Pequeños hábitos que ayudan a ahorrar agua y electricidad

Si quieres ahorrar agua y electricidad, te recomendamos que sigas estos consejos fáciles de incorporar a tu día a día.

Consejos para ahorrar agua

También hay pequeños gestos que te pueden ayudar a ahorrar agua manteniendo el confort en el hogar y contribuyendo a conseguir un consumo más sostenible para cada uno de nosotros.

- Mejor ducharse que darse un baño. En una ducha, se consumen, de media, cuatro veces menos agua y energía que en un baño.
- Racionaliza el consumo de agua. No dejes los grifos abiertos de manera innecesaria (en el afeitado, en el cepillado de dientes…).
- Arregla los grifos que gotean. Los goteos y fugas de los grifos pueden suponer una pérdida de 100 litros de agua al mes, ¡evítalos!
- Coloca reductores de caudal (aireadores) en los grifos. Éstos funcionan como filtros que, gracias a sus múltiples rejillas, “inflan” el agua con burbujas de aire para que el chorro parezca más abundante. Los perlizadores funcionan de forma similar.
- Apuesta por los monomandos. Si todavía tienes grifos independientes para el agua fría y caliente, cámbialos por un único grifo de mezcla, conocido como monomando.
- Para reducir el consumo de agua en el inodoro, una buena alternativa es sustituir el mecanismo antiguo de la cisterna por un sistema de doble descarga.

Consejos para ahorrar electricidad

- Aprovechar la luz natural. Siempre que se pueda, compensa aprovechar la luz natural, especialmente en primavera y verano, cuando los días son más largos. Elige estores o cortinas que dejen pasar claridad y eviten el deslumbramiento, que es especialmente molesto cuando se trabaja o se visualizan pantallas de televisión, de ordenador, smartphones…
- Desconectar los aparatos eléctricos. Según explica la Agencia Internacional de la Energía (IEA, por sus siglas en inglés), hay aparatos que permanecen enchufados aunque no se utilicen y, de ese modo, se consume más electricidad. Así, por ejemplo, un ordenador portátil puede gastar hasta 15.7 W (watts) cuando se encuentra en modo "suspendido".
- Para cuando sea necesario encender la luz, utiliza bombillas de bajo consumo o Leds ya que, además de ahorrar son más útiles a la hora de conseguir ese tono de luz más cálido o más frío que necesita cada estancia.
- Si es posible, utiliza el microondas en lugar del horno, ya que consume un 60% menos de energía. Si usas el horno, aprovecha el calor residual para terminar de cocinar el plato que estás haciendo. También puedes cocinar varios alimentos a la vez en el horno sin que se mezclen olores ni sabores.
- Elige electrodomésticos de clase A, ya que consumen menos recursos y son más eficientes. Aunque su precio es más elevado, el ahorro energético que generan compensa.
- Vigila el aislamiento. Incluso medidas simples, como poner cortinas y alfombras en invierno, y evitar fugas de aire en ventanas, puertas y conductos de ventilación, suponen hasta un 25% de ahorro de calefacción en climas fríos.
- Estudia tu factura de energía. ¿A qué horas consumes más energía? ¿Tu tarifa se adapta a tus necesidades actuales

o hay otra que se adapta mejor? Revisar tu factura también te permite detectar si existe algún tipo de ineficiencia en tu instalación.

Fuente: Remica

5 de Junio de 2021