

Ficha de Máquinas | Ahorro Energético

Cuélgame junto a las máquinas

Congelador

- Si se descongela antes de que la capa de hielo alcance los 3 milímetros, se puede ahorrar hasta el 30% de la energía.

Frigorífico

- El frigorífico es el electrodoméstico que más energía consume del hogar, con un 30,6%.
- Es importante situarlo en un sitio ventilado y lejos de fuentes de calor como el horno y la radiación solar.
- La temperatura adecuada para el refrigerador es de 5 °C y la del congelador, de -18 °C. Mantener el termostato a estos niveles reduce el consumo.
- Tener la puerta abierta mucho tiempo supone una pérdida de energía y, por tanto, de dinero. Decidir con antelación lo que se cogerá del frigorífico también ayuda a ahorrar.
- Es mejor no introducir en él alimentos calientes. Si se enfrian fuera, el gasto energético es menor.
- Cuando haya tiempo, es conveniente descongelar los alimentos en el frigorífico para aprovechar el frío que emiten.

Horno

- Es un electrodoméstico que consume bastante energía, por lo que, siempre que sea posible, es mejor cocinar varias cosas al mismo tiempo.
- Cada vez que se abre la puerta, la temperatura interior baja un 20% y consume mucha energía para volver a calentarse. Por este motivo, es recomendable abrir solo cuando sea imprescindible.
- Si se apaga un poco antes de que el alimento esté en su punto, el calor que queda terminará de hacerlo.
- Si la receta requiere más de una hora en el horno, en general no es necesario precalentarlo.

Lavadora

- Más del 80% de la electricidad que consume la lavadora es para calentar el agua. Si se lava en frío, siempre que la ropa no esté demasiado sucia, se reduce de modo considerable el gasto.
- Hay que esperar a que la lavadora esté llena antes de ponerla. Si no es posible, conviene utilizar el programa a media carga, que disminuye mucho el consumo.
- La limpieza regular del filtro y el uso de descalcificantes también suponen un ahorro energético.

Lavavajillas

- Conviene utilizarlo cuando esté por completo lleno y poner programas económicos o de baja temperatura cuando sea posible.



Ficha de Máquinas | Ahorro Energético

Cuélgame junto a las máquinas

Microondas

- Gastan hasta un 70% menos que el horno, además de suponer un ahorro considerable de tiempo.
- Si se colocan los alimentos cortados en vez de enteros, se cocinan más rápido y se gasta menos energía.

Placa de cocina

- Las cocinas de inducción permiten ahorrar un 40% de energía frente a las placas vitrocerámicas.
- Al comprar un nuevo electrodoméstico conviene tenerlo en cuenta. Además, son mucho más rápidas.
- La olla a presión tiene mayor eficiencia que las cazuelas y gasta bastante menos.
- Conviene poner una tapa en la cacerola para que no pierda energía, pues de esta forma los alimentos se hacen más rápido.
- Al cocer se puede apagar la cocina un poco antes de terminar y aprovechar el calor residual. Bajar el fuego al mínimo cuando haya comenzado a hervir también ahorra.

Secadora

- Es una gran consumidora de energía. Siempre que sea posible es mejor secar las prendas al aire.
- Antes de utilizarla es conveniente haber centrifugado la ropa, así se podrá poner un programa más corto que ahorre.
- Conviene usar el sensor de humedad y el programa "punto de planchado" pues queda la ropa ligera y es más económico.

Varios trucos de Ahorro Energético

- Bombillas de bajo consumo. Sustituir las bombillas incandescentes y halógenos por LED, puede ahorrar entre el 80 y el 90% del consumo eléctrico en iluminación. Además, la vida útil de los LED es muy superior (30 veces más que las primeras y 15 veces más que las segundas), el encendido es inmediato y suelen estar garantizados.
- Detectores de presencia para la iluminación de zonas de paso.
- Los radiadores o calefactores de resistencia eléctrica, se pueden sustituir por radiadores eléctricos de bajo consumo.
- Si no hay instalados en la casa termostatos por zonas, se pueden poner llaves termostáticas en los radiadores. Son económicas y permiten regular la temperatura de cada estancia de forma automática e independiente, apagando cada radiador cuando se alcance la temperatura deseada.
- Regular la calefacción y el aire acondicionado a una temperatura adecuada. En el hogar, entre 19 y 21 °C (verano) y entre 24 y 26 °C (invierno). Aumentar en un grado la temperatura del termostato en invierno (o reducirla en un grado en verano) puede incrementar el consumo en torno a un 7%.

