



101 Consejos para ahorrar energía

Formas prácticas de ahorrar dinero y
proteger el medio ambiente mediante
la conservación de la energía



24 horas al día, 7 días a la semana
www.we-energies.com
(800) 242-9137



101

ideas para ahorrar energía
en todo su hogar

contents

Índice de contenido

We Energies tiene el compromiso de brindar un excelente servicio al cliente. Como parte de este esfuerzo, hemos creado un folleto denominado "101 consejos para ahorrar energía". Estos consejos para conservar energía le ayudarán a disfrutar de un ambiente cómodo en su hogar y al mismo tiempo ahorrar dinero en el consumo de energía. Lo abarcamos todo: electrodomésticos pequeños y grandes, iluminación, calefacción y climatización. Esperamos que esta información le sea de útil.

Cocina

Electrodomésticos pequeños	4
Refrigeradores y congeladores	4
Máquinas lavavajillas	5
Cocinas, (estufas) y hornos	6

Servicios

Lavadoras y secadoras	7
Calentadores de agua y uso del agua	8
Humedecedores y deshumedecedores	9
Iluminación	10

Climatización

Aire acondicionado central	12
Aire acondicionado móvil	14
Ventiladores	15

Calefacción

16

Oficina

18

cocina

Electrodomésticos pequeños

- 1 Cocine con electrodomésticos pequeños.** Para preparar comidas específicas, use el tostador, una sartén eléctrica, la máquina para preparar palomitas de maíz o una olla eléctrica, en lugar de la cocina o estufa principal, pues los artefactos pequeños consumen menos energía.
- 2 Prefiera el horno microondas.** La ventaja de los hornos microondas es que el tiempo de cocción es más corto — lo cual se traduce en ahorro de energía.
- 3 Limpie o reemplace los filtros de aire.** Reemplace los filtros en las campanas, los humidificadores, las aspiradoras, etc. Los filtros obstruidos menoscaban el rendimiento y hacen que las unidades funcionen por más tiempo.
- 4 Use el triturador de desechos con agua fría.** El agua fría ahorra energía y solidifica la grasa, de modo que ésta pasará más fácilmente por el triturador de desechos/alimentos y por las cañerías.

Refrigeradores y congeladores

- 5 Compre un modelo "Energy Star®".** Los refrigeradores y congeladores Energy Star pueden hacerle ahorrar cientos de dólares en su cuenta de energía, sobre el promedio de 17 años de garantía del electrodoméstico.
- 6 Seleccione el tamaño adecuado.** Determine las necesidades familiares antes de adquirir el electrodoméstico. Una unidad demasiado pequeña quedará sobrecargada, y una muy grande desperdiciará energía.
- 7 No fije la temperatura más fría de lo necesario.** Fije la temperatura del refrigerador entre 36F y 42F. Ajuste el control del congelador de modo que la temperatura varíe entre -5F y +6F.

- 8 Limpie la unidad.** Elimine el polvo de los serpentines, aletas y bandeja del evaporador, y del motor una o dos veces al año — las unidades limpias funcionan más eficazmente. Desenchufe la unidad y límpiela con una aspiradora o cepillo de mango largo.



- 9 Descongele regularmente las unidades que lo requieran.** La escarcha hace que la unidad funcione más intensamente y desperdicie energía. No permita que se acumule más de un cuarto de pulgada de escarcha.
- 10 Un segundo refrigerador desperdicia energía.** Usted podría pagar hasta \$120 en electricidad al año. Si desea usar un segundo refrigerador/congelador solo durante las fiestas de fin de año y otras ocasiones especiales, enciéndalo sólo uno o dos días antes de usarlo.
- 11 Mantenga el refrigerador lejos del calor directo.** Coloque el refrigerador/congelador lejos del sol y de otras fuentes de calor tales como hornos o cocinas. El calor hace que el refrigerador use más energía.
- 12 No coloque la unidad en espacios sin calefacción.** No coloque el refrigerador o el congelador de descongelación automática en el garaje, terraza u otro lugar sin calefacción. Si la temperatura es inferior a 60F, el compresor podría dejar de funcionar, aumentando así la temperatura interna en el compartimiento del congelador. Y los alimentos podrían echarse a perder.

- 13 Revise que los sellos estén apretados.** Las puertas del refrigerador y congelador deben sellar firmemente. Trate de hacer pasar un billete de un dólar por la puerta cerrada—si se puede mover el billete, significa que el sello no está lo suficientemente apretado.

Máquinas lavavajillas

- 14 Hágala funcionar llena.** Siempre conviene esperar hasta que la máquina lavavajillas esté completamente llena antes de hacerla funcionar. Cárguela según las recomendaciones del fabricante.
- 15 Seleccione ciclos cortos.** Seleccione el ciclo más corto que lave adecuadamente la vajilla sucia.
- 16 No enjuague los platos.** Enjuagar los platos antes de ponerlos en la máquina lavavajillas desperdicia energía. Si debe hacerlo, use agua fría.
- 17 Limpie el filtro.** Limpie regularmente la rejilla filtrante si la máquina tiene una.

Lavadoras y secadoras



Cocinas (o estufas) y hornos

- 18 **Disminuya la intensidad del calor.** Comience a cocinar con llama alta hasta que el líquido comience a hervir. Luego disminuya la temperatura y cueza los alimentos a fuego lento. El hervido rápido no acelera la cocción más que el fuego lento, pero desperdicia energía.
- 19 **No abra el horno.** Resista las ganas de abrir el horno mientras cocine. Cada vez que usted abre la puerta del horno, la temperatura disminuye en 25F, lo cual significa que se debe ocupar energía adicional para restaurar la temperatura original del horno.
- 20 **Use el calor retenido.** Apague la cocina o el horno unos cuantos minutos antes de que la comida se haya cocido—el calor retenido se encargará del resto.
- 21 **Seleccione el tamaño correcto de las cacerolas.** El tamaño de la cacerola que use debe coincidir con el del quemador.
- 22 **Tape las cacerolas.** Cocine los alimentos y hierva el agua en recipientes tapados cuando sea posible.
- 23 **Cerciórese de que el horno selle firmemente.** Revise el sello en la puerta del horno para cerciorarse de que esté apretado. Basta un espacio pequeño para que el calor escape del horno.
- 24 **Revise la temperatura del horno.** Compruebe la temperatura del horno cerciorándose de que el ajuste de la temperatura coincida con la temperatura real de la unidad.



- 25 **Ajuste el nivel del agua.** Adquiera una lavadora que le permita controlar el nivel de agua según la cantidad de prendas que va a lavar o secar. Así podrá ahorrar energía usando menos agua caliente cuando lave poca ropa.
- 26 **Llene las unidades.** No desperdicie energía haciendo funcionar la lavadora o secadora cuando no estén llenas del todo.
- 27 **Lave con agua tibia o fría.** Use agua caliente solo cuando realmente se necesite para dejar la ropa limpia.
- 28 **Enjuague en agua fría.** La temperatura del agua del enjuague no influye en la limpieza.
- 29 **Coloque la lavadora cerca del calentador de agua.** De esta forma el agua caliente no tiene que recorrer un tramo largo para llegar a la lavadora. El agua pierde calor al fluir por las cañerías. Cerciórese además de aislar las cañerías que van a la lavadora.
- 30 **No seque excesivamente la ropa.** Ya que usará más energía de la necesaria y dañará las telas.
- 31 **Limpie el filtro contra pelusas.** Limpie el filtro después de cada uso para que la secadora funcione eficazmente.

Calentadores de agua y uso del agua

- 32 Adquiera un modelo con buen rendimiento de energía.** Si bien puede que resulte más caro al principio, a la larga será muy conveniente pues su operación costará menos.
- 33 Adquiera una unidad de tamaño correcto.** Considere cuánta agua caliente necesita su familia. Si el calentador es demasiado grande, usted desperdiciará energía, pero si es muy pequeño se quedará sin suficiente agua caliente.
- 34 Pida a un contratista que instale el calentador de agua cerca de la cocina.** La cocina es el lugar donde se usa el agua más caliente. De esta forma el agua no tendrá que recorrer tramos largos por el sistema de cañerías donde pierde calor.
- 35 Aísle las cañerías.** Use espuma de media pulgada o cinta para cañerías a fin de insular caños expuestas. En cañerías de agua fría, coloque aislamiento en los cuatro o cinco pies más cercanos al calentador de agua. Esta medida le permitirá ahorrar hasta \$25 al año.
- 36 Fije la temperatura en 120F.** Si tiene un calentador de agua eléctrico, retire la placa protectora del termostato para ajustar la temperatura. **Por razones de seguridad, apague el calentador de agua mediante el cortacircuito/fusible antes de cambiar la temperatura.**
- 37 Repare oportunamente los grifos con fugas.** Si el grifo presenta fugas de agua caliente, usted está desperdiciando el agua y la energía que usa para calentarla. (¡Una gota por segundo significa que se pueden desperdiciar hasta 48 galones a la semana!)



- 38 Instale un bucle térmico o una trampa en línea.** Si va a poner un calentador de agua nuevo en su hogar, instale un bucle térmico o trampa en línea. Estos dispositivos se instalan económicamente y mantienen el agua caliente en el tanque aislado en lugar del sistema de cañerías.
- 39 Reduzca los depósitos y acumulaciones.** Drene una cubeta de agua desde la parte inferior del calentador una o dos veces al año para reducir los depósitos minerales y los sedimentos acumulados, y así ahorrar energía. **Pero no drene el calentador de agua si lo ha usado por un año o más y jamás lo ha drenado. Es posible que el grifo se haya corroído por lo que podría romperse si lo fuerza para abrirlo. Antes de drenar el agua de un calentador eléctrico, apague la unidad mediante el cortacircuito/fusible.**

- 40 Instale dispositivos que ahorren energía.** Para ahorrar energía, use cabezales de ducha de flujo lento en todas las duchas de la casa, y aireadores en todos los grifos.
- 41 Instale un ablandador de agua.** Si hay agua dura en su hogar, instale un ablandador de agua para impedir que los depósitos minerales se adhieran a los elementos. Así ahorrará energía, dinero y prolongará la vida útil del calentador de agua.

Humedecedores y deshumedecedores

- 42 Compre un deshumecedor Energy Star.** Los deshumecedores de Energy Star usarán de 10 a 20 por ciento menos energía y le ofrecerán las mismas características de los modelos convencionales: extracción efectiva de humedad, operación silenciosa y durabilidad.
- 43 La humedad aumenta la sensación de calor.** Use un humedecedor en los meses más fríos. Con el nivel de humedad correcto, podrá fijar el termostato en una temperatura más baja, ahorrar energía y seguir disfrutando de un ambiente cómodo.

44 Los deshumecedores eliminan la humedad.

Use un deshumecedor durante los meses tibios y húmedos para eliminar la humedad del aire. El deshumecedor funciona mejor cuando el aire circula libremente a través del mismo. Colóquelo lejos de las paredes y muebles voluminosos.

45 Coloque el deshumecedor en el área con mayor índice de humedad.

Por razones de seguridad, no coloque la unidad directamente sobre el agua ni cerca de la bomba de resumidero.

46 Revise si hay escarcha acumulada.

Si la unidad funciona a temperaturas inferiores a 70F, revísela ocasionalmente por si hay escarcha acumulada en los serpentines. Si ello ocurre, apague la unidad hasta que la escarcha se derrita y la habitación esté más tibia.

47 Limpie la unidad.

Quite el polvo del deshumecedor con un paño o aspiradora al menos una vez al año antes de enchufarlo. Lea el manual del propietario si la unidad es difícil de limpiar.

Illuminación

48 Use bombillos compactos fluorescentes Energy Star.

Los bombillos fluorescentes certificados de Energy Star duran más y usan hasta 75 por ciento menos energía que los estándar. Usted puede rebajar su cuenta de electricidad en \$60 dólares al año, si reemplaza los bombillos convencionales por los fluorescentes de Energy Star, en los cinco lugares que más usa.

49 Planifique la iluminación.

Planifique el interior de una habitación para brindar iluminación general de fondo y suplementaria. No todas las habitaciones necesitan la misma cantidad de luz general.

50 Use una sola bombilla de watts alto.

En lugar de usar varias bombillas de watts bajo. No exceda el watts recomendado por el fabricante del portalámpara.

51 Controle la iluminación exterior.

Use una fotocélula o un temporizador en los portalámparas para que las luces externas funcionen sólo cuando esté oscuro afuera.

52 No deje las luces encendidas.

Apáguelas cuando no las use, incluso por periodos cortos. (¡Puede que tenga que recordárselo a sus hijos más de una vez!)

53 Instale un temporizador en las luces interiores.

Use temporizadores para encender y apagar las luces.

54 Evite el uso de bombillas incandescentes de larga vida útil.

Son las menos eficientes de su tipo y desperdician energía.

55 Mantenga limpios las bombillas y los portalámparas.

La suciedad y el polvo impiden la salida y eficiencia de la iluminación. (Consejo: No limpie las bombillas ni los portalámparas cuando estén calientes y enchufados).

56 Use colores claros.

En las paredes, cielos rasos y pisos para reducir los gastos de iluminación. Las habitaciones con colores claros reflejan más luz, permitiendo usar bombillas de menor vataje.

57 Distribuya correctamente las luces.

Un buen procedimiento consiste en iluminar toda el área de actividades sin crear relumbres ni sombras que distraigan. Para ello, coloque las fuentes de iluminación más cerca de las áreas de trabajo.

58 Ajuste el nivel de la luz.

Use controles graduables, interruptores altos/bajos o bombillas de tres luminosidades para ajustar el nivel de iluminación según se requiera.



Aire acondicionados centrales

59 **Compre un modelo eficiente de energía.**

Elija un aire acondicionado central que sea de energía eficiente, lo cual lo encuentra al mirar en lo que se llama valoración SEER (seasonal energy efficiency ratio), es decir el período proporcional de eficiencia de energía. escoja un modelo con una valoración SEER de 11 o mayor (entre más alta sea la valoración, más eficiente es la unidad).



60 **Contrate personal calificado.** Consulte a un profesional para que determine el tamaño del equipo de climatización que necesita su hogar. El contratista medirá la casa y determinará el equipo adecuado.

61 **Reemplace los serpentines.** Cuando reemplace el acondicionador central de aire antiguo, cambie los serpentines del compresor dentro y fuera del hogar para maximizar la eficiencia de la unidad.

62 **Mantenga el termostato lejos de las fuentes de calor.** No coloque dispositivos que generen calor, tales como lámparas o televisores, debajo del termostato mural del acondicionador central de aire. El calor proveniente de estos dispositivos podría hacer que el termostato registre una temperatura mayor que la temperatura ambiente real y enfríe excesivamente la casa.

63 **Ajuste la unidad.** Haga que un contratista o técnico de servicio ajuste el acondicionador central de aire cada dos años. Así logrará que la unidad funcione más eficazmente y evitará que falle en pleno verano.

64 **Limpie y reemplace el filtro.** Limpie mensualmente el filtro y reemplácelo según sea necesario. El acondicionador central de aire usa el mismo filtro que la caldera de calefacción. Mantenga limpio el condensador—elimine y mantenga las hojas, pasto y otras impurezas lejos del condensador externo.

65 **Cambie los ajustes de su termostato.** En el verano, suba la temperatura. Coloque su termostato en 76F cuando usted esté en la casa y más alto cuando salga. Esto puede ahorrarle 10 por ciento o más en los costos de enfriamiento cada verano.

66 **No permita que entre el sol.** Durante el día cierre las cortinas, persianas y visillos en el lado soleado de la casa.

67 **Climatice sólo las habitaciones que use.** Cierre las habitaciones que no use para mantener el aire acondicionado donde más se necesite.

68 **No produzca más calor.** Postergue los quehaceres que producen calor y humedad hasta las horas más frescas del día o la noche. En días calurosos y húmedos, trate de cocinar y lavar la vajilla y ropa lo menos posible. Estas actividades calientan las habitaciones y hacen que el acondicionador de aire funcione más intensamente.

69 **Prefiera el horno microondas.** Use el horno microondas en lugar del horno o cocina normales, ya que produce menos calor y humedad.

70 **Apague las luces.** No deje las luces ni los electrodomésticos encendidos cuando no los use. Éstos producen calor y desperdician electricidad.

71 **Mantenga despejados los respiraderos.** Retire y mantenga los muebles y cortinas lejos de los respiraderos.

72 **Ventile el ático.** Proporcione ventilación adecuada para eliminar y reducir el calor que se acumula en el ático.

73 **Mantenga la unidad fuera del alcance del sol.** Coloque el condensador o la unidad externa del acondicionador central de aire lejos del sol, evitando los costados sur y oeste de la casa.

74 **Pida a un contratista que instale la unidad lejos de los dormitorios.** Debido a que el compresor puede emitir ruido, pida al contratista que lo instale lejos de los dormitorios, si es posible.

Aires acondicionados móviles

- 75 Compre un modelo Energy Star.** Los Aires acondicionados certificado como Energy Star usan por lo menos 10 por ciento menos energía que los modelos convencionales.
- 76 Use un enchufe programable.** Use un enchufe programable para controlar el funcionamiento del acondicionador local de aire, especialmente si olvida apagarlo cuando sale de la casa. El temporizador es útil cuando se desea que la unidad comience a climatizar justo antes de que usted regrese a casa del trabajo.
- 77 Adquiera una unidad con diversas velocidades de ventilación.** Seleccione un acondicionador de aire con diferentes velocidades de ventilación. Así podrá obtener una climatización más rápida cuando se requiera, y más silenciosa y eficiente cuando no.
- 78 Ubique la unidad en un lugar central.** Instale el acondicionador local de aire en la ventana o en el área de la pared más cercana al centro del espacio que va a climatizar para mejorar la circulación del aire.
- 79 Selle la unidad.** Una vez instalada la unidad, selle el espacio alrededor de ésta con un cordón adhesivo de aislante u otro sellante para impedir el ingreso del aire tibio proveniente del exterior.
- 80 No fije el termostato en el ajuste alto la primera vez.** Al encender por primera vez el acondicionador local de aire, fíjelo en el ajuste normal o medio. Aunque lo fije en un ajuste más alto, la unidad no climatizará la habitación en forma más rápida.
- 81 Mantenga la unidad lejos del sol.** Coloque el acondicionador local de aire en el lado más sombrío de su hogar. La unidad funciona más eficazmente en lugares más fríos.
- 82 Cierre la toma de aire externo.** Cerciórese de que la toma de aire externo esté cerrada cuando el acondicionador local de aire esté funcionando, de modo que no se tenga que enfriar el aire caliente proveniente del exterior. Si desea que ingrese aire fresco, abra la toma cuando el aire del exterior sea más frío.

- 83 Retire la unidad tras concluir la temporada de climatización.** Retire de la ventana el acondicionador local de aire tras concluir la temporada de calor. Si debe dejar la unidad puesta en su lugar, proteja la parte externa con una cubierta impermeable y tape todas las grietas a su alrededor con resanador que sea removible.

Ventiladores

- 84 Use ventiladores con el acondicionador de aire.** Los ventiladores reducen los gastos de energía al hacer circular el aire frío proveniente del acondicionador.
- 85 Use ventiladores de cielo raso para hacer circular el aire.** Cuando haga calor, fije la dirección del ventilador de modo que absorba el aire tibio hacia el cielo raso, lejos de las personas. Cuando haga frío... ¡ya lo sabe!... fije la dirección del ventilador de modo que expulse el aire tibio hacia abajo en dirección opuesta del cielo raso.
- 86 Use un ventilador para toda la casa.** Estos ventiladores se montan generalmente en el acceso hacia el ático y se usan para ventilar toda la casa. Cerciórese de abrir algunas ventanas antes de encender el ventilador.
- 87 Haga oscilar el aire de lado a lado.** Cuando se colocan en una mesa o el piso, los ventiladores oscilantes funcionan mejor cuando se fijan para hacer circular el aire de lado a lado en lugar de soplar directamente en una sola dirección.
- 88 Someta a mantenimiento el ventilador.** Siga las recomendaciones del fabricante sobre el cuidado y mantenimiento del ventilador. Así controlará los gastos de operación.



calefacción

89 **Adquiera un calentador con buen rendimiento de energía.**

Seleccione un calentador que utilice la menor cantidad posible de energía; para ello cerciúrese de que la clasificación AFUE (eficiencia de utilización anual de combustible) sea de un 90 por ciento o superior.



90 **Someta a mantenimiento el calentador.**

Limpie los filtros mensualmente o reemplácelos si es necesario.

91 **Use insolantes en el ático y las paredes.**

Coloque en el ático insolantes con un valor R de 38 si su hogar tiene calefacción de gas, y de 50 si tiene calefacción eléctrica; aisle las paredes con un valor R de 19; y el tercio superior de las paredes del sótano con un valor R de 10.

92 **Aíse alrededor de ventanas y puertas.**

Coloque burletes o resane todas las áreas que presenten fugas evidentes alrededor de las ventanas y puertas.

93 **Cambie los ajustes de su termostato.** En el invierno, baje la temperatura hasta 60F durante las horas de la noche mientras está dormido o cuando no está en casa. Coloque el termostato en 68F cuando usted esté en la casa. Esto puede hacerle ahorrar 10 por ciento o más en las cuentas de calefacción cada invierno.

94 **Baje el termostato cuando salga de casa.** Si va a estar fuera de casa por un tiempo prolongado, baje el termostato para ahorrar energía, pero a no menos de 40F. Si tiene plantas interiores delicadas, mantenga la temperatura a 50F o más.



95 **Deje entrar el calor del sol.** Mantenga abiertos los visillos y cortinas durante los meses de invierno para que ingrese el calor del sol. La energía solar puede aumentar significativamente la temperatura del hogar, especialmente por las ventanas que dan hacia el sur y oeste. ¡Y como ya sabe... haga lo contrario en verano!

96 **Caliente con calefactores de espacios.**

Un calentador portátil puede ser una forma de calentar un cuarto, sin tener que usar la calefacción para calentar toda la casa. ***Siempre siga las instrucciones de seguridad de estos calefactores de espacios cuando los use.***

97 **Use la chimenea sólo de vez en cuando.**

El rendimiento de energía de las chimeneas es muy bajo. Cierre el cañón para eliminar las corrientes de aire cuando no la use.

98 **Use ventanas adecuadas.** Cuando instale ventanas nuevas, seleccione ventanas térmicas dobles (de cristal doble) como mínimo. Si ya tiene ventanas dobles, use contraventanas durante los meses de invierno.



oficina

99 Use equipos eficaces. Busque productos Energy Star, los cuales usan menos energía—y le permiten ahorrar dinero.



100 Instale luces con buen rendimiento de energía. Use luces fluorescentes compactas, las cuales son más eficaces que las luces incandescentes y producen menos calor.

101 No deje la computadora encendida todo el día. Encienda la computadora, el monitor, la impresora y el fax sólo cuando sea necesario. No los deje encendidos cuando haya dejado de trabajar.



Ahorre dinero y energía con Focus on Energy* y ENERGY STAR®



Premios por reemplazo de luces y electrodomésticos con Energy Star

Obtenga premios en efectivo (denominados "Cash-Back Rewards" en inglés) cuando reemplace las luces y electrodomésticos de su hogar por productos clasificados Energy Star.

Haga rendir su hogar con Energy Star

Remodele o equipe su hogar mejorando el rendimiento y el uso de la energía.

Hogares Energy Star en Wisconsin®

Construya su nuevo hogar de modo que cumpla una de las más altas pautas de rendimiento y uso de energía del país.

Infórmese hoy mismo

(800) 762-7077

www.focusonenergy.com



focus on energy™

The power is within you.

*We Energies es socio de Focus on Energy, una asociación pública-privada que ofrece información y servicios energéticos a los consumidores de energía en todo el estado. Focus on Energy ofrece programas y servicios adicionales a todos los clientes de We Energies.