

5 de marzo: DÍA DE LA EFICIENCIA ENERGÉTICA

## La eficiencia como forma de vida

Son muchas las formas en las que podemos contribuir a usar la energía de manera más eficiente, pero sólo hace falta una actitud: la de evitar el derroche de un bien tan preciado (y también tan caro) como la energía. En el Día Mundial de la Eficiencia Energética, CECU quiere fomentar esa actitud positiva y ofrecer oportunidades para “usar” bien la energía en lugar de “gastarla” sin más:

### - En casa.

En nuestro hogar podemos empezar desde su **estructura y aislamiento**. Lo ideal sería planificar su construcción con un objetivo de eficiencia desde el primer momento (una edificación basada en la eficiencia energética puede llegar a ahorrar hasta el 25% de energía), pero dado que esto no es lo habitual y el consumidor no suele formar parte de la construcción, sí que se pueden tomar medidas de **reforma** que vayan en este sentido. Iniciativas como la de la fundación [La Casa Que Ahorra](#) muestran cómo, con un aislamiento óptimo (en techos y muros y con ventanas adecuadas) o una ventilación controlada, se pueden conseguir importantes resultados en la climatización de nuestro hogar.

Una vez mejorado el envoltorio de la vivienda, hay que perfeccionar el funcionamiento y el uso de lo que tenemos dentro. En este sentido, una de las medidas más importantes es que los **electrodomésticos** (que son los grandes consumidores de energía) tengan una eficiencia energética adecuada, eligiendo aquellos con **etiquetado A, A+ o superior**. Son algo más caros pero se amortizan pronto gracias a su ahorro de energía. Si además eliminamos el “stand by” de aquellos que estén siempre enchufados, también evitaremos ese consumo *fantasma*.

Una vez dispongamos de electrodomésticos eficientes, hay que **utilizarlos de forma adecuada**, algo especialmente importante en el caso de la calefacción o el aire acondicionado: con una temperatura de **21° en invierno y 25° en verano**, es suficiente. Otras medidas, como utilizar la lavadora o el lavavajillas a plena carga o moderar el uso del agua caliente, también nos ayudarán a reducir el consumo.

### - En la oficina.

En este espacio no todo depende de nuestra actitud, pero sí que podemos tomar pequeñas medidas: **apagar la pantalla** del ordenador si nos vamos a ausentar un rato, utilizar **regletas** para desconectar rápidamente el “stand by” de los aparatos y acordarnos, al acabar la jornada, de **apagar los ordenadores**, las impresoras y la **climatización**.

### - En el transporte

Otra gran forma de contribuir al uso eficiente de la energía es tratar de utilizar **fórmulas de transporte alternativas al vehículo privado**. El hecho de que todas las mañanas haya



cientos de coches recorriendo las ciudades con un solo ocupante a bordo no habla muy bien de nuestra sociedad y, si bien las autoridades tienen muchas asignaturas pendientes en cuanto a la mejora de las redes de transporte público y al precio de las mismas para los usuarios, es necesario un cambio de mentalidad que nos haga ver que esta situación es reversible. Y no sólo a través de la utilización del transporte público, sino también de **otros medios** como la **bicicleta** o, si es posible, **a pie**. Requiere algo de esfuerzo, pero los beneficios, para nuestro bolsillo y nuestra salud, serán una importante recompensa.

- **En tus compras**

Podemos ahorrar energía al hacer nuestras compras, no sólo tratando de **comprar en lugares cercanos** a nuestro hogar y evitando tener que desplazarnos en coche, sino también eligiendo lo que compramos y escogiendo, preferentemente, los **productos de temporada y de proximidad**. Estos artículos no sólo suelen tener una calidad superior, sino que se ha ahorrado una cantidad importante de energía al evitar su transporte desde largas distancias.

Por otra parte, en los últimos años se ha consolidado la tendencia de muchos **comercios** de permanecer, tanto en verano como en invierno, con su **climatización en marcha y las puertas abiertas**, con el importantísimo gasto de energía que ello supone. En un estudio realizado por CECU<sup>i</sup> se observó que un único comercio puede ahorrar hasta un 75% de su factura eléctrica si cierra la puerta cuando tenga en marcha la climatización. Como consumidores, también podemos tener en cuenta estas circunstancias de derroche a la hora de elegir dónde comprar, así como comentarlo con el comercio y animarles a evitar ese desperdicio innecesario de energía.

Y esto es sólo una muestra, a través de la web de CECU ([www.ceu.es](http://www.ceu.es)) se puede encontrar mucha más información sobre la utilización eficiente de la energía.

Área de Comunicación CECU

Síguenos  [@CECUconsumo](https://twitter.com/CECUconsumo)

<sup>i</sup> El estudio de 2007 “Mentes abiertas, puertas cerradas”:

[http://www.ceu.es/prensa/notas2007/64rrpp\\_mentes&puertas.pdf](http://www.ceu.es/prensa/notas2007/64rrpp_mentes&puertas.pdf)

