



Dúchate en lugar de bañarte y cierra el grifo mientras te enjabonas



Cierra el grifo cuando te afeites o te laves los dientes



Si utilizas aireadores en grifos ahorrarás hasta el 40 % de agua

Más del 40% de la energía utilizada en el hogar se usa en calentar agua

*Aguá consciente*

Regula el termostato del calentador de agua entre 55 y 60 °C

Así, con un buen aislamiento, podrás ahorrar hasta un 40 % en el consumo de la calefacción

Para calentar una habitación pequeña y bien aislada, puede bastar un pequeño radiador eléctrico



Revisa periódicamente el estado de la caldera

Instala un termostato en la calefacción, y regúlalo para temperaturas de 18 - 20 °C

Aísla tu hogar del frío con doble acristalamiento, burletes en puertas y ventanas, cortinas, y aislando las cajas donde se enrollan las persianas

Deja entrar el Sol en invierno, y no en verano, ayudando de persianas, cortinas, toldos, etc.



# Ahorro energético en el hogar

Usa bien la energía, saldrás ganando



Madrid  
Ahorra  
con Energía



Directorio General de Industria, Energía y Minas  
COMISIÓN DE ECONOMÍA E INNOVACIÓN TECNOLÓGICA  
Comunidad de Madrid



[www.madrid.org](http://www.madrid.org)



# Iluminación

Aprovecha al máximo la luz del Sol



Apaga las luces al salir de las habitaciones



Usa lámparas electrónicas de bajo consumo; ahorran hasta un 80% y duran diez veces más

La iluminación del hogar supone un 15% de la factura eléctrica mensual

Los fluorescentes son recomendables para lugares que necesiten más cantidad de luz y durante más tiempo

No los instales en habitaciones donde haya que encender y apagar la luz con frecuencia

# Electrodomésticos

Limpia las rejillas de detrás del frigorífico y no tapes las de arriba

Subir un grado la temperatura del termostato de la nevera ahorra hasta un 5%

Abre las puertas de la nevera/congelador el menor tiempo posible y asegúrate que cierran correctamente

Pon tapaderas en las cacerolas o sartenes y procura que la llama del quemador no sea mayor que la base de la cacerola

Con esto ahorrarás hasta el 20%

Descongela regularmente el frigorífico

No introduces alimentos calientes en el frigorífico ni en el congelador



No abras la puerta del horno mientras funciona. Cada vez que lo haces, la temperatura baja unos 25 grados

Apaga el horno unos cinco minutos antes de terminar para aprovechar el calor restante

Los hornos microondas ahorran tiempo y energía

Lavar en frío o a bajas temperaturas ahorra entre un 80 y un 92%

Usa platos de vidrio para hornear. El vidrio retiene mejor el calor y podrás bajar la temperatura unos 25°C.

Usar lavadoras de bajo consumo energético ahorra entre un 45 y un 70% y poner el lavavajillas en programa económico, hasta un 50%

Energía		Lavavajillas
Fabricante	SIEMENS	
Modelo	SK 20 T 500 EU	
Más eficiente	A	<b>A</b>
	B	
	C	
	D	
	E	
	F	
	G	
Menos eficiente		
Consumo de energía kWh/ciclo	1.05	
<small>Dispositivo con los mejores ahorros en el ciclo estándar de 1 hora y 30 minutos. El consumo varía en función del programa seleccionado y de la cantidad de vajilla.</small>		
Eficiencia de lavado	ABCDEFG	
Eficiencia de secado	ABCDEFG	
Cubiertos		14
Consumo de agua (litros)		
Ruido (dB(A) 1 m)		
<small>Para más información, consulte el folio técnico del producto.</small>		
<small>Norma EN 60450:2002. Eficiencia según clasificación de energías renovables (ENEC).</small>		

