

## Ahorro de energía

Creado: Lunes, 19 Noviembre 2018 12:27 - Última actualización: Lunes, 19 Noviembre 2018 12:27

Escrito por Editor UNE

Visto: 121

---

- Apaga los aparatos eléctricos y desconecta los que no tienen interruptor cuando no los estés utilizando.
- Mantén siempre limpios los aparatos eléctricos, principalmente los de la cocina. El buen estado de los mismos prolonga su duración y reduce su consumo de energía.
- Revisa cuidadosamente los aparatos que al conectarse producen chispas o calientan el cable. No los uses antes de resolver el problema.

A continuación, encontrarás algunos de los electrodomésticos más usados en los hogares y cuáles son los consejos para usarlos eficientemente:

### Nevera

- Debe estar colocada en un lugar con espacio para permitir la circulación del aire.
- Verifica que la nevera cierra herméticamente y revisa periódicamente las gomas de la puerta.
- Saca los alimentos que vayas a utilizar y cierra inmediatamente las puertas. No las dejes abiertas innecesariamente.
- No introduces alimentos calientes dentro de la nevera. Una vez enfriados, cúbrelos con papel aluminio, plástico o mételos en envases.
- Verifica que el termostato esté en perfectas condiciones y que los ciclos se completen.
- Si vas comprar un refrigerador o nevera nueva, compara precios, capacidad y consumo de energía. Revisa la etiqueta de eficiencia energética.

### Cocina

- Descongela los alimentos antes de cocinarlos.
- Cocina en las hornillas adecuadas al tamaño de cada olla.
- Utiliza ollas con fondos totalmente planos.
- Siempre que puedas, cocina con las ollas tapadas.
- Comienza a cocinar con fuego alto y luego redúcelo para que termine de cocinar con el calor que queda en las hornillas.
- Forra con papel aluminio las hornillas de la cocina para que el calor se refleje hacia arriba.
- Apaga el horno un poco antes de que los alimentos estén listos. Éste conservará suficiente

## Ahorro de energía

Creado: Lunes, 19 Noviembre 2018 12:27 - Última actualización: Lunes, 19 Noviembre 2018 12:27

Escrito por Editor UNE

Visto: 121

---

calor para terminar la cocción de los alimentos.

### Licuada

- Revisa que las aspas siempre tengan filo y no estén rotas.
- Licúa todas las porciones que se van a necesitar de una sola vez, en lugar de hacerlo por partes.
- Revisa minuciosamente el buen funcionamiento del aparato y mantén limpios sus componentes.

### Plancha

- Trata de planchar la mayor cantidad de ropa en una sola sesión; conectar muchas veces la plancha gasta más energía, que mantenerla un buen rato encendido mientras plancho todo.
- Revisa la superficie de la plancha para que esté siempre tersa; así se transmitirá el calor de manera uniforme.
- Clasifica la ropa según el tipo de tela, comenzando a planchar por las de tejidos más suaves y luego sube la temperatura para continuar con las telas más fuertes.
- Rocía la ropa ligeramente sin humedecerla demasiado.
- Aprovecha el calor que mantiene la plancha una vez que la haya apagado para planchar las piezas más pequeñas.

### Secadora

- Aprovecha al máximo la capacidad de carga, sin excederlo.
- Selecciona la ropa a secar según el tipo de tela para evitar que se sobrecaliente.
- Coloca la secadora en un lugar donde circule aire fresco, porque la ventilación disminuye el tiempo de secado.
- Limpia el filtro después de cada secada para retirar la pelusa.
- Utiliza la secadora de ropa sólo cuando sea indispensable; aprovecha el sol para secar la ropa y eliminar bacterias.

### Lavadora

- Úsala de acuerdo con su capacidad y posibilidades para consumir eficientemente la energía y reducir los gastos.

## Ahorro de energía

Creado: Lunes, 19 Noviembre 2018 12:27 - Última actualización: Lunes, 19 Noviembre 2018 12:27

Escrito por Editor UNE

Visto: 121

---

- Aprovecha al máximo la capacidad de carga; consume menos lavar una sola vez con máxima carga que dos veces con medias cargas.
- Selecciona la ropa según el tipo de tela y utiliza el ciclo que le corresponde a cada uno.
- Utiliza sólo el detergente necesario; el exceso produce mucha espuma y hace trabajar al motor más de lo conveniente.
- Remoja las prendas antes de lavarlas para evitar un doble lavado.
- Disminuye las sesiones de lavado por semana.
- Limpia el filtro luego de cada lavada para evitar que el motor trabaje más.
- Mantén limpia el área que rodea la lavadora para evitar que se recaliente.

### Calentador de agua

- Instala el calentador lo más cerca posible del lugar donde se usa el agua.
- Gradúa el calentador a una temperatura de 35° centígrados.
- Apágalo sólo si no utilizarás agua caliente por más de 8 horas continuas.
- Evita fugas de agua.
- Mantén las llaves de agua caliente cerradas mientras no la estés utilizando.

### Secador de cabello

- Seca muy bien el cabello con una toalla antes de iniciar el secado porque consume la energía de cuatro o cinco televisores encendidos.
- Enciende el secador sólo cuando estés listo para comenzar y apágalo al terminar o si haces una interrupción.

### Aire acondicionado

- Desconecta el aire acondicionado al salir de la habitación porque consume en promedio 150 kilovatios/horas mensuales.
- Instala los equipos donde no reciban luz solar.
- Limpia y cambia regularmente los filtros.
- Revisa periódicamente si la unidad necesita gas refrigerante.

## Ahorro de energía

Creado: Lunes, 19 Noviembre 2018 12:27 - Última actualización: Lunes, 19 Noviembre 2018 12:27

Escrito por Editor UNE

Visto: 121

---

- Mantén las puertas y ventanas cerradas para evitar la pérdida de frío.
- Ajusta el termostato a una temperatura intermedia.
- Al comprar un equipo de aire acondicionado, verifica que tenga la capacidad necesaria y nunca superior a la que requieres.

### Iluminación

- Iluminar exclusivamente los espacios que requerimos con lámparas y tubos adecuados permite un uso adecuado de la energía y reduce gastos.
- Siempre que sea posible, aprovecha la iluminación natural.
- Apaga la luz cuando no sea necesaria.
- Utiliza colores claros para pintar paredes y techos.
- Utiliza luces fluorescentes en los espacios que requieren más iluminación, como por ejemplo cocina, baño y estudios.
- Limpia las lámparas y focos, ya que el polvo bloquea la luz que emiten.
- Mantén las cortinas y persianas abiertas durante el día: la luz solar es la mejor.
- Realiza el mayor número de actividades aprovechando la luz solar.