



**Eduardo Martín del Toro**

CEO de Del Toro & Antúnez ARQUITECTOS  
 Coordinador del Blog Sustentable & Sostenible  
[www.deltoroantunez.com](http://www.deltoroantunez.com)

# AHORRO FREENTE A EFICIENCIA ENERGÉTICA

Cada día es más evidente la necesidad de reducir los consumos energéticos<sup>1</sup> en las viviendas con su consiguiente reducción de emisiones de CO2 a la atmósfera –asimismo el ahorro en las facturas de los servicios de luz y agua-. Sin embargo, al decidir qué procedimientos utilizar surgen dudas entre el ahorro y la eficiencia energética.

Consideremos ambos conceptos: el Ahorro es la reducción de consumos a partir del control del gasto, es decir, se toman las medidas necesarias para eliminar los consumos innecesarios y reducir aquellos prescindibles. Ejemplo: apagar la luz cuando salimos de la habitación.

En cambio, la Eficiencia Energética sería la reducción del consumo de energía con los mismos servicios energéticos, sin disminuir el confort y calidad de vida, es decir, el usuario no modifica su conducta, sino que se emplean sistemas eficientes para obte-

ner los ahorros. Ejemplo: la sustitución de bombillas incandescentes por otras de misma intensidad lumínica de bajo consumo.

En ambos casos conseguimos reducciones de consumos energéticos, protegiendo el medio ambiente, asegurando el abastecimiento y fomentando un comportamiento sostenible en su uso. Pero se obtienen de forma diferente en lo que podríamos definir como una actitud activa en el caso del ahorro, ya que el usuario es el que toma las medidas directamente, o una actitud pasiva en el caso de la eficiencia energética, ya que son los sistemas los encargados de conseguir dichos recortes.

Estas dos medidas de obtener reducciones de consumos energéticos no están refidas, al contrario, lo óptimo sería el empleo conjunto de ambas, para así garantizar un consumo lo más ajustado posible y, por tanto, la mayor reducción posible de emisiones de CO2 al ambiente.

A continuación enunciaré las medidas principales de ahorro y eficiencia que se pueden tomar en el hogar:

	CLIMATIZACIÓN	ILUMINACIÓN	ELECTRODOMÉSTICOS	AGUA
AHORRO	<p>Aire acondicionado: se recomienda una temperatura de 25° C. La diferencia de temperatura con el exterior superior a 12° no es saludable. Apagar cuando esté la estancia refrigerada y encender el modo ventilador.</p> <p>Desconectar el aire acondicionado cuando no haya nadie en la habitación.</p> <p>Vigilar el mantenimiento de los equipos.</p> 	<p>Aprovechar la iluminación natural.</p> <p>No dejar luces encendidas en estancias vacías.</p> 	<p>Apagar los aparatos y desconectar adaptadores cuando no están en uso.</p> <p>En las lavadoras es mejor operarla a carga completa o adquirir una que permita trabajar a media carga. El programa de baja temperatura será suficiente para dejar limpia la ropa.</p> <p>La secadora consume más energía que un centrifugado. Es mejor utilizar el calor del sol para un secado natural.</p> <p>En la cocina eléctrica se debe aprovechar el calor residual, es decir, apagar el "fuego" un poco antes de terminar de cocinar.</p> <p>En la refrigeradora: no abrir la puerta de forma innecesaria, asegurarse que el aislamiento funcione. Colocar la lejos de las fuentes de calor como el horno o la cocina. Descongelar cuando la capa de hielo alcanza los 3 milímetros de espesor puede ahorrar hasta un 30% de energía.</p> 	<p>Cerrar el caño cuando no se está utilizando sobre todo al afeitarse, cepillarse los dientes o en el lavado.</p> <p>Una temperatura en 30°C y 25°C es suficiente en la ducha. Utilizar la ducha en lugar de la bañera.</p> 
EFICIENCIA	<p>Colocación de toldos, persianas o otros elementos de protección solar.</p> <p>Acciones que permitan la ventilación natural cruzada de las estancias.</p> <p>Adaptación de la distribución de usos, en los edificios, en función del comportamiento térmico de los espacios.</p> <p>El empleo de vegetación como elemento de protección solar y refrigeración natural.</p>	<p>Empelo de lámparas de bajo consumo o LED ahorrará hasta un 80% de energía. Instalar reguladores de intensidad luminosa de tipo electrónica.</p> <p>Utilización de la domotía para optimizar el uso de los espacios y de colores claros para distribuir las necesidades de iluminación.</p>	<p>Empelo de electrodomésticos energéticamente eficientes (el mínimo debe de ser la clase A+).</p> <p>En el caso de las televisiones, las pantallas LED ahorran un 37% de energía respecto a los aparatos tradicionales.</p> <p>La cocina de gas es más eficiente que la eléctrica.</p> 	<p>Los calentadores de agua son más eficientes que los de producción instantánea.</p> <p>Utilizar difusores en los caños.</p> <p>Mecanismo para la descarga total o selectiva en sistemas de inodoro.</p>

<sup>1</sup> Aunque nombre únicamente engría, he incluido el consumo del agua por estar íntimamente relacionado