



Cofinanciado por
la Unión Europea



FEDERACION
ANDALUZA
DE MUNICIPIOS
Y PROVINCIAS

La importancia del ahorro energético en el día a día

El ahorro energético es fundamental para mitigar el impacto ambiental, reducir costes económicos y promover un uso más sostenible de los recursos naturales. En un contexto de cambio climático y aumento en los precios de la energía, implementar medidas de eficiencia energética se ha convertido en una prioridad tanto para los hogares como para las empresas y las administraciones públicas. Según la Agencia Internacional de Energía, implementar medidas de eficiencia energética podría reducir el consumo mundial de energía en más del 30% para 2040.

Por un lado, reducir el consumo de energía contribuye a disminuir las emisiones de gases de efecto invernadero, responsables del calentamiento global y relacionados con la proliferación de eventos meteorológicos especialmente adversos con consecuencias catastróficas en algunos casos.

Además, el ahorro energético permite destinar recursos económicos a otras necesidades, lo que repercute positivamente en la economía doméstica y empresarial. En este sentido, existen hábitos cotidianos que podemos adoptar para impulsar nuestro ahorro:

- ▶ En la iluminación de tu hogar, aprovecha al máximo la luz natural frente a las lámparas, que consumen energía. Por su parte, las luces LED suponen un ahorro superior al 80%. No te olvides, además, de apagar las luces al salir de una estancia.
- ▶ Ajusta la temperatura de la calefacción a 21°C o menos en invierno y del aire acondicionado a 26°C o más en verano. Cada grado de más o de menos aumenta el consumo en un 7%.
- ▶ En verano, ventila a primera o última hora del día para aprovechar la temperatura fresca del exterior. En invierno, al contrario: abre las ventanas durante las horas centrales.
- ▶ Opta por electrodomésticos de bajo consumo: lavadoras, lavavajillas o microondas eficientes tienen un gasto de energía mucho menor. Además, procura utilizar la lavadora o el lavavajillas con programas adecuados y con la carga completa.
- ▶ En la medida de lo posible, usa programas de lavado con agua fría, ya que el pico de consumo de las lavadoras se produce al calentar el agua. Asimismo, en el sur disponemos de numerosas horas de

sol y luz, por lo que podemos tender la ropa en lugar de utilizar la secadora.

▶ Prioriza el uso del transporte público, la bicicleta o el coche compartido, reduciendo así el consumo de combustibles fósiles. Opta por vehículos eléctricos o híbridos cuando sea posible y, en cualquier caso, mantén una conducción eficiente, evitando aceleraciones y frenados bruscos.

Según estudios de la Comisión Europea, un hogar que adopta medidas de ahorro energético puede reducir su factura de electricidad hasta en un 40% anual. Además, cada kilovatio-hora ahorrado evita la emisión de aproximadamente 0,3 kg de CO₂ en un sistema eléctrico promedio, lo que multiplica el impacto positivo si estas acciones se generalizan.

Adoptar hábitos responsables y fomentar políticas de eficiencia energética no solo tiene beneficios económicos, sino que es clave para garantizar un

