



# BRICONSEJOS PARA EL HOGAR

o cómo cuidar el medioambiente desde casa

*Podemos hacer pequeñas modificaciones en nuestro hogar para lograr ahorros cotidianos. Aunque estos pequeños ahorros pueden representar una diferencia económica en el largo plazo, lo más importante es que si entre todos cuidamos los recursos que consumimos podemos mejorar la salud del medioambiente para las futuras generaciones.*

- **GRIFOS:** Puedes acercarte a la ferretería de tu barrio para comprar un aireador. Es un dispositivo que se enrosca en el extremo del grifo e incorpora aire al caudal de agua, reduciendo así la cantidad que sale del grifo. Los aireadores son elementos muy económicos que pueden representar hasta un 50% de ahorro de agua.
- **DESCARGAS DEL VÁTER:** Si tu cisterna no tiene un dispositivo de doble descarga puedes comprar uno, que se instala fácilmente. Podrás escoger entre una descarga de 3-4 litros o una de 6-8 litros. Otra solución que puede reducir hasta un 30% el agua utilizada en cada descarga es introducir una botella plástica llena de agua en la cisterna, de esta manera restringes la cantidad de agua necesaria para llenarla.
- **RIEGO:** Instala sistemas de riego de bajo consumo, como el riego por goteo (el agua se distribuye gota a gota por un tubo) o el riego por exudación (una manguera llena de poros que al llenarse de agua comienza a exudar el líquido hacia el exterior).
- **BOMBILLAS:** Cambia todas las bombillas por bombillas led, es una de las maneras más sencillas de ahorrar energía. Puede representar un ahorro de hasta el 85% de la electricidad utilizada para iluminación. Además, las bombillas de Led's no contienen tóxicos, y tienen una vida útil mucho más larga.



- **REGLETAS:** El consumo que hacen los electrodomésticos en modo espera (stand-by) suele rondar los 375 kWh al año, lo que equivale a unos 60 euros. Reemplaza tus viejas regletas por unas con interruptores, así podrás desconectar fácilmente los electrodomésticos cuando no estes usándolos. También es aconsejable desenchufar todo los cargadores cuando terminamos de cargar nuestros dispositivos (móviles, tabletas, portátiles, altavoces, etc.).
- **BURLETES:** instala burletes en puertas y ventanas. Estos sencillos sistemas aíslan la vivienda, evitando la entrada de aire y logrando que se mantenga la temperatura interior.

## CLIMATIZACIÓN



### INVIERNO

Cada grado que aumentamos eleva un 7% el gasto de energía. La temperatura ideal para calentar un hogar está entre los 19 y los 21 grados. Por la noche, es suficiente mantenerla entre 15 y 17 grados.



### VERANO

Cada grado que bajamos en el aire acondicionado representa un aumento del 10% en el consumo energético. La temperatura ideal recomendada está entre los 26 y los 24 grados. Esta temperatura proporciona confort suficiente y evita que se dispare el consumo energético.

*En ambas estaciones se recomienda que no existan más de 10°C de diferencia entre la temperatura interior y la exterior.*