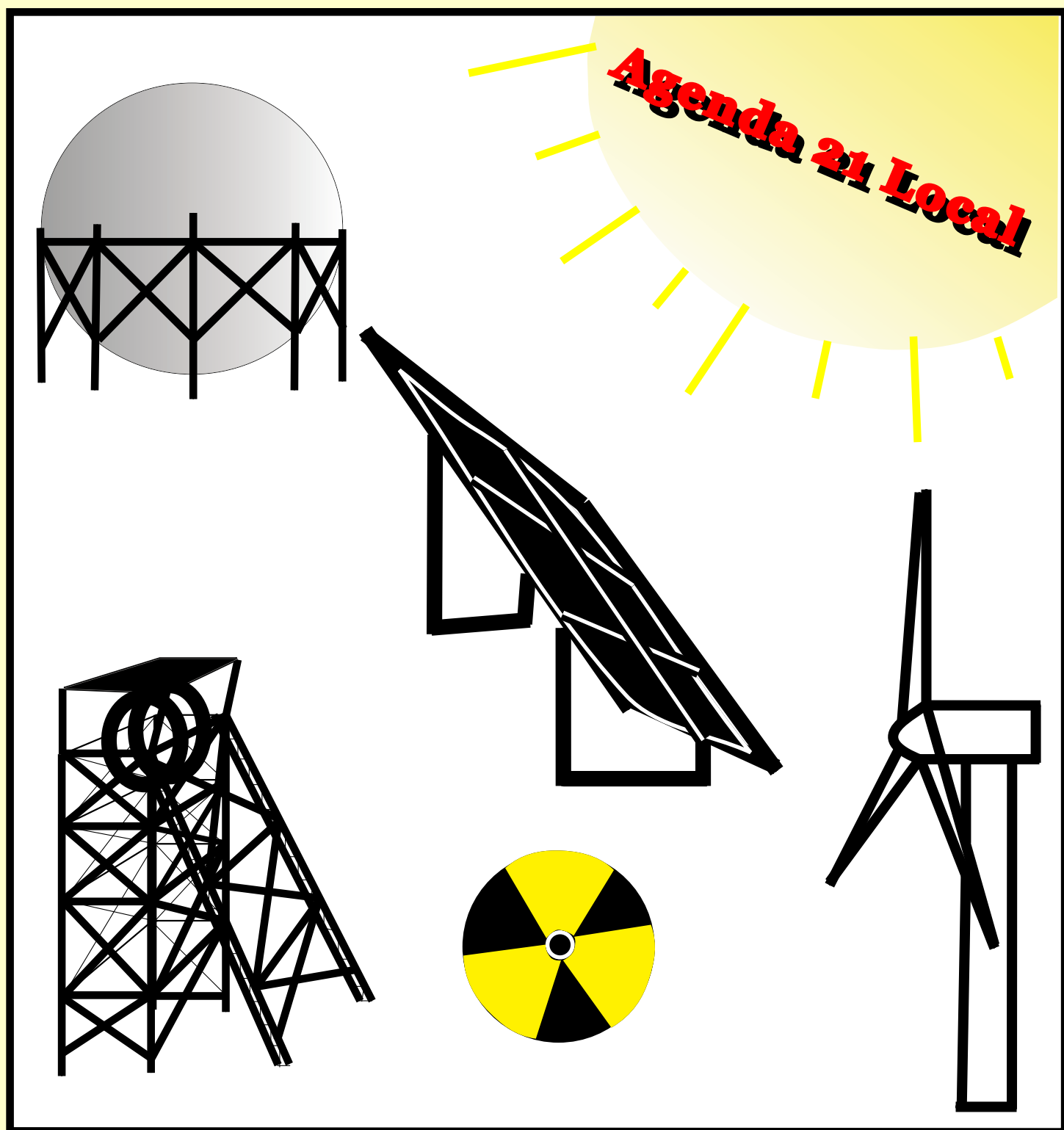


Guía de Buenas Prácticas

ENERGÍA



Con sencillas pautas de conducta, esta **guía de buenas prácticas**, ayudará a reducir los consumos de energía en los hogares del concejo, sin renunciar al confort.

Conseguir una mayor sostenibilidad ambiental y eficiencia energética, precisa la colaboración de todas y todos los habitantes de este concejo.

Usando la energía de forma más responsable, modificando algunos hábitos, se contribuirá a que las generaciones futuras puedan disfrutar de los recursos suficientes para su desarrollo.



Eficiencia energética:
mejorar el confort con
menor consumo.

Por cada unidad de electricidad que se consume (energía final) son necesarias unas 3 unidades energéticas de combustible fósil en las centrales térmicas debido a las pérdidas que se producen en los procesos de extracción, transformación y transporte de los recursos naturales utilizados para producir energía (primaria).

Energía primaria = energía final + pérdida en transformación + pérdida en transporte.

Utilizamos de forma tan cotidiana la energía que difícilmente podríamos entender nuestra sociedad actual sin ella. Para obtenerla se transforman materias primas en electricidad, calor o combustible, haciéndonos la vida más confortable y facilitando el transporte.

Los recursos utilizados para generar energía, conocidos como fuentes de energía primaria, son de dos tipos:

- **renovables:**

son inagotables, producen escasa contaminación de la atmósfera y pocos residuos.

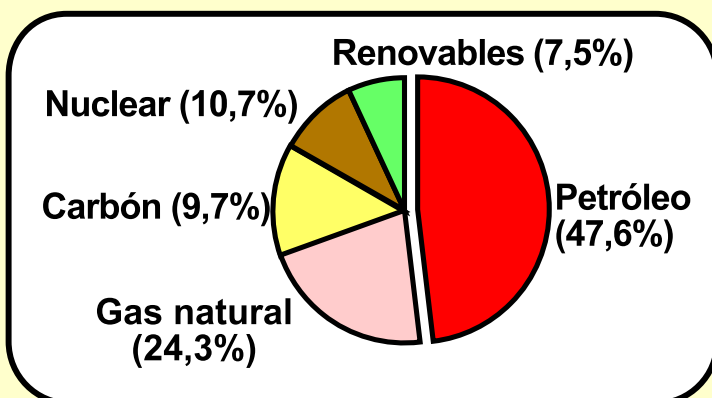
el sol la biomasa
el agua las mareas o las olas
el viento la temperatura del interior de la tierra.

- **no renovables:**

se agotan a medida que son consumidos para generar energía. Las reservas en el planeta son limitadas. Producen contaminación atmosférica y residuos, que pueden ser peligrosos.

Materias primas más utilizadas:

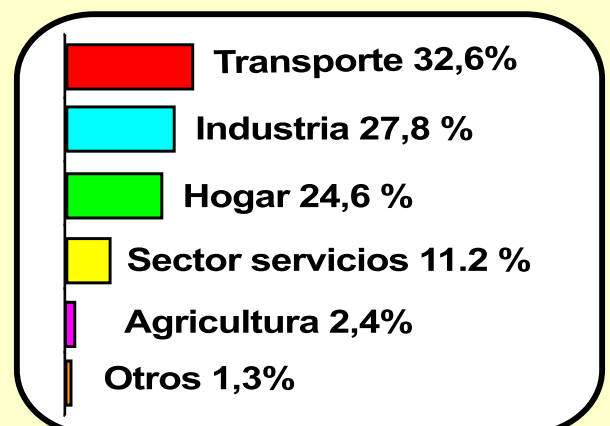
el petróleo el gas natural
el carbón el uranio



Recursos primarios utilizados en España, 2008

Cubren la tercera parte de las necesidades energéticas de los hogares. La electricidad supone casi otro tercio, y el carbón menos del 1%.

Los derivados del petróleo: gasolina, gasóleo, butano y propano, son las fuentes más utilizadas en los hogares españoles.

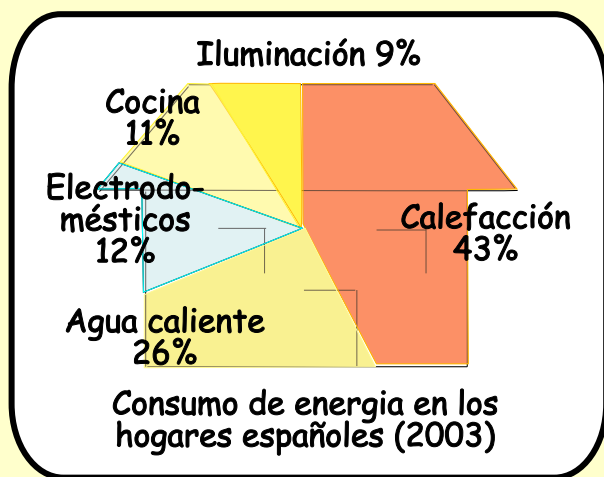


Consumos de energía España, 2008

Mientras que la población en España ha crecido, desde los noventa, a un ritmo del 0,4% anual, el consumo energético de los hogares lo ha hecho al 2,5%.



Las familias españolas consumen el 30% de la energía del país: el 12% en el coche y el 18% restante en la vivienda.

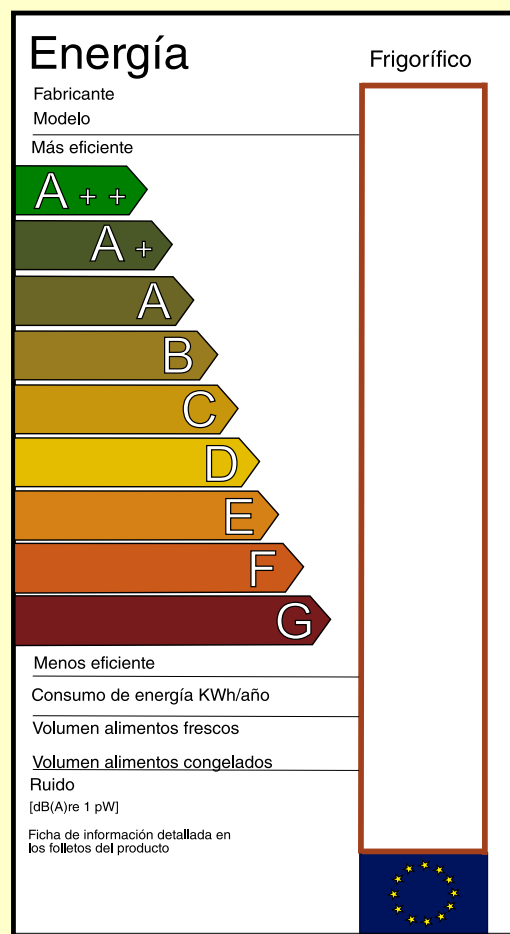


Cada tipo de energía es adecuada para un uso determinado. El gas en calefacción, cocina y calentador contamina menos. La electricidad para la iluminación, a no ser que proceda de fuentes renovables.

La etiqueta energética informa de la eficiencia del electrodoméstico.

Habitualmente hay 7 clases identificadas por barras de colores y letras (de la A a la G); pero para algunos aparatos hay 9 clases A⁺⁺ y A⁺.

El consumo energético puede llegar a ser 3 veces mayor en los de la clase G que en los de la A.

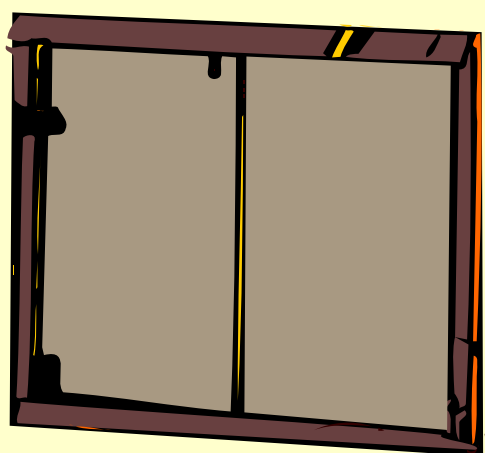


El consumo energético de las instalaciones que suelen venir en la vivienda (aislamiento, calefacción y agua caliente sanitaria) suponen un 7% del total del hogar.

Un mantenimiento adecuado de la caldera, ahorra hasta un 15% de energía.

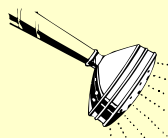


En invierno, que la luz entre en casa con las ventanas cerradas



Carpinterías de hierro o aluminio permiten fácilmente el paso del frío o del calor. Las denominadas de rotura de puente térmico, contienen material aislante en el marco.

Por la noche, evita pérdidas de calor cerrando persianas y cortinas.



Una ducha consume unas cuatro veces menos de agua y energía que un baño.

El aire en el interior de los radiadores dificulta la difusión del calor, es necesario purgarlos.

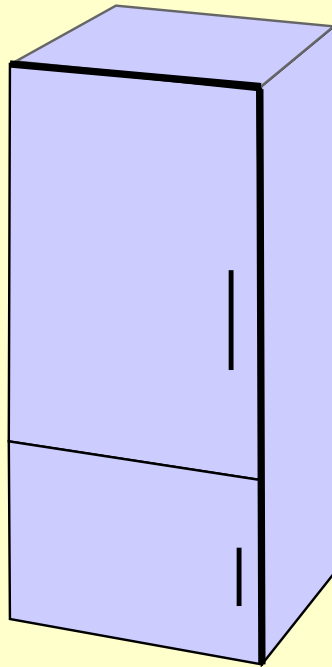


Al ritmo actual el consumo mundial de energía se habrá duplicado en 35 años y en 55 se habrá triplicado

10 minutos son suficientes para ventilar las habitaciones. Cerrar las ventanas antes de encender la calefacción.

De todos los electrodomésticos de la vivienda el **frigorífico** es, con diferencia, el que más electricidad consume en el hogar. Por su uso continuo.

Ha de alejarse de focos de calor, permitiendo que circule el aire por su parte trasera. Limpiando la rejilla trasera, al menos una vez al año, se ahorra energía.



Se ahorrará hasta el 30% descongelando antes de que la capa de hielo alcance 3 mm de espesor.

No meter alimentos calientes.

5 °C de refrigeración y -18 °C de congelación, son temperaturas adecuadas.

La puerta ha de cerrar herméticamente, abriéndola lo menos posible y cerrándola con rapidez.

Descongelando alimentos en la zona de refrigeración, en vez del exterior añade frío al frigorífico

Consumen menos los **ordenadores** con sistemas de "energy star".

El salvapantallas que menos energía consume es el de color negro.



La impresora ha de imprimir a doble cara.

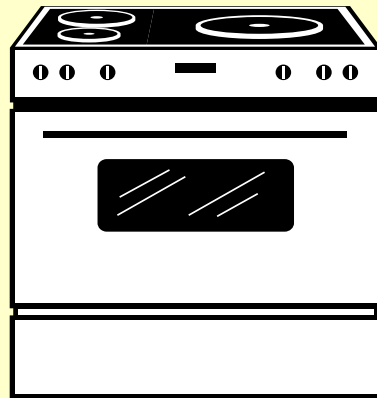
Si te ausentas más de 30 minutos, apágalos. Para ausencias cortas apagar solamente la pantalla.

En general, las **cocinas y hornos** eléctricos tienen menor eficacia energética que las de gas.

Para aprovechar al máximo el calor, el fondo de los recipientes ha de ser ligeramente mayor que el del fogón.

Abriendo el horno se pierde un mínimo del 20% de la energía acumulada en su interior.

Si es posible, cocine llenándolo al máximo. Si son cocciones superiores a 1 hora no es necesario precalentar.

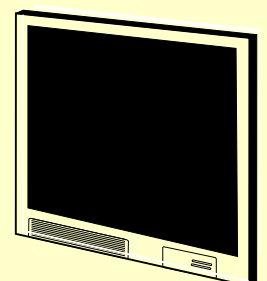


Realizar la cocción con las ollas tapadas ahorra energía.

Apagar las cocinas eléctricas unos cinco minutos antes de finalizar el cocinado.

Las cocinas eléctricas pueden ser de resistencias convencionales, vitrocerámicas o de inducción. Las de inducción calientan los alimentos generando campos magnéticos. Son mucho más rápidas y eficientes que el resto de las cocinas eléctricas.

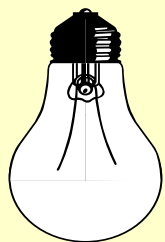
El **televisor** representa un 10% del consumo eléctrico del hogar. En el modo de espera (pantalla apagada y piloto encendido) puede consumir hasta un 15% del consumo en funcionamiento. Se ha de apagar totalmente.



La iluminación supone el 20 % del consumo de electricidad de la vivienda.

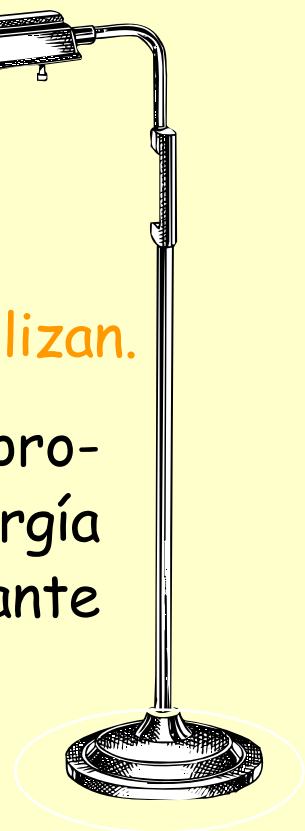
Se aprovecha mejor la iluminación natural con colores claros en paredes y techos.

Apaga las luces en habitaciones que no se utilizan.



Las bombillas incandescentes sólo aprovechan en iluminación un 5 % de la energía eléctrica que consumen, el 95 % restante se transforma en calor.

Las lámparas halógenas con transformador de tipo electrónico pueden consumir hasta un 30 % menos que las bombillas convencionales (incandescentes).



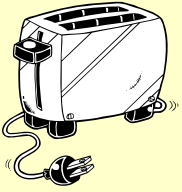
Los tubos fluorescentes y las lámparas de bajo consumo, ahorran hasta un 80 % de electricidad (consumida por las bombillas incandescentes) y duran entre 8 y 10 veces más.

Encendidos y apagados frecuentes reducen la vida útil de las lámparas de bajo consumo.

Durante la vida útil de una lámpara de bajo consumo se emite a la atmósfera media tonelada menos de CO₂ que con la bombilla convencional. Las del tipo electrónico aguantan más encendidos, duran más y consumen menos.

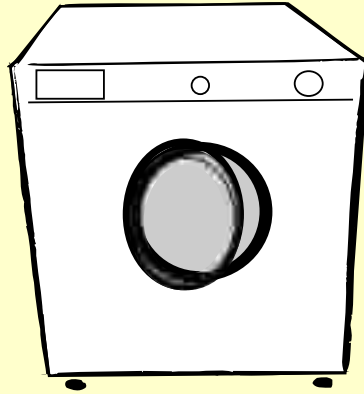


Los tubos fluorescentes tienen el mayor consumo en el encendido



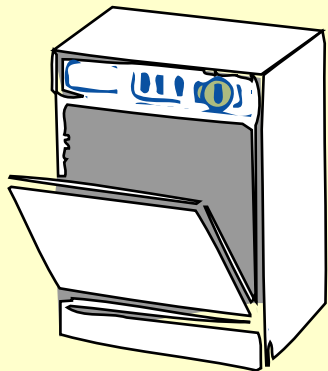
Los pequeños electrodomésticos que producen calor (plancha, tostadora...) tienen consumos importantes.

La **lavadora**, después del frigorífico y el televisor es el electrodoméstico que mas energía consume.



Lavar a baja temperatura ahorra energía. Entre el 80 y el 85 % se utiliza para calentar el agua.

Se ha de lavar aprovechando al máximo su capacidad

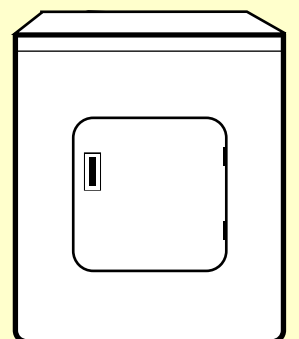


En los **lavavajillas** el 90 % del consumo se produce para calentar agua. Utiliza los programas económicos o de baja temperatura y cuando estén completamente llenos.

Use agua fría para aclarar antes de meter al lavaplatos.

Si están llenos los depósitos de sal y abrillantador se reduce el consumo de energía en lavado y secado.

La **secadora** consume mucha energía. Utilice a carga completa y después de centrifugar al máximo, separando en secados diferentes la ropa de algodón y la ropa pesada de la ropa ligera.





AYUNTAMIENTO DE
CARREÑO

Concejalía de Ordenación del Territorio, Medio Ambiente,
Infraestructuras y Vivienda. Ayuntamiento de Carreño.



GOBIERNO DEL
PRINCIPADO DE ASTURIAS

CONSEJERÍA DE MEDIO AMBIENTE
Y DESARROLLO RURAL

Consejería de Medio Ambiente, Ordenación del Territorio
e Infraestructuras. Oficina de Sostenibilidad, el Cambio
Climático y la Participación. Principado de Asturias.



Trabajos coordinados por: Elio Castaño (**ecys**, ciudadanía
y sostenibilidad)

Octubre, 2009.