

## AFORRO ENERXÉTICO NOS FOGARES MANUAL DE BOAS PRÁCTICAS

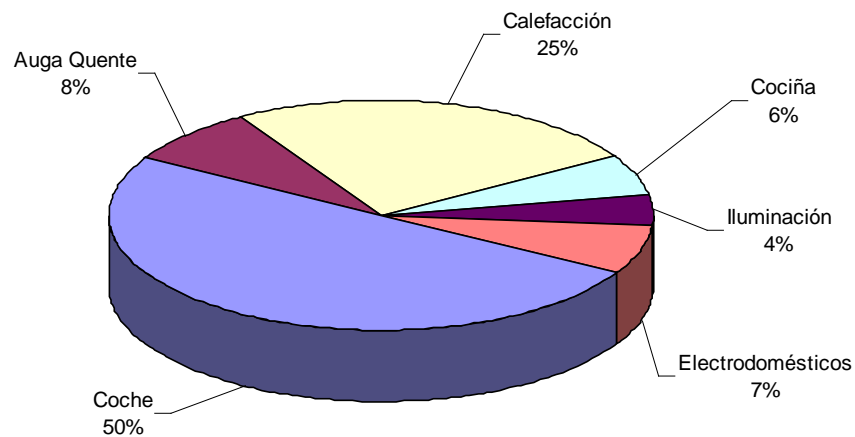
### INTRODUCCIÓN

Das familias galegas depende o 30% do consumo final de enerxía na nosa comunidade, sendo a enerxía a principal causante das emisións de CO<sub>2</sub> (efecto invernadoiro).

A racionalización do consumo de enerxía contribúe á mellora do medio ambiente e pódese converter nunha fonte de aforro familiar.

O aumento máis importante do consumo estase producindo na calefacción, auga quente e electrodomésticos.

O consumo de enerxía das familias (vivenda + coche) representa un gasto medio de 2.600 euros anuais por fogar.



É precisamente o noso fogar o punto de partida onde debemos comezar coas boas prácticas no **AFORRO DE ENERXÍA** e **O SEU USO EFICIENTE**, polo que a continuación se expoñen algúns consellos e actitudes útiles no noso facer cotián.



## CONSELLOS PRÁCTICOS PARA AFORRAR ENERXÍA

### O COCHE



En viaxes interurbanas, o coche consome, por viaxeiro e quilómetro, case tres veces máis que o autobús. Esta diferenza incrementase máis nos centros urbanos, onde o transporte público é aínda máis eficiente que o coche, ademais de ser, en moitos casos, máis rápido e máis barato.

Valore a posibilidade de utilizar o autobús e, en pequenos percorridos, considere a posibilidade de ir a pé.

Catro recomendacións para unha condución eficiente:

- Arranque o motor sen pisar o acelerador. Use a primeira marcha para empezar a rodar, débese cambiar a segunda aos dous segundos ou 6 metros de percorrido.
- Circulen á marcha máis longa que permitan as condicións do tráfico e a baixas revoluciones.
- Manteña en bo estado o vehículo. Controle con frecuencia a presión dos pneumáticos e o seu debuxo.
- Conduza con anticipación e evite aceleracións e freadas bruscas.



### ILUMINACIÓN

- Utilice lámpadas cunha eficacia luminosa alta, isto é, a cantidade de luz en lúmenes (lm) emitida por unidade de potencia eléctrica (watio). Canto máis alto sexa o valor resultante máis eficiente será a lámpada:
  - O led presenta un rendemento ao redor de 90 lm/watio.
  - As de baixo consumo presentan un rendemento de 60 lm/watio.
  - As halóxenas presentan un rendemento de 20 lm/watio.
- Evitar a instalación de lámpadas led cunha temperatura da cor superior a 4.000 K, dado que a súa iluminación é de peor calidade.
- Aproveite a luz natural. Abra os visos e cortinas.
- Non deixe luces acendidas en habitacións baleiras.
- Non acenda e apague as lámpadas fluorescentes con excesiva frecuencia (reduce considerablemente a súa vida útil).
- En lugares de paso, portais e xardíns considere a posibilidade de utilizar detectores de presenza.





## AUGA QUENTE



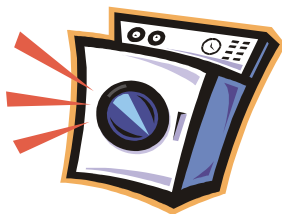
- Ducharse en vez de bañarse supón, ademais dun aforro enerxético, un aforro de auga (un baño consome unha media de 130 litros de auga mentres que unha ducha tan só 50 litros).
- ¿Sabía que utilizar o lavalouzas a plena carga e nun programa económico supón un aforro de enerxía de ata o 60%, con respecto a lavar a louza a man?
- Peche a billa mentres lava os dentes ou mentres se afeita.
- As billas que gotean e as cisternas con escapes de auga, supoñen a perda de 30 litros de auga ao día.
- A utilización de billas termostáticas e de baixo consumo supón un aforro enerxético e unha mellora do benestar.
- A utilización de enerxía solar térmica pode reducir o consumo enerxético de auga quente nun 70%.



## ELECTRODOMÉSTICOS

**¡¡¡A amargura por mercar mala calidade dura máis tempo que a alegría do baixo prezo!!! Ao longo da vida útil dun electrodoméstico o gasto na factura eléctrica pode ser varias veces superior ao prezo de adquisición desta.**

- Esixa o etiquetado enerxético e comprobe nel os consumos medios do aparato e a súa clasificación de eficiencia enerxética. Un frigorífico de clase A<sup>++</sup> consome 450 kWh menos ao ano que un de clase D (supón un aforro medio de 65 euros/ano)



- Procure que as lavadoras e os lavalouzas, dispoñan dun programa económico.
- Pense que unha lavadora cun bo centrifugado (1.300 revolucións por minuto) pode ser suficiente e consumirá menos enerxía que unha secadora.



- Non introduza nunca alimentos quentes no frigorífico. Se os deixa arrefriar fóra aforrará enerxía. E do mesmo xeito, se saca alimentos do conxelador e os deixa atemperarse no frigorífico terá unha achega gratuíta de frío.
- Merque o electrodoméstico que mellor se adapte as súas necesidades, non o de maior tamaño ou potencia.

## CALEFACCIÓN

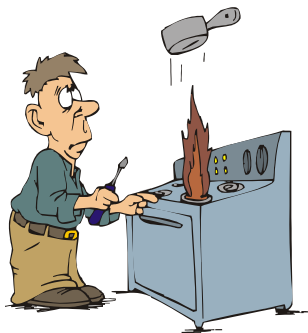
- Reducir as filtracións de aire polas fiestras e portas supón un aforro do consumo enerxético da calefacción entre un 5 e un 10%.
- Instale dobres ventás ou dobre acristalamento con rotura de ponte térmica, aforrará un 20% de enerxía.
- Non ventile a vivenda coa calefacción posta. Airee o seu fogar só durante o tempo necesario (nun ambiente normal chegan 10 minutos).

### ¡¡NON ABUSE DA CALEFACCIÓN!!!

- Ademais de ser prexudicial para a saúde, cada grao que aumenta a temperatura consome entre un 5 e un 10% máis de enerxía.
- Utilice termostatos programados para acender e apagar a calefacción e regule a temperatura: 20°C nas horas diúrnas e 17°C pola noite.
- A limpeza periódica da caldeira e o queimador, por un profesional, supón un aforro do 5%.



## COCIÑA



- Cociñe con recipientes cun fondo maior que o lume e tape sempre as cacerolas. Aforrará ata un 20% de enerxía.
- A ola de presión é máis rápida, eficiente e aforradora.
- Revise periodicamente os queimadores da cociña, a sucidade acumulada neles fai que consuman máis enerxía da necesaria.



## FACTURA DA LUZ

- Axuste a potencia de contrato (o termo fixo) ás súas necesidades. Lembre que cada kW contratado supón un custe de 50 euros/ano.
- A maioría das vivendas non están acollidas a ningún tipo de discriminación horaria, cando esta é unha opción que con frecuencia resulta máis económica. Se se acolle á discriminación horaria de dous períodos, a enerxía consumida desde as 22:00 horas ata as 12:00 horas do día seguinte é máis barata.
- Pode consultar as distintas ofertas do mercado no comparador de tarifas da Comisión Nacional de los Mercados y la Competencia (CNMC).

## BIOMASA PARA XERAR CALOR

- A biomasa, nas súas formas comerciais (pellets, achas, leña...), pode ser unha solución moi interesante para quecer os nosos fogares a prezos moi competitivos (hoxe un 40% máis barato que o gasóleo).
- Existen unha gran variedade de equipos no mercado, como estufas ou caldeiras, que permiten adaptarse ás distintas características de cada vivenda.
- É unha enerxía autóctona, renovable e máis estable en prezo que o resto de fontes enerxéticas alternativas.



**LEMBRE QUE A ENERXÍA MÁIS BARATA  
E LIMPA É A QUE NON SE CONSUME.**

**INSTITUTO ENERXÉTICO DE GALICIA**

**Rúa Avelino Pousa Antelo, 5**

**15707 Santiago de Compostela**

**Páxina web <http://www.inega.es> ou <http://inega.xunta.es>**

**Correo electrónico: [inega.info@xunta.gal](mailto:inega.info@xunta.gal)**

**Tfno.: 981-54.15.00 // 981-54.15.38**