

# Consejos para ahorrar energía en el hogar



Conocer los distintos consumos que tiene una vivienda e identificarlos correctamente puede ayudarnos a **reducir el gasto** y utilizar los distintos electrodomésticos de manera más eficiente.

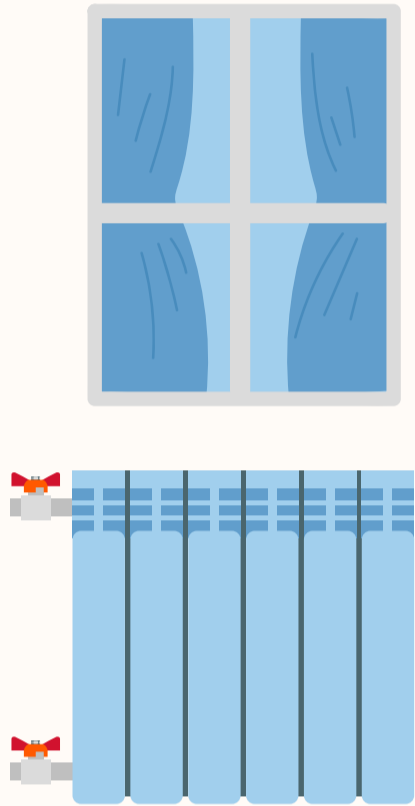
La **Fundación de la Energía** de la Comunidad de Madrid y el **IDAE (Instituto para la Diversificación y Ahorro de la Energía)** ofrecen consejos sobre cómo ahorrar energía en casa.



## TEMPERATURA Y AGUA CALIENTE

### CALEFACCIÓN

Con un buen **aislamiento** se puede **ahorrar hasta un 40%** en el consumo de calefacción y, para ello, puede colocar un doble acristalamiento, burletes en puertas y ventanas, colgar cortinas o aislar las cajas donde se enrollan las persianas.



### AIRE ACONDICIONADO

Procure ajustar el termostato a una temperatura de **entre 24 y 27 grados** centígrados.



### AGUA CALIENTE

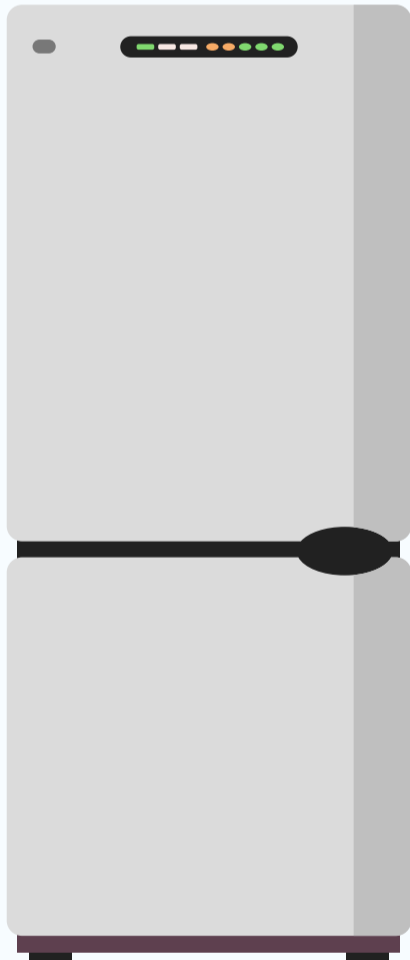
Más del **40% de la energía** utilizada en el hogar se usa para **calentar el agua**. Regule el termostato del calentador de agua entre los **55 y 60 °C** y el de la calefacción entre los **18 y 20 °C**. Además, ducharse en lugar de bañarse o cerrar el grifo al lavarse los dientes reduce el consumo de agua.



## ELECTRODOMÉSTICOS

### FRIGORÍFICO

Debe estar **colocado** de tal manera que permita la circulación del aire detrás del aparato, así como estar lejos de las zonas de calor y de la luz solar directa.



### MICROONDAS

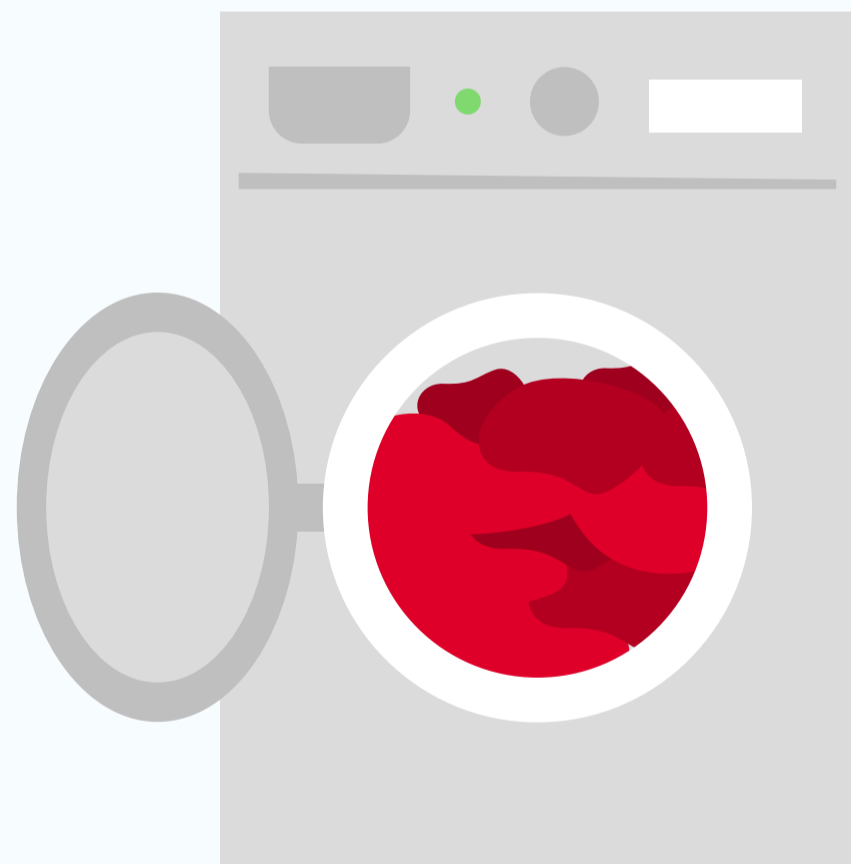
Utilizar un horno microondas en vez de uno convencional **ahorra un 60%** de energía.



### LAVADORA Y LAVAVAJILLAS

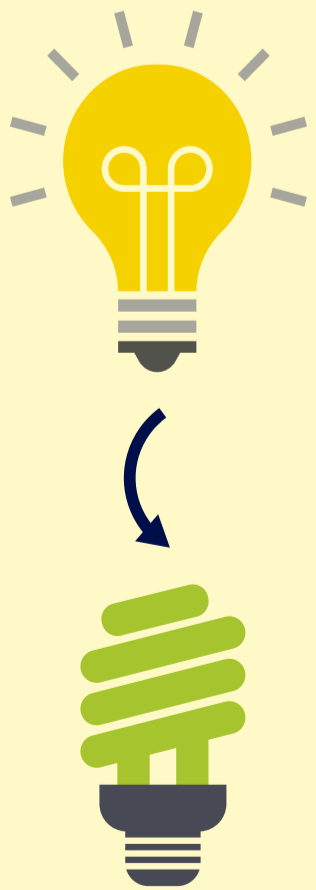
Entre el 80% y el 85% del consumo energético que producen estos electrodomésticos proviene del proceso de calentamiento del agua durante el lavado, por ello es conveniente usar el **programa ECO**.

Además, es conveniente usar ambos electrodomésticos cuando estén **llenos** y no a mitad de carga.



## ILUMINACIÓN

**Sustituir progresivamente nuestras viejas bombillas por otras de tipo LED** nos permitirá ir ahorrando progresivamente en la factura de la luz. Hay que intentar aprovechar la luz natural y recurrir a la iluminación eléctrica solo cuando las horas de menos sol así lo exijan.



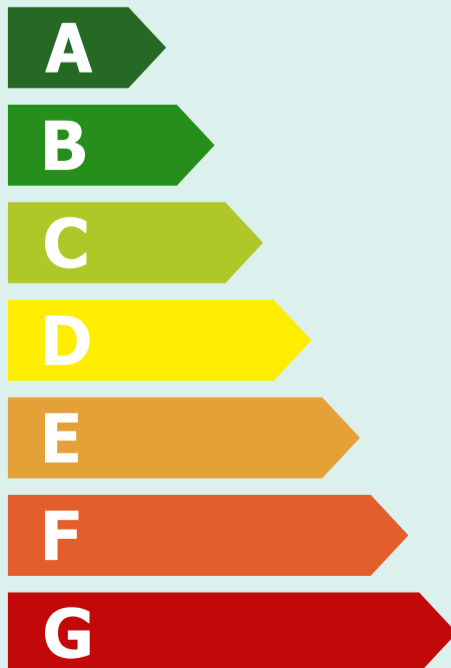
## PEQUEÑOS ELECTRODOMÉSTICOS

**Optimice el uso** de los pequeños aparatos eléctricos para conseguir un **mayor rendimiento** de ellos. Por ejemplo, aproveche para planchar grandes cantidades de ropa o use las dos ranuras de la tostadora para calentar varias rebanadas a la vez.



## ETIQUETADO ENERGÉTICO

Al adquirir electrodomésticos y lámparas es muy importante fijarse en la etiqueta que tienen estos productos, que van de la A a la G. Cambiando los electrodomésticos por otros **más eficientes** puede llegar a ahorrar **hasta un 40% en la factura de luz**.



Para más información, visítenos en el [Portal del Consumidor](#) de la Comunidad de Madrid.