

# **I Decálogo de Consejos sobre Eficiencia Energética en el Hogar**

Se calcula que con la simple adopción de una serie de consejos sencillos podemos llegar a alcanzar un 40% de eficiencia energética en la factura de nuestros hogares. Identifica pequeños retos diarios que se conviertan en hábitos, para contagiar y dar ejemplo a los que te rodean. A continuación se detallan 10 buenas prácticas que contribuyen al ahorro energético en el día a día de las personas.

(Muchos más en tw #c2020 o en [www.semanadelaeficienciaenergetica.com](http://www.semanadelaeficienciaenergetica.com))

## **1.- Automatiza tu hogar e instala sistemas de control:**

La gestión automática de la iluminación, el clima, toldos y persianas aumenta el confort del hogar. Con la automatización de todos estos procesos se pueden conseguir ahorros de hasta el 35%.

## **2.- Sustituye las lámparas tradicionales por las fluorescentes:**

Sustituir las lámparas tradicionales de filamento de tungsteno por lámparas fluorescentes compactas (LFC) o tecnología LED comporta un importante ahorro energético, ya que las lámparas tradicionales consumen hasta un 75% más de energía que las compactas. Aprovecha al máximo la luz natural.

## **3.- Apaga las luces cuando salgas de una habitación:**

El pico de consumo al volverlas a encender equivale de media a 24 segundos de funcionamiento para los tubos fluorescentes, entre uno y dos segundos para la tecnología LED y menos de un segundo para las lámparas fluorescentes compactas. Hay que tener en cuenta que los apagados y encendidos repetidos en las lámparas de bajo consumo y tubos fluorescentes acortan su vida útil. Asimismo, y para asegurarse que todas las luces de la casa están cerradas cuando nos vamos, existen soluciones que las apagan e incluso bajan todas las persianas con presionar un solo botón.

## **4.- Consigue zonas comunitarias más confortables:**

Somos también responsables del espacio comunitario en el que vivimos. Un uso racional y eficiente de la energía eléctrica consumida para iluminar la escalera y los rellanos permitirá que únicamente se enciendan las luces necesarias en cada momento, lo que se traducirá en una reducción de la factura eléctrica de la comunidad. En paralelo, el control automático de persianas, toldos y cortinas es una de las soluciones domóticas que permiten incrementar el ahorro energético, aumentando el confort de los ocupantes del hogar y mejorando también su seguridad. Así como instalar detectores de presencia en ascensores, parkings,...

## **5.- Radiadores libres de obstáculos y control del termostato de los radiadores de calefacción y refrigeración:**

Para conseguir el máximo rendimiento de los radiadores, debes mantener despejadas y libres de obstáculos las zonas donde estén ubicados; de lo contrario, su rendimiento será inferior y aumentará el consumo.

La temperatura ideal en invierno es de 20°C durante el día y 18°C durante la noche, mientras que en verano la temperatura de confort es de 25°C.

#### **6.- El aislamiento es sinónimo de eficiencia:**

Procura que los cajetines de las persianas no tengan rendijas y estén convenientemente aislados. Asimismo, para ventilar completamente las habitaciones de tu casa sólo hará falta abrir las ventanas 10 minutos. No dejes escapar el calor de tu hogar.

#### **7.- Compra electrodomésticos con la clasificación energética más alta:**

Existen 7 niveles básicos de eficiencia para los electrodomésticos, identificados por un código de colores y letras (desde el color verde y la letra A para los equipos más eficientes, hasta el color rojo y la letra G para las menos eficientes). Poner la lavadora y lavaplatos cuando estén llenos.

#### **8.- Evita la acumulación de cargas:**

En el hogar tenemos una serie de electrodomésticos prioritarios, como pueden ser la vitrocerámica, el horno o la lavadora. Son aparatos que generan un gran consumo energético. La acumulación de cargas puede provocar que salte el diferencial. Con un deslizador de cargas es posible desconectar las cargas no críticas para mantenernos dentro del bloque de tarifas de la compañía.

#### **9.- Apaga el ordenador si no lo utilizas: No dejes los aparatos eléctricos en modo stand-by**

Del mismo modo, apaga siempre los televisores, videoconsolas, cargadores de móvil,... ya que su consumo residual puede llegar a significar hasta 60 euros al año. Se estima que el consumo de los electrodomésticos en stand by representa el 5% del consumo en los hogares.

#### **10.- Instala sistemas domóticos abiertos:**

Para garantizar la gestión inteligente del hogar es importante contar con una solución que te asegure en el futuro poder integrar y añadir nuevas funciones, pudiendo modificar sin problemas las actuales.

### **I Decálogo de Consejos sobre Eficiencia Energética en el Sector Terciario**

El sector terciario, con una gran variedad de edificios, supone el 20% del consumo energético global. Adoptar simples pautas a diario puede permitirnos alcanzar ahorros en eficiencia energética de hasta el 30%.

Las siguientes buenas prácticas hacen posible estos ahorros:

#### **1.- Monitoriza y analiza los consumos:**

No se puede gestionar lo que no se puede medir, por lo que la medición constituye el primer paso fundamental para aumentar la concienciación y cambiar los hábitos y los comportamientos. La monitorización de la instalación es el inicio para conseguir un

uso más eficiente de la energía y crear un comportamiento más concienciado de los usuarios del edificio.

## **2.- Automatiza la climatización y adecúala al uso del edificio:**

Cada grado adicional de temperatura puede generar incrementos en los costes de calefacción de hasta el 8%. Arquitecturas de control y gestión integradas facilitan el funcionamiento e interacción de la calefacción, la ventilación, el aire acondicionado y las persianas, zona a zona. Por ejemplo, con la instalación de contactos en las ventanas, integrados en el sistema de control, se puede automatizar la desconexión de la climatización cuando se detecte la apertura de alguna ventana. La implantación de estas soluciones de control permite reducir la cantidad de energía consumida hasta un 30%. La automatización de la instalación permite adecuar el funcionamiento del sistema de calefacción sincronizándolo con los periodos de ocupación del edificio.

## **3.- Gestiona correctamente la iluminación**

Gestionar de forma óptima el alumbrado de las oficinas utilizando sensores de luz diurna para un control adecuado de la iluminación. Además de sustituir las luminarias convencionales por tecnología más eficiente, es necesario dotar al edificio de un sistema de control basado en protocolos de comunicación abierto y estándares, que permita la gestión de la iluminación en función de parámetros como el nivel de ocupación y de luminosidad.

## **4.- Ajusta la iluminación de la sala a la luz exterior:**

Acciones como que las persianas estén elevadas para permitir el aprovechamiento de la luz natural. En paralelo, automatizar apagados generales de luces evitará cualquier despilfarro en iluminación, mientras que la elección de la solución adecuada de control de iluminación puede recortar los gastos hasta un 50% en comparación con los sistemas convencionales.

## **5.- Establece mecanismos y procedimientos para garantizar el mantenimiento de las instalaciones:**

Por ejemplo, la revisión de la instalación eléctrica permite detectar deficiencias, la resolución de las cuales contribuye a mejorar la eficiencia energética. Además, un mantenimiento adecuado ayuda a prevenir fallos.

## **6.- Reduce las pérdidas de calor:**

Aislar adecuadamente la envolvente del edificio es sinónimo de eficiencia energética. De este modo, las pérdidas de calor pueden reducirse hasta en un 90%.

## **7.- No dejes los equipos encendidos si no se usan:**

Dejar las fotocopiadoras en modo de hibernación cuando no estén en uso, y apagarlas al final de la jornada es otra buena práctica eficiente. Por ejemplo, una fotocopiadora que se deja encendida durante la noche consume suficiente energía para hacer 1.500 fotocopias. También es necesario programar los monitores para entrar en modo de hibernación cuando se detecte inactividad, ya que éstos consumen dos tercios de la energía que requieren los ordenadores. Asimismo, cuando el personal se ausente de sus puestos de trabajo, los ordenadores deben apagarse para evitar consumos de energía innecesarios.

#### **8.- Consigue ahorros de hasta el 50% con detectores de presencia y variadores:**

Con la instalación de detectores de presencia puedes conseguir importantes ahorros energéticos de hasta el 30%, que alcanzan el 50% en el caso de los variadores de velocidad.

#### **9.- Instala limitadores de tensión:**

Es clave ser eficiente en la gestión de las alarmas técnicas (contra incendios, escapes de gas y de agua) y proteger los equipos eléctricos contra las sobretensiones (rayos, subidas de tensión...) con los limitadores de tensión.

#### **10. Consigue un balance energético 0:**

Una vez reducidos los consumos, se pueden implementar sistemas que contribuyan a la generación de energía para lograr un balance energético igual a cero. A modo de ejemplo, un tejado de un edificio orientado al sur con una superficie de 500 m<sup>2</sup> puede albergar la instalación de 142 paneles solares de 175 vatios que podrían generar 39.069 Kwh al año.