

Tips de eficiencia energética

Vamos a dedicar este apartado a explicar algunos consejos para mejorar la eficiencia energética en nuestra vida cotidiana. Saber qué tan eficiente es nuestro hogar, es el primer paso para poder mejorar y ahorrar energía.

Etiquetas de electrodomésticos

Hay un punto muy importante en la cotidianidad que la mayoría de las personas no sabe, y es que gran parte de los electrodomésticos cuentan con un etiquetado de eficiencia energética. Esta etiqueta nos va a mostrar entonces la eficiencia energética (consumo de luz y agua) de los electrodomésticos, para que podamos diferenciar los que más consumen de los que menos a la hora de realizar una compra y así promover los aparatos más eficientes, que son los que menos consumen y por lo tanto que nos brindan un ahorro monetario y de contaminación ambiental. Pensemos que por cada kWh (kiloWatt-hora) que ahorramos de energía, estamos evitando que se prenda un generador de electricidad a partir de energía no renovable que emana gases contaminantes para el ambiente [1].

El etiquetado de los electrodomésticos en nuestro país está normalizado por el Instituto Argentino de Normalización y Certificación (IRAM), asociación civil privada sin fines de lucro con más de 85 años de trayectoria y única representante de las normas ISO en Argentina. Este etiquetado tiene la siguiente forma:

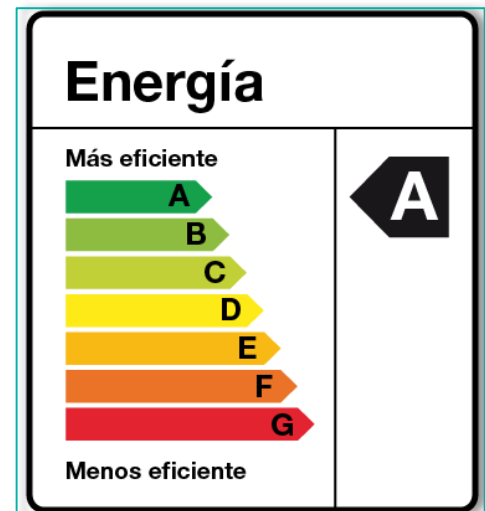


Figura 1: Etiqueta genérica de electrodomésticos [2].

El diseño imita la lógica de un semáforo, donde, el verde intenso es el más eficiente (y recomendable) y el rojo es el menos eficiente. También se define el consumo como un patrón comparativo. Por ejemplo, la letra A indica que el aparato consume menos del 55% que un aparato estándar. Por esto, con el tiempo, se van agregando categorías más eficientes como la A+, A++, etc [3].

¿Sabías qué?

El etiquetado es OBLIGATORIO en heladeras, freezers, lavadoras, secadoras, lavavajillas, hornos y hornallas eléctricas, televisores, acondicionadores de aire, microondas, calefones y lámparas. No te dejes engañar por los vendedores y compra con conciencia.

En el siguiente link se pueden encontrar detalladas todas las etiquetas normalizadas de los distintos electrodomésticos:

Las distintas etiquetas

LED vs Luminarias tradicionales

Todos hemos oído hablar acerca de las lámparas led, pero, ¿qué tan eficientes son?



Figura 2: Lámpara LED [2].

La vida útil promedio de la lámpara led supera las 45000 horas de uso, siendo hasta 20 veces más que las lámparas tradicionales (halógenas) [4].

En términos de consumo, podemos reducir hasta 8 veces el consumo de las lámparas halógenas, ayudando a disminuir fuertemente el impacto ambiental. Como para que se lo imaginen, las lámparas de bajo consumo desperdician cerca del 40% de la energía que consumen en calor, mientras que la lámpara led la aprovecha íntegra, sin desperdicio. Es decir, por cada 10 kWh de energía que estamos usando, 4 kWh los perdemos en calor y no como iluminación útil [5].

Las lámparas de bajo consumo tienen más eficiencia que las halógenas, pero utilizan materiales tóxicos que quedan en el ambiente, como lo es el mercurio y el

fósforo. En cambio, la lámpara led, no tiene ninguno de estos materiales [5].



Figura 3: Otra manera de ayudar al medio ambiente es mediante la elección de las lámparas LED frente a las tradicionales [2].

Es por eso que recomendamos el uso de las lámparas led frente a las tradicionales por todas las ventajas que conlleva tanto para el ambiente como para el bolsillo, ya que cuidando el consumo de energía eléctrica cuidas tu factura.

Modo stand by

El modo stand by, en inglés “en espera”, es el modo que tienen la mayoría de electrodomésticos para reactivar sus funciones de manera más rápida. Esto representa un consumo significativo por la cantidad de aparatos que tenemos con este modo en nuestro hogar. Entre los dispositivos que cuentan con este modo y que más consumen se encuentran: la computadora de escritorio y su pantalla, las laptops cuando las dejamos cargando y su batería ya se encuentra llena, el modem, el televisor, la cafetera, el microondas, etc.

Según un estudio de IDAE (Instituto para la Diversificación y Ahorro de la Energía del Gobierno de España), el modo stand by representa un 10,7% del consumo energético total de una vivienda promedio [6].

Tipos de tecnologías de lámparas

En Argentina podemos encontrar en el mercado 4 tipos de tecnologías: lámpara led, lámpara bajo consumo, tubo fluorescente y lámpara halógena.

Tecnología		Vida útil promedio	Consumo por hora promedio
LED		45000 horas	0.015 kWh
Bajo consumo		15000 horas	0.025 kWh
Tubo Fluorescente		8000 horas	0.02 kWh
Halógena		2000 horas	0.1 kWh

Figura 4: Comparación tecnologías de lámparas [7].



Figura 5: Las laptops o notebooks son uno de los artefactos que más consume debido al modo stand by [2].

Consejos para el hogar

A continuación, y para finalizar, te damos un listado de consejos para que puedas aplicar en tu hogar desde hoy y así mejorar su eficiencia del mismo:

- Apaga los dispositivos que no estés usando. Computadoras, televisores,

y otros aparatos encendidos o en modo stand by pueden llegar a representar hasta el 10% del consumo de energía [8], el llamado consumo vampiro. A la hora de comprar, opta por dispositivos que tengan modo ahorro de energía.

- Aprovecha la iluminación natural, utiliza cortinas que permitan el ingreso de la luz solar.
- Para iluminar tu hogar elegí luces led, la iluminación representa entre el 25 y 35% del consumo eléctrico de una familia. Si tenés lámparas tradicionales, en la medida que se quemen programa el reemplazo de estas por luminarias led.
- El mantenimiento periódico de lámparas y dispositivos prolonga su vida útil y su efectividad. Mantener limpias las lámparas y pantallas aumentará la luminosidad sin aumentar su potencia.
- En la noche no olvides apagar las luces que no uses.

- Elegí electrodomésticos clase A o A+ ya que ahorra 58% más de energía que uno C o D.
- La heladera funciona todo el día, consume hasta el 30% de la electricidad de tu hogar. Evita dejar su puerta abierta por períodos largos. La temperatura ideal de refrigeración es de 5 grados y la del freezer de -18. Tratar de no guardar comida caliente en la heladera, porque aumenta su consumo.
- En verano, utilizando un ventilador en lugar del acondicionador de aire para refrescarnos, podemos reducir más de 10 veces nuestro consumo eléctrico. En determinados lugares, un ventilador puede ser suficiente para mantener un nivel de confort adecuado.
- En caso de optar por el acondicionador de aire, ponerlo en 24 grados en verano y 20 en invierno. La temperatura más eficiente de los acondicionadores de aire es de 24 grados. Hay que saber que bajar la temperatura no implica enfriar más rápido el ambiente. Por cada grado que descendas del termostato, va a aumentar un 8% tu energía. La altura recomendada para colocar el aire es de 1.80 a 2 metros, porque el aire caliente sube y desplaza al aire frío, que tiende a bajar.
- Usa lavarropa a carga completa en vez de hacer muchas lavadas. Esto ahorra mucha energía. También utilizar agua fría para lavar, reduce la potencia que necesita tu lavarropa.
- No abras la puerta de los hornos eléctricos excesivamente, prioriza mantener la temperatura. Aprovecha el calor residual para los últimos 10 min.
- A la hora de calefaccionar priorizar tener todas las ventanas y puertas cerradas para conservar el calor,

es algo simple pero que cambia mucho en términos de eficiencia.



Figura 6: Uso racional de la energía eléctrica en el hogar [2].

La eficiencia energética es una manera concreta de ayudar al mundo y todos los que te rodean. Todos podemos hacerla desde la casa, la escuela, el trabajo o en cualquier lugar que estés. Usar mejor la energía hace un país con un futuro más sustentable y eso todos podemos hacerlo.

Redes sociales



www3.fi.mdp.edu.ar/dtoelectrica



[/electricafimdp](https://www.facebook.com/electricafimdp)



[/electricafimdp](https://www.instagram.com/electricafimdp)



[/electricafimdp](https://www.youtube.com/electricafimdp)

Bibliografía

[1] Las distintas etiquetas.
<https://www.argentina.gob.ar/economia/energia/eficiencia-energetica/cuidemos-la-energia-en-nuestro-hogar/las-distintas-etiquetas>

[2] Imagen de <https://freepik.es>

[3] Guía de buenas prácticas para un uso responsable de la energía.

https://www.argentina.gob.ar/sites/default/files/guia_ure_marzo_2019.pdf , 2019.

[4] Beneficios luces LED, EDEA.

<https://www.youtube.com/watch?v=kO9aY1-lrWk> , 2021.

[5] LED vs Bajo Consumo.

<https://www.youtube.com/watch?v=bwpyvJ3GYg4> , 2018.

[6] Consumo del Sector Residencial en España, IDAE.

https://www.idae.es/uploads/documentos/documentos_Documentacion_Basica_Residencial_Unido_c93da537.pdf , 2011.

[7] Tips de Iluminación.

<https://www.argentina.gob.ar/energia/subsecretaria-de-energias-renovables-y-eficiencia-energetica/eficiencia-energetica/consejos-para-el-verano/iluminacion>

[8] Tips de ahorro energético, Edesur.

<https://www.youtube.com/watch?v=FY5Nb fqLFwU> , 2018.

