



10 CONSEJOS PRACTICOS PARA EL AHORRO DE ENERGIA DURANTE EL INVIERNO

10 consejos prácticos para el ahorro de energía durante el invierno

Con el descenso de la temperatura aumenta el consumo de energía de los hogares. La calefacción es el principal uso, seguido por el agua caliente. Para amortiguar el impacto en las facturas y fomentar un uso responsable de los recursos, el [Comité Argentino del Consejo Mundial de Energía \(CACME\)](#) elaboró una guía de consejos prácticos.

Buenos Aires, 21 de junio de 2023. El invierno es el periodo de mayor consumo energético del año en Argentina. A la demanda eléctrica invernal, equiparable a la del verano, se suma el pico de consumo de gas natural: en los cuatro meses más fríos, de junio a septiembre, el consumo residencial aumenta alrededor de un 60% comparado con el promedio del resto de los meses del año.

La calefacción es el principal consumo de energía de los hogares. En el AMBA, de acuerdo a un estudio realizado en 2016*, representa más del 40% del total, seguido por el agua caliente, que se lleva alrededor del 17%. No son los únicos consumos que crecen en invierno. A medida que se acortan las horas de luz, incrementan las de iluminación artificial, el encendido de televisores, computadoras y otros aparatos electrónicos.

Por estas razones, y para promover un uso responsable de los recursos, el CACME elaboró una guía de consejos prácticos para reducir el consumo de energía.

1. **Limpieza y mantenimiento adecuado.** En calefactores o calefones, entre otros, no solo reduce el consumo de energía, sino que extiende su vida útil. Si la llama es amarilla o roja y crepita (intermitentemente), la limpieza es obligatoria.
2. **Calefaccionar solo los ambientes habitados.** Cerrar puertas para restringir el área de calefacción es uno de los principales puntos a tener en cuenta. Para renovar el aire de un ambiente alcanza con abrir las ventanas unos 5 o 10 minutos al día.
3. **Cerrar persianas y cortinas durante la noche.** Aislar térmicamente una vivienda es uno de los puntos críticos para reducir el consumo de energía. Las ventanas con doble vidrio hermético (DVH), por ejemplo, son excelentes aislantes, igual que los burletes, que reducen las filtraciones de aire. Las persianas y cortinas son grandes aliados también.
4. **A la hora de renovar los artefactos, optar por los más eficientes.** En Argentina, el etiquetado de eficiencia es obligatorio y distingue a los artefactos eléctricos o a gas en 7 categorías.

5. **Moderar la temperatura.** Bajar en 1°C la calefacción en invierno puede generar un ahorro del 10% al 20%¹ del consumo de energía.
6. **Tapar las ollas al cocinar.** Reduce el tiempo de cocción y permite ahorrar hasta un 25% de energía. Calentar el agua en una pava eléctrica también es una solución más eficiente.
7. **No abrir el horno innecesariamente.** Cada vez que abrimos el horno, se pierde alrededor del 20% de la energía acumulada. Apagarlo unos 10 o 15 min antes de terminar la cocción ayuda a aprovechar el calor residual y reduce el consumo de energía.
8. **Apagar y desenchufar los aparatos eléctricos que no se estén usando.** Cuando quedan enchufados, la mayoría de los electrodomésticos consumen energía, por ejemplo, cargadores de celulares, computadoras, microondas. No se recomienda tampoco el modo Stand By.
9. **Cambiar las lámparas y usarlas sólo cuando sea necesario.** Las luces led consumen 20% menos que las halógenas y duran 7 veces más. Aunque sean LED no debemos dejarlas prendidas si no las necesitamos
10. **Ahorrar agua es ahorrar energía.** La ducha de agua caliente es uno de los principales consumos de energía. Pero la energía no se utiliza solo para calentar el agua sino para bombearla hasta la canilla. Moderar la temperatura de calefones o termotanques también reduce el esfuerzo energético.

¿Qué es el CACME?

El Comité Argentino del Consejo Mundial de la Energía (CACME) es el vínculo entre el Consejo Mundial de la Energía (World Energy Council) y las personas y organizaciones relacionadas al sector energético en nuestro país. El CACME colabora en el proceso de difusión local de políticas y tecnologías energéticas exitosas en el mundo. Promovemos el debate sobre temas energéticos con el aporte de especialistas nacionales y extranjeros de los países miembros. Fue fundado en 1991 como ONG con personería jurídica propia.

¹ Fuente S. Gil “Hoja de Ruta – Hacia un Uso Sustentable de la Energía” ENARGAS