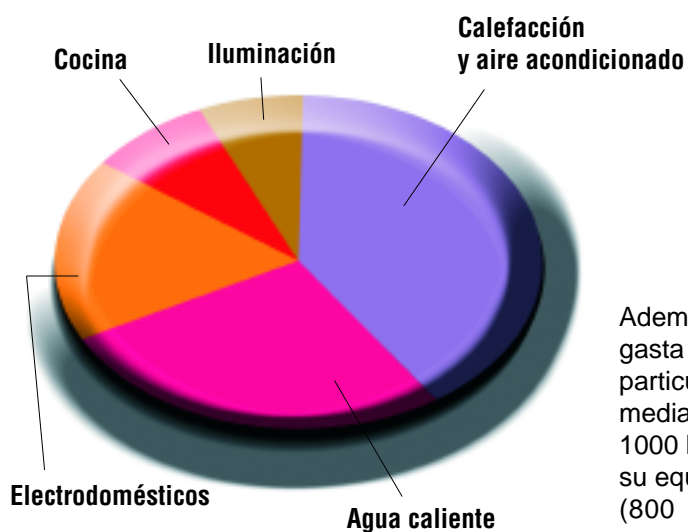


- El incremento medio del consumo de electricidad en los últimos 5 años ha sido del 8,6%.
- El 12% del consumo de energía en la Región de Murcia se origina en nuestras casas: calefacción, luz, cocina, electrodomésticos... lo que significa que cada familia consume al año en su casa la energía contenida en casi una tonelada de petróleo (835 kg).

LA ENERGÍA QUE GASTAMOS EN NUESTROS HOGARES

En calefacción y aire acondicionado	40%
En agua caliente	25%
En el funcionamiento de los electrodomésticos	20%
En cocinar	8%
En la iluminación	7%



Además cada familia gasta en su coche particular cada año una media de alrededor de 1000 litros de gasolina o su equivalente en gasoil (800 /año)



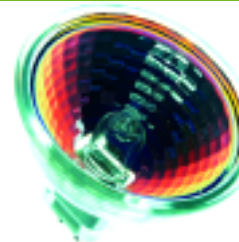
“En el interior de una vivienda familiar de 3 o 4 personas se gasta por término medio al año entre 850 y 950 €, de los que casi la mitad corresponden a la electricidad”



Vivir mejor, ahorrando energía

Ahorrar energía significa proteger el medioambiente y mirar por nuestro bien, pues:

- Menores consumos de energía se traducen en menor contaminación, por tanto una ventaja para nuestra salud
- Los recibos de electricidad y gas serán menores, con lo cual mejorará nuestra economía familiar
- Se disminuyen las importaciones de combustibles fósiles, y por tanto nuestra dependencia del exterior
- Ahorrar energía con los aparatos domésticos no es hacer sacrificios o renunciar a su uso, basta con usarlos de manera adecuada y adquirirlos eficientes



El Libro Verde de la Energía de la UE sobre seguridad en el abastecimiento, desarrolla los principios bajo los cuales debe gestionarse la energía en la Unión Europea:

- a) gestión de la oferta con la mejora de la eficiencia energética en la producción y la utilización de las energías renovables,
- b) gestión de la demanda: fomentando el ahorro.

Principales impactos medioambientales relacionados con el uso de la energía:

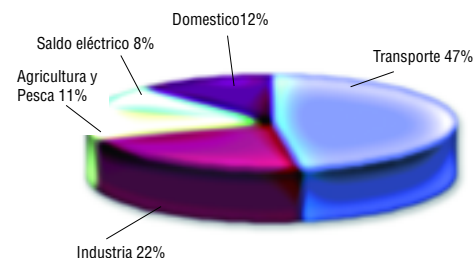
- 🔍 **Efecto invernadero:** causado por el CO₂ de las combustiones termoclásicas con los combustibles fósiles, y la utilización de carburantes en el transporte
- 🔍 **Lluvia ácida y desertificación:** acidificación del suelo con SO₂ por el uso combustibles de alto contenido en azufre como el carbón, y que produce la deforestación
- 🔍 **Agujero en la capa de ozono:** ocasionado por las emisiones de los CFC's de los aerosoles, aunque también por los HCFC ocasionados por combustiones incompletas
- 🔍 **Generación de residuos tóxicos y peligrosos:** son abundantes y variados, prácticamente todos los sectores industriales generan residuos
- 🔍 **Desechos nucleares:** el denominado ciclo nuclear presenta la problemática de la generación de residuos radioactivos
- 🔍 **Contaminación del agua:** acidificación de las aguas por el uso de combustibles, que producen emisiones de SO₂
- 🔍 **Eutrofización:** contaminación de ríos y lagos de fosfatos y nitratos (NOx), relacionados con los fertilizantes usados en la agricultura, sólo un 10% es contribución de la producción energética
- 🔍 **Metales pesados:** como el plomo, asociado al transporte (gasolina), y el cadmio (fertilizantes), suponen un riesgo elevado para la salud, asociados con los procesos carcinógenos
- 🔍 **Agotamiento de los recursos.**
- 🔍 **Pérdida de avifauna:** tanto las líneas de transporte y distribución, como en la actualidad, los parques eólicos, tienen grandes controversias por la mortandad que generan en la avifauna. Estudios realizados por técnicos especialistas demuestran que las medidas preventivas adoptadas suelen reducir tales pérdidas



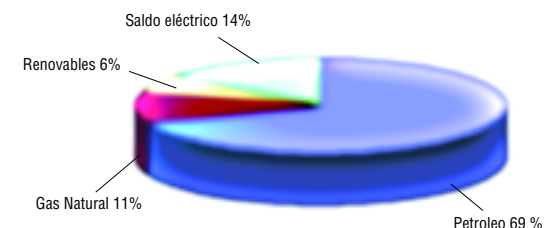
“Los consumos energéticos actuales están íntimamente ligados a los impactos medioambientales”



Consumos de energía primaria por sectores en la Región de Murcia



Consumos de energía primaria en la Región de Murcia



Datos año 2002

MANTENIMIENTO

- ☞ Mantenga limpia la cocina para un buen funcionamiento de placas y quemadores
- ☞ En cocinas de gas, el color amarillo de la llama es síntoma de mala combustión

RECOMENDACIONES

No deje que la llama de su cocina sobrepase los recipientes

Tape las cacerolas y conseguirá una cocción más rápida y por tanto con menos consumo, de hasta un 20%

Utilice el reloj programador, si su cocina dispone de esta opción, para controlar los tiempos de cocción

Utilice la olla a presión super rápida, y conseguirá ahorros de energía, tiempo y dinero de hasta un 50%

Apague 10 minutos antes la placa vitrocerámica o eléctrica aprovechando el calor residual sin coste alguno

No mantenga el fuego al máximo cuando los alimentos estén hirviendo, ya que se produce un gasto innecesario de energía

Utilice el recipiente de dimensiones adecuadas y sólo emplee la cantidad de agua precisa

La cocina de inducción reduce el consumo energético hasta un 40% respecto a la vitrocerámica



“Las cocinas eléctricas representan un elevado consumo energético. Su uso eficiente puede reducirlo hasta un 30%”



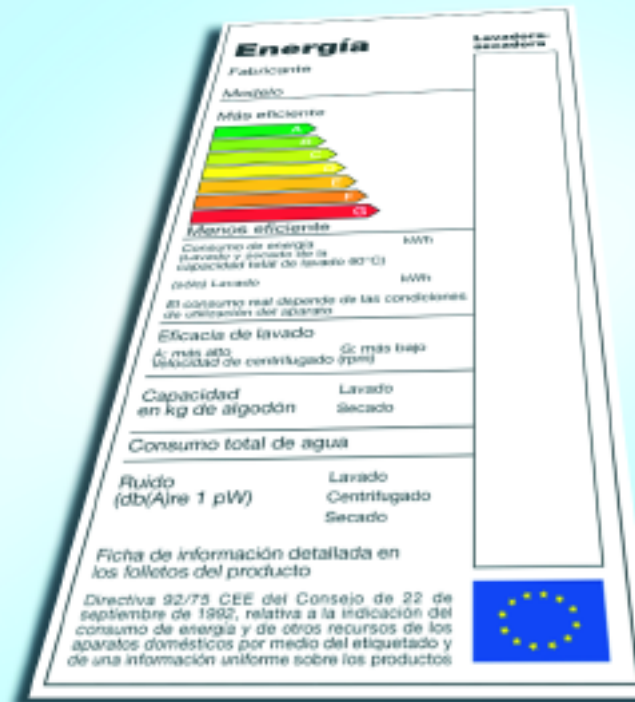
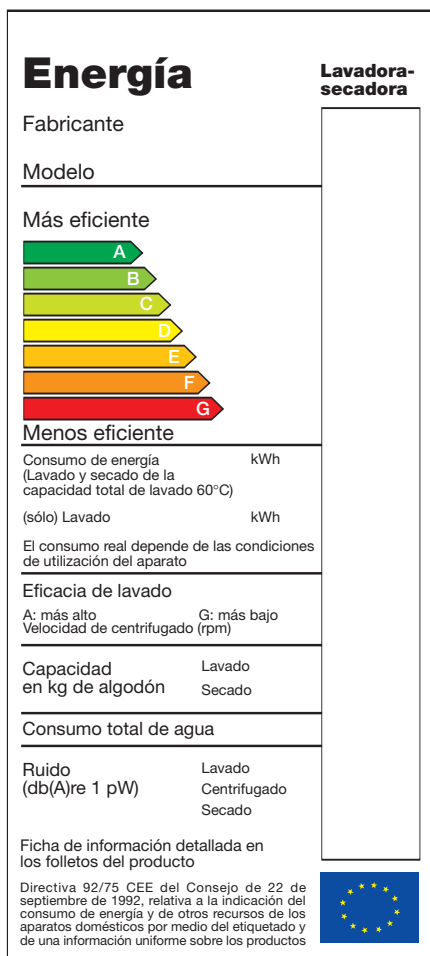
En el mercado encontramos los siguientes tipos de cocinas:

	SISTEMA	CONSUMO ENERGÉTICO	OBSERVACIONES
Eléctrica	Resistencias eléctricas	Muy alto consumo energético	Lentas en calentamiento
Vitrocerámica	Resistencias eléctricas	Consumo energético elevado. Gran evolución	No muy lentas en calentamiento
Inducción	Ondas electromagnéticas	Consumo energético medio. Gran evolución	Rápidas en calentamiento. Recipientes especiales
Gas	Combustión de gas	Bajo consumo energético	Rápidas en calentamiento

Para identificar fácilmente la categoría energética, los niveles se representan con flechas de distintos colores y longitudes, siendo **la de color verde eficiencia energética A, la que corresponde al aparato más eficiente, y la de color rojo, eficiencia energética G, al menos eficiente.**

La Comisión Europea implantó este sistema de ETIQUETAS ENERGÉTICAS en 1992, con el fin de mejorar y aumentar la información dirigida a los consumidores en cuanto a eficiencia energética de los electrodomésticos.

A	<55%
B	55-75%
C	75-90%
D	estandar
E	110%
F	110-125%
G	>125%



“La etiqueta energética se implanta con el objetivo de que el consumidor pueda identificar equipos eficientes de entre una gran variedad de productos disponibles en el mercado”



Descripción de la etiqueta energética

El nivel de eficiencia energética se representa a través de siete letras de la A a la G, existiendo entre cada nivel de letra una diferencia de consumo de un 10%-15%. Por tanto, la diferencia de consumo entre la A y la G es mayor del doble.

Se recomienda la compra de los aparatos de mayor eficiencia energética corresponden a las letras A y B.

A pesar de que los aparatos más eficientes generalmente son más caros en el momento de la compra, se amortizan generalmente antes de la finalización de su vida útil, por lo que el ahorro es mayor.

MANTENIMIENTO

- ☑ El congelador ha de descongelarse antes de que el hielo de la pared alcance 1 cm
- ☑ En periodos de ausencia prolongada, se recomienda desconectar, limpiar y dejar las puertas abiertas
- ☑ Mantenga la parte trasera del frigorífico ventilada siempre que sea posible

RECOMENDACIONES

Coloque el frigorífico lejos del horno, cocina, radiador, etc, en definitiva lejos de focos de calor

No sobrecargue el frigorífico, dificulta las corrientes de aire frío y por tanto el enfriamiento adecuado de los alimentos

No introduzca alimentos calientes. Produce escarcha y aumenta considerablemente el consumo

Adecúe la temperatura del termostato, un punto de reducción se traduce en al menos, un 5% de ahorro en el consumo

No abra la puerta de la nevera inútilmente. Unos segundos bastan para perder buena parte del frío acumulado

Limpie periódicamente (cada 6 meses) el serpentín trasero, ya que la capa de polvo hace aumentar el consumo de energía, e impide el enfriamiento correcto

Asegúrese que las puertas cierran bien. Las gomas de las puertas deben permitir un cierre hermético, de él depende el grado de aislamiento del aparato

Descongele los alimentos en el compartimento de refrigerados en vez de en el exterior de este modo tendrá ganancias gratuitas de frío

Ajuste el termostato para mantener una temperatura de 6 °C en el compartimento de refrigeración y de -18 °C en el de congelación



“Es el principal consumidor de energía, responsable del 20% del consumo de los electrodomésticos”



Compra

- ☑ Debe ajustarse a las necesidades; ¡No por más grande, dará mejor servicio!
- ☑ Se recomienda para:
 - 1-2 personas100-150 litros
 - 2-4 personas220 litros
 - Más de 4 personas . . .250 litros
- ☑ No invierta dinero en un aparato más grande si va a dejar espacio libre en el frigorífico, ¡Le está costando dinero!
- ☑ Con cada aumento de 100 litros de capacidad, el consumo mensual se incrementa en 10 kWh (0.04 €/día)

MANTENIMIENTO

- ☑ Limpie frecuentemente el filtro de suciedades y cal
- ☑ Use descalcificantes mezclados con detergente para evitar la formación de depósitos y facilitar la acción del detergente, especialmente en aguas duras
- ☑ En periodos de ausencia prolongada, desenchufe, cierre la toma de agua y mantenga la puerta abierta (para evitar olores)

RECOMENDACIONES

Utilice tanto la lavadora como la secadora a plena carga, ahorrando así energía y aprovechando mejor el electrodoméstico

El uso de un programa de 60°C en lugar de 90°C reduce el gasto energético a la mitad

Lave con agua fría siempre que el estado de la ropa lo permita, existen detergentes eficaces también a temperaturas bajas

Debe evaluar correctamente el grado de suciedad de la ropa a lavar

Debe dosificar la cantidad de detergente, no superando la dosis aconsejada por el fabricante

Centrifugando se gasta mucha menos energía para secar que utilizando una secadora

La mayor parte de la energía que consumen (entre el 80 y el 85%) se utiliza para calentar el agua, por lo que es muy importante recurrir a los programas de baja temperatura



“Más del 70% de la energía necesaria para lavar la ropa se invierte en calentar el agua”



Compra

- ☑ Se deben elegir modelos con ciclos económicos que utilizan menos agua para el lavado y, por tanto, menor cantidad de energía eléctrica para calentar dicha agua y menor cantidad de detergente. Algunos modelos usan 9/12 litros frente a los 18/20 litros de los modelos convencionales
- ☑ Analice los ciclos de lavado en la elección de la lavadora y compruebe que tiene un ciclo de lavado económico y corto, y diversas temperaturas de agua
- ☑ Cuando se va a comprar secadora, es recomendable, también disponer de lavadora de centrifugado de gama 900-1000 r.p.m.



TOSTADORA

- Una tostadora suele tener una potencia de 700 W, con un consumo de unos 90 kWh
- Las tostadoras de pan de tipo cerrado pueden consumir hasta un 50% menos de energía que las abiertas

TELEVISOR

- Representa poca potencia instalada (una media de 200 W de potencia y un consumo anual de unos 520 kWh)
- Aunque su potencia es baja, su consumo es tanto como en iluminación porque está encendido mucho tiempo al día

ASPIRADORA

- Suele tener una potencia media de unos 1.300 W y un consumo anual de unos 150 kWh
- Se debe cambiar regularmente la bolsa cuando esté llena
- Evite la potencia máxima si el aparato tiene un dispositivo para regularla
- Son recomendables los modelos denominados ecológicos, que además ahorran en papel. En estos, tanto su eficacia como su eficiencia permanecen constantes

SECADOR DE PELO

- Con una potencia de 1.800 W, su consumo anual es de unos 220 kWh

BATIDORA

- Con una potencia de 200 W, su consumo anual es de unos 40 kWh

LICUADORA

- Con una potencia de 600 W, su consumo anual es de unos 45 kWh

CAFETERA

- Con una potencia de 750 W, su consumo anual es de unos 55 kWh



“los pequeños electrodomésticos representan entre el 12 y 15% del gasto total de consumo eléctrico en la vivienda”



PLANCHA

- ☑️ Cuanto más baja es la temperatura que elegimos en el termostato, menor es el consumo
- ☑️ Una plancha de 1.000 W tiene un consumo anual de unos 130 kWh
- ☑️ No deje la plancha encendida, si va a interrumpir la tarea más de 10 minutos

MANTENIMIENTO

- ☑ El horno será más eficiente si se limpia asiduamente. Evite posibles suciedades en las resistencias
- ☑ Mejor limpiarlo cuando aún está caliente para no dañar la capa protectora de barniz que reviste las paredes del horno

RECOMENDACIONES

Utilice el reloj programador del horno. Es efectivo para ahorrar energía

Cada vez que abre la puerta del horno para comprobar el punto de cocción se producen unas pérdidas de hasta un 20% del calor acumulado

Apague el horno diez minutos antes de finalizar la cocción, aprovechará el calor residual sin coste alguno

Nunca use metal en un microondas, podría producir un cortocircuito. Se deben usar recipientes transparentes a las ondas como el vidrio, cerámica, porcelana, plásticos especiales

Precalente el horno sólo cuando sea estrictamente necesario

La temperatura máxima aconsejada desde el punto de vista energético es de 180-200°C, aunque ello prolongue el tiempo de cocción



“El horno microondas consume un 10% de energía que el horno tradicional”



En el mercado encontramos los siguientes tipos de hornos:

	SISTEMA	CONSUMO ENERGÉTICO	OBSERVACIONES
Eléctrico	Resistencias eléctricas	Muy alto consumo energético	Reseca los alimentos
Microondas	Ondas electro-magnéticas	Consumo energético medio	Calienta alimentos con agua
Gas	Combustión de gas	Bajo consumo energético	No resaca los alimentos

MANTENIMIENTO

- ☑ Limpie el filtro asiduamente (mejor después de cada lavado)
- ☑ Mantenga los depósitos de sal y abrillantador llenos, para un lavado más eficiente
- ☑ En periodos de ausencia prolongada, desenchufe y cierre la toma de agua
- ☑ Lea con atención el libro de instrucciones para una mejor utilización del electrodoméstico

RECOMENDACIONES

Haga funcionar el lavavajillas sólo a plena carga. Consume la misma energía y detergente

Elija un programa económico para la vajilla poco sucia, temperatura más baja y reducción de la fase de secado

Use el ciclo intensivo sólo cuando la vajilla esté muy sucia

El lavavajillas puede conectarse al agua que proviene directamente del calentador de gas natural o de la caldera, así el agua entra directamente calentada. Esto proporciona un importante ahorro de tiempo, energía, dinero y otras ventajas como una mayor calidad de lavado (mejor disolución de detergente) y alargará la vida del aparato por menor uso de la resistencia

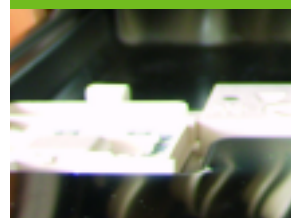
Respete la dosis de detergente aconsejadas por el fabricante, ¡el detergente sobrante no sirve para lavar, sino para contaminar!

Elimine el secado con aire caliente. En su lugar abra la puerta del lavavajillas, al final del lavado. Se ahorra hasta un 40% de energía

Lave la vajilla en el lavavajillas: lavar los platos a mano con agua caliente puede resultar hasta un 60% más caro que hacerlo con un lavavajillas moderno a plena carga, ¡además de su esfuerzo y el ahorro de agua!



“El 90% de la electricidad consumida se emplea para calentar el agua y sólo el 10% para mover el motor”



Compra

- ☑ Los modelos más recientes por lo general, requieren menor consumo de energía, agua y detergente
- ☑ Elija el modelo que incluya la opción de ciclo frío y económico
- ☑ Un modelo eficiente puede consumir la mitad de un lavavajillas antiguo

MANTENIMIENTO

- ☑ Limpie con regularidad las fuentes de luz y luminarias, ganará en cantidad y calidad de luminosidad

RECOMENDACIONES

Los tubos fluorescentes y bombillas de bajo consumo duran hasta 10 veces más que las bombillas tradicionales, y son más eficientes energéticamente (un 80%)

Es importante la distribución del flujo luminoso, no basta con poner lámparas más potentes, que además consumen más, conviene estudiar las diversas exigencias de iluminación

Si va a apagar un fluorescente por un tipo menor de 20 minutos, mejor lo deje encendido

Los detectores de presencia, encienden o apagan las luces automáticamente al detectar la presencia de personas. Es muy eficiente para zonas de paso y garajes

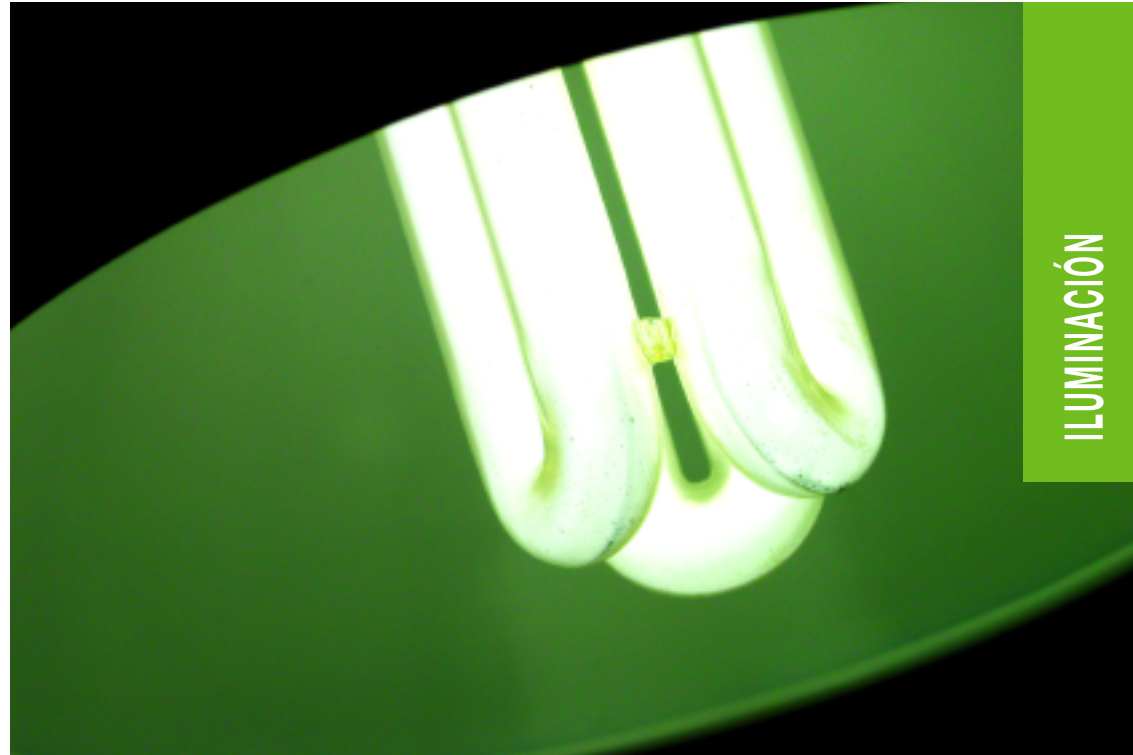
Sustituya aquellas luminarias que más utiliza, por bombillas de bajo consumo, tendrá rápidos resultados y ahorros

Las lámparas halógenas deben utilizarse de forma adecuada y racional. Regule la intensidad de luz mediante atenuadores

Utilice los reguladores de intensidad luminosa electrónicos (no reostatos) en lámparas incandescentes, que le permitirán ahorrar energía

Y recuerde, no deje luces encendidas en habitaciones que no esté utilizando, o reduzca al mínimo la iluminación ornamental en exteriores: jardines etc. y coloque puntos de luz de manera que iluminen otras habitaciones colindantes, como vestíbulos y pasillos

Los tubos fluorescentes del tipo trifósforo o multifósforo dan entre un 15 y un 20% más iluminación que los tubos fluorescentes estándar para un mismo consumo energético



“Una bombilla incandescente de 100 W emite cada año 500 kg de CO₂ más que otra de bajo consumo de 20 W”



Compra

- ☑ Calidad y cantidad de luz, así como el consumo de electricidad, varían según la luminaria y la lámpara
- ☑ Existen lámparas de bajo consumo para prácticamente todas las necesidades y aplicaciones domésticas
- ☑ Vida útil media de las lámparas (horas):

incandescentes	halógenas	fluorescentes	bajo consumo
1000	2000-2500	5000-10.000	6.000-10.000

- ☑ Tabla de equivalencias entre lámpara de bajo consumo y bombilla incandescente

Bajo consumo	9 W	11 W	15 W	20 W	23 W
Bombilla incandescente	40 W	60 W	75 W	100 W	125 W

	SISTEMA	CONSUMO ENERGÉTICO	OBSERVACIONES
Eléctrico acumulación	Resistencias eléctricas	Muy alto consumo energético	Poco recomendable
Gas acumulación	Combustión de gas	Bajo consumo energético. Nuevos desarrollos	Recomendables
Gas instantáneo	Combustión de gas	Bajo consumo energético. Rápidas en calentamiento	Recomendables

MANTENIMIENTO

- Realizar un mantenimiento cada dos o tres años, eliminando así las incrustaciones calcáreas y limpiar el serpentín
- Todo ello por un instalador mantenedor debidamente autorizado

RECOMENDACIONES

La temperatura del termostato a la salida del calentador es conveniente a 40-45°C en verano y a 60°C en invierno

Cuando los consumos de agua caliente son elevados, utilizar colectores para aprovechar la energía solar, ¡ésta si es ecológica y gratuita!

El aprovechamiento de la energía solar térmica para el agua caliente sanitaria en hogares tiene varias ventajas: ahorra energía, que contribuye al medioambiente, se amortiza en pocos años, y además existen ayudas y subvenciones para su instalación

Con las aguas duras de la Región de Murcia, es conveniente usar un descalcificante para el calentador

Acumulador de agua y sistema de tuberías deben estar bien aislados

Recuerde que el consumo de agua caliente en una familia media es de alrededor de 200-250 litros al día, lo que hace que en el conjunto de las viviendas, el 20-25% del consumo energético sea para este uso



“Calentar el agua con electricidad supone un consumo de energía 3 veces superior a hacerlo con un calentador o caldera”



Compra

- Adecúe la capacidad atendiendo a las propias necesidades:

Personas	Gas	Acumulable
1-2	5 l.	50 litros
3-5	10 l.	80 litros
+6	12 l.	120 litros

- Los calentadores de gas suponen un importante ahorro de energía primaria con respecto a los calentadores eléctricos
- Existe una amplia gama de calderas mixtas de gas que, además de agua caliente, producen agua para el circuito de calefacción
- En calderas de acumulación, es importante que el depósito de agua, esté revestido de un buen material aislante

MANTENIMIENTO

- Es importante limpiar o sustituir los filtros en el evaporador y condensador.
- Garantice una correcta evacuación del agua que condensa
- El mantenimiento debe hacerlo un instalador-mantenedor acreditado

RECOMENDACIONES

Utilice el termostato y su programador. Por cada grado que disminuya la temperatura estará consumiendo un 8% más de energía. La temperatura aconsejable para la vivienda en los meses más calurosos es de 24-25°C

Ventile la casa a primeras horas de la mañana y por la noche, cuando la temperatura del aire es más fresca

Una vez en marcha el equipo, evite abrir las ventanas

Coloque el aparato exterior (condensador) donde no le de el sol, ni cerca de fuentes de calor

El aire debe circular libremente alrededor del equipo

Un equipo de aire acondicionado de 2,5 kW de potencia, consume al día 15 kWh, que equivale al resto de consumos de una vivienda

Recuerde, ¡hay que refrescar pero no congelar! Aire fresco SI, frío NO

Una diferencia de temperatura con el exterior de 12 °C no es saludable

Los aparatos de aire acondicionado disponen de una etiqueta energética que representa una herramienta muy valiosa para elegir un aparato eficiente. Elija un aparato de clase energética A

Instalar toldos, cerrar persianas y correr cortinas son sistemas eficaces para reducir el calentamiento de nuestra vivienda



“El aire acondicionado en los meses veraniegos puede significar hasta un 70% del consumo energético”



Compra

- Antes de instalar o renovar el sistema de aire acondicionado, hay que actuar sobre la arquitectura general del edificio para disminuir la potencia de refrigeración:
 - Equipar las ventanas con cristales absorbentes y protecciones exteriores (toldos, persianas, etc.).
 - Utilizar superficies reflectantes para las paredes exteriores.
 - Disponer de espacios abiertos con vegetación.
 - Exija el estudio de necesidades de frío para su vivienda o local.
- Se recomienda la bomba de calor con ciclo reversible, que tiene capacidad de enfriar y calentar, con lo que se reduce el tiempo de su amortización

MANTENIMIENTO

- Se recomienda purgar los radiadores al menos una vez al año, al inicio de la temporada
- Es obligatoria la revisión periódica de la caldera (cuando se opte por éste sistema)
- El mantenimiento debe hacerlo un instalador-mantenedor acreditado

RECOMENDACIONES

Procure que la temperatura se mantenga a 20°C. Por cada grado en vivienda por encima supone un incremento de los costes energéticos de un 8%

Instale un termostato de ambiente, la temperatura de su casa se mantendrá a su gusto, y el sistema de calefacción funcionará automáticamente

Para su uso eficiente no cubrir los radiadores, éstos deben situarse en las paredes más frías

Instalar válvulas termostáticas en los radiadores de agua caliente de las habitaciones de mayor uso. Estas válvulas se cierran automáticamente cuando la temperatura llega al valor elegido

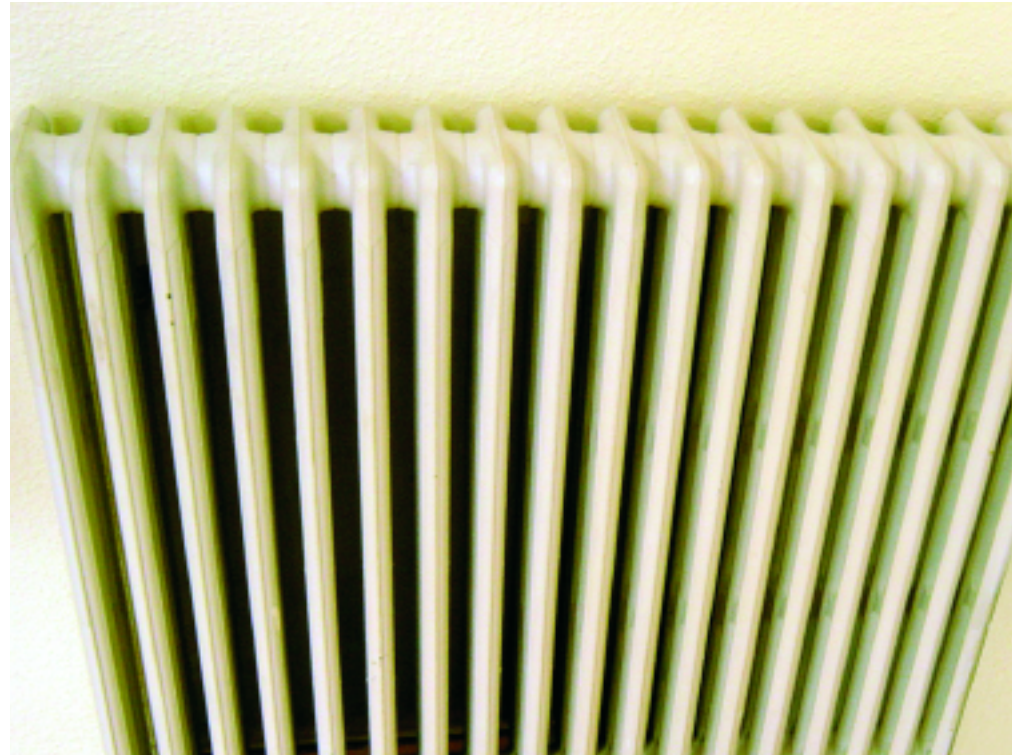
El sistema de calefacción energéticamente recomendado es calentamiento de agua con caldera, apoyándose de un sistema solar térmico

Si se ausenta por unas horas, reduzca la posición del termostato a 15 °C (la posición económica de algunos modelos corresponde a esta temperatura)

Sepa que para dormir suele ser suficiente una temperatura entre 15°C y 17°C, para los niños y personas mayores la temperatura sobre los 20°C

Recuerde, ¡hay que calentar, pero no abrasar!

Cierre las persianas y cortinas por la noche, evitará importantes pérdidas de calor



“La calefacción por resistencias eléctricas supone un consumo de energía extraordinario”



SISTEMA	CONSUMO	CONFORT
Suelo radiante agua caliente	Bajo	Muy alto
Radiadores agua caliente	Bajo	Alto
Acumuladores	Medio	Alto
Bomba calor	Medio	Medio
Radiadores eléctricos	Alto	Alto
Suelo radiante eléctrico	Muy alto	Alto
Resistencias eléctricas	Muy alto	Medio



RECOMENDACIONES

Con un motor bien reglado se pueden evitar aumentos de consumo de hasta el 9%;

Una presión incorrecta de los neumáticos (un bajo inflado de 0,3 bares) provoca un aumento del consumo de un 3%

El correcto alineado de las ruedas evitará el desgaste prematuro de la banda de rodadura

Ahorrrará combustible si realiza los cambios de filtros, aceite y bujías periódicamente

Evite sobrecargar el vehículo (cada 100 kg de más, el consumo de carburante aumenta un 3%)

Desmunte la baca si no se utiliza (aumenta el consumo entre un 20 y un 30%)

Circule con las ventanillas cerradas (evitará el 5% más de consumo)

Utilice el aire acondicionado sólo cuando sea necesario (aumenta el consumo entre un 10 y un 20%)

A la hora de comprar un coche es obligatorio facilitar información sobre consumo (l/100 km) y emisiones de CO₂ de los vehículos (g/km): solicítela

“El transporte supone el 40% de la energía consumida en España. Sólo los automóviles acaparan el 15%”



- ☑ El 40% de las emisiones de CO₂ originadas por el consumo de energía proviene del transporte por carretera
- ☑ Con las técnicas de conducción económica, España ahorraría unos 1.850 millones de euros al año
- ☑ Con el carburante ahorrado (717 y 1.653 millones de litros de gasóleo y gasolina, respectivamente) podrían circular 2,6 millones de coches durante un año
- ☑ Si un conductor aplicara la conducción económica en su coche de gasolina ahorraría unos 160 € al año; o casi el triple de los que practican una conducción agresiva
- ☑ La conducción eficiente permite conseguir un ahorro medio de carburante y de emisiones de CO₂ del 15%

Las 10 reglas de oro del conductor eficiente

- 1.** No acelere al arrancar ni al parar el motor; en los de gasolina inicie inmediatamente la marcha y en los diesel espere unos segundos
- 2.** Cambie lo antes posible a marchas más largas: de forma orientativa, entre 2.000-2.500 revoluciones (los de gasolina) y entre 1.500-2.000 en los diesel
- 3.** Ruede a una velocidad constante y moderada, y evite frenazos y aceleraciones
- 4.** En las deceleraciones, levante el pie del acelerador y deje rodar por la inercia (con una marcha engranada no consume nada). Desconecte el motor si va a permanecer detenido mucho tiempo
- 5.** Conduzca con una adecuada distancia de seguridad y un amplio campo de visión que posibilite ver cuanto ocurra por delante y le permita anticiparse
- 6.** Si lo necesita (adelantamientos, incorporaciones, etc.), no dude en cambiar a marchas inferiores y acelerar a fondo
- 7.** Revise periódicamente el motor y haga los cambios de filtro, aceite y bujías que exija el manual de mantenimiento
- 8.** Mantenga la presión correcta de los neumáticos y cuide su alineado
- 9.** No sobrecargue el vehículo, no circule con las ventanillas abiertas y utilice el aire acondicionado sólo cuando sea necesario
- 10.** Se ha experimentado con varios coches y recorridos urbanos de menos de 10 kms, que una conducción agresiva –llegar antes al semáforo cerrado- no disminuye el tiempo de viaje en más de 3 minutos, y sin embargo aumenta el consumo de carburante en más de 50%, ¿merece la pena?



“El automóvil constituye una herramienta básica para el desenvolvimiento de la vida cotidiana, sin embargo el transporte público consume 15 veces menos energía, y por tanto contamina 15 veces menos”



- ☑ A más de 20 km/h con una marcha metida sin pisar el acelerador, el consumo es nulo; al ralentí se gasta entre 0,4 y 0,7 litros/hora
- ☑ Pasar de 120 a 140 km/h aumenta el consumo en un 36%
- ☑ Hay otros combustibles denominados biocarburantes, proceden de cultivos agrícolas y reciclaje de aceites vegetales usados, oirá hablar de ellos en los próximos años
- ☑ Experiencias realizadas en la ITV dicen que el 30% de los coches examinados están consumiendo un 20% de exceso, y emiten un 45% más de CO₂, que si estuviesen correctamente puestos a punto

IMPRESORA

- Las impresoras láser en general son las más rápidas, pero son también las que más energía consumen
- Para aquellos trabajos de impresión que no sean presentaciones finales, use calidad borrador a doble cara
- Active el modo de espera “standby” si la máquina va a permanecer inactiva durante un tiempo relativamente largo

PAPEL

- Racionalice el uso de papel. Imprima a doble cara y en modo 2 en 1, mientras sea posible
- Utilice papel reciclado siempre que pueda
- Utilice como borrador aquellas hojas impresas por una cara que haya desechado

FOTOCOPIADORA

- El 75 % de energía que consume una fotocopidora lo hace para calentar el tambor, un 15% para los controles electrónicos y el 10 % para accionamientos y luz. Desconectando la máquina cuando no se use, reduce notablemente el consumo de calefacción del tambor

FAX

- Las máquinas fax suelen estar conectadas en muchos casos las 24 horas al día. Procure que estén en modo “standby”, en el que consumen el 25 % de la energía total



“A partir de 1 hora de inactividad, es rentable apagar el ordenador”

**Ordenador**

- ☑ Active la función de ahorro de energía: interrumpe el suministro a los componentes inactivos mientras no se precisan
- ☑ La pantalla puede consumir hasta la mitad de la energía del aparato. Es muy recomendable adquirir las de menor consumo, tipo TFT
- ☑ Desenchufe las fuentes de alimentación de los ordenadores portátiles mientras no se estén utilizando
- ☑ Cuando desconecte el ordenador, no olvide apagar también la pantalla