

Eficiencia energética: seis trucos para calentar la casa sin encender la calefacción

Evitar quedarse congelado en casa cuando llega el invierno es fácil: basta con encender la calefacción. También es un costoso remedio. A quienes usan sistemas eléctricos se les va la mitad de la factura de la luz (un 46 %) en templar la casa, según un informe del Instituto de Diversificación y Ahorro Energético (IDAE). Lo que se traduce en un gasto anual de entre 1.960 y 2.168 euros, según la consultora PWC (algo menos de la mitad si es de gas natural). Y eso contando con que podamos encenderla. Como recoge el Observatorio de la Sostenibilidad citando datos de Eurostat de 2015, uno de cada diez hogares españoles carece de medios suficientes para alcanzar una temperatura adecuada en los meses de “frío”. Existen técnicas sencillas que no requieren grandes gastos y que contribuirán a alejar de nosotros la sensación de que vivimos en un iglú.

1. Cierre las puertas

Si durante el día no vamos a estar en el dormitorio, tiene sentido dejar que esté a menor temperatura que el salón hasta que llegue la noche. Pero si mantenemos las puertas abiertas, estaremos permitiendo el intercambio de calor entre las diferentes zonas de la casa. "Cerrando las puertas de las distintas estancias, que están a diferente temperatura, seremos más eficientes", explica Roberto Ruiz Robles, experto en Ciencias Ambientales y coordinador del Área de Energía y Cambio Climático del Instituto Superior del Medio Ambiente. Además, añade, cada espacio puede diferir de otros por sus características particulares, como por ejemplo la cocina, que tiene sus propias fuentes de calor y requiere menos calefacción.

2. Ventile las habitaciones... sin pasarse

Que en el exterior la temperatura sea menor no es excusa para no airear las estancias, pero hay que saber guardar un equilibrio entre ventilar y abrir las ventanas al temporal. "Lo ideal en este caso es realizarlo durante **un breve periodo de tiempo, entre 5 y 10 minutos**", aconseja Roberto Ruiz. "No se necesita más tiempo para renovar el aire de una habitación". Escoja la hora más adecuada. "Podemos hacerlo por la mañana, si hemos apagado la calefacción por la noche, antes de encenderla de nuevo, o si es posible en las horas del día donde la temperatura exterior sea más alta. Hay épocas del año en el que hay muy baja temperatura exterior a primeras horas de la mañana, pero esta aumenta gradualmente hasta las primeras horas de la tarde, antes de comenzar a descender de nuevo".

3. Baje las persianas por la noche

¿Sabe eso de vestirse a capas en invierno? Lo mismo ocurre con las casas. Según el Instituto para la Diversificación y Ahorro de Energía (IDAE), entre el 25 % y el 30 % de nuestras necesidades de calefacción son debidas a las pérdidas de energía en forma de calor que se originan en las ventanas. "Cerrando persianas y cortinas por las noches lograremos minimizar esa pérdida de energía térmica", recomienda el experto.

4. Cuide la decoración

Por supuesto, no nos referimos a lo artístico de los cuadros. "Gran parte de la energía térmica se “pierde” por las paredes, especialmente las que dan al exterior o por ejemplo a la casa de los vecinos si esta tiene una temperatura mucho menor", afirma Roberto Ruiz. "**Si ponemos objetos**

en estas paredes pueden ayudarnos a “perder” algo menos de energía, especialmente si están fabricados con materiales aislantes. Cuadros, armarios, librerías, cortinas...”. Y a la inversa: recargar los aledaños de los radiadores limitará su potencial. Las alfombras no es que sean mágicas, pero ayudarán a crear un ambiente agradable. No es lo mismo pisar mármol que una alfombra de lana. "El mármol es un buen conductor térmico y una alfombra de lana es todo lo contrario, o lo que es lo mismo, un buen aislante térmico", explica.

5. Gestione bien el termostato

Como señala la OCU, bajar la temperatura a 16 °C durante la noche supone ahorrar un 13 % respecto a mantener la calefacción encendida a 20 °C. "Hemos de tener en cuenta por una parte que las necesidades de calefacción de una vivienda no son constantes ni a lo largo del año ni a lo largo del día, y por otra que la temperatura a la que programamos la calefacción condiciona el consumo de energía", dice Ruiz. Según el IDAE, por cada grado que aumentemos la temperatura, se incrementa el consumo de energía aproximadamente en un 7 %. Aunque la sensación de confort sea subjetiva, una temperatura entre 19 °C y 21 °C es suficiente para la mayoría de personas. Además a la hora de dormir basta tener una temperatura de 15 °C a 17 °C para sentirnos cómodos, dice el experto.

6. Tape rendijas en ventanas

Una cuarta parte de la energía utilizada en los hogares se destina a cubrir lo que se pierde por las rendijas de las ventanas, advierte la Organización de Consumidores y Usuarios (OCU). La instalación de doble cristal podría ser una solución, según esta organización de consumidores, para reducir pérdidas en un 50 %. Un cristal doble, ventana doble o carpinterías con rotura de puente térmico son soluciones que "ofrecen, además de un buen aislamiento, una buena estanqueidad, lo que disminuye aún más las pérdidas térmicas", señala Ruiz. Si no tenemos presupuesto suficiente también podemos disminuir las infiltraciones de aire de puertas y ventanas con medios baratos como silicona, masilla, burletes o incluso cinta aislante, añade el experto en Ciencias Ambientales. Los burletes es conveniente cambiarlos periódicamente.

Tarea:

- Identifica una variable dependiente y una independiente para mantener la casa a una temperatura agradable en invierno.
- Fija las de control.
- Formula la pregunta investigable.
- Diseña y planifica un experimento para lograr contestar la pregunta.

¿Cómo piensas que puedes aprovechar en el aula esta actividad?

Para estudiar sobre la pregunta investigable ingresa en este [enlace](#)

Créditos:

- Noticia del 15/12/2017, recuperada y modificada de:
https://elpais.com/elpais/2017/12/13/album/1513168166_213913.html#foto_gal_7



Esta obra está bajo una [Licencia Creative Commons Atribución-CompartirIgual 4.0 Internacional](#).