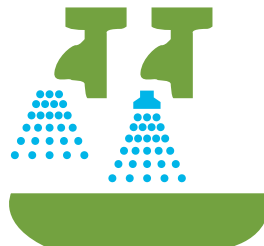
Utiliza reguladores de intensidad luminosa electrónicos para adecuar el nivel de luz a nuestras necesidades.

3. Instalación de placas solares

Poner una placa solar en el tejado o la azotea de casa hace que disminuya el consumo energético en nuestro hogar; además de ahorrar agua ya que esta sale caliente del depósito no hay que esperar con el grifo abierto a que el termo caliente el agua.



Utiliza grifos de monomando que permiten regular mejor la temperatura del agua.



4. La calefacción y el aire acondicionado

En Canarias tenemos un clima templado, con temperaturas entre los 17° y 25°, por lo que la mayoría del tiempo podemos prescindir del aire acondicionado y de la calefacción, de todas formas si es necesario usarlo en días de mucho frío o de olas de calor recuerda:



Abre las ventanas de la casa las noches de verano para que se refresque.

Abre puertas y ventanas enfrentadas para crear corriente.

La temperatura ideal para el aire acondicionado es de unos 24°. Cuanto menor es la diferencia entre el exterior e interior de la casa menor consumo de energía.

Deja que un profesional te aconseje. Existen equipos de aire acondicionado que llegan a consumir un 50% más de energía que otros con las mismas prestaciones.

Podemos reducir el consumo del aire acondicionado hasta unos 30 % en verano, con la instalación de toldos, persianas y cristalamientos adecuados.

Pon la calefacción por debajo de 20° por el día y de los 17° por la noche. No calientes en exceso la vivienda. No sólo es perjudicial para la salud sino una actitud poco responsable ante el consumo de energía.

No abras las ventanas con la calefacción encendida (basta 10 ó 15 minutos para ventilar una habitación).

Apaga la calefacción por la noche y no la enciendas por la mañana hasta después de haber ventilado la casa.

Cierra las persianas y cortinas por la noche: evitará importantes pérdidas de calor.

Revisa el estado de las ventanas, tapajuntas y rendijas: entre el 25% y 30% de nuestra necesidad de calefacción son debidas a las pérdidas de calor que se originan en las ventanas y nos permitirá ahorrar entre el 5% y el 10%

“Con todos estos consejos nos concienciaremos que ahorrar energía es posible sin disminuir nuestra calidad de vida; solo tenemos que ser más racionales y evitar despilfarros”.







Área de Medio Ambiente, Sostenibilidad Territorial y Aguas.
Servicio Técnico de Sostenibilidad de Recursos y Energía



personas  **sostenibles**
nuestro compromiso colectivo

hogares  **sostenibles**
tu compromiso personal