

# ¿Cómo ahorrar energía en el hogar?

---

- Con motivo del Día Mundial del Ahorro energético, Primagas recomienda 10 trucos que supondrían grandes ahorros económicos y energéticos en los hogares.
- En las tareas domésticas como cocinar, poner lavavajillas o asearse es donde reside la mayor parte del desperdicio energético que, además, supone un alto impacto medioambiental.

## El decálogo de consejos de Primagas

Cada vez hay más conciencia entre la población sobre la necesidad de tomar medidas urgentes para reducir el impacto medioambiental que generamos en nuestro día a día. Una de estas medidas clave es el ahorro energético que compete tanto a hogares como a empresas, quienes deben establecer protocolos de eficiencia energética. Estos protocolos de actuación, además de reducir el daño que sufre el planeta con nuestra huella de carbono, también les permitirán ahorrar en la factura energética.

Por ello hoy, coincidiendo con el Día Mundial del Ahorro Energético, desde Primagas, empresa suministradora de energía y filial española del holding SHV Energy líder mundial en distribución de gas licuado, facilitan un decálogo de trucos para ahorrar energía en casa:

- Aprovechar la luz y el calor natural: Son múltiples los beneficios que luz natural aporta a nivel fisiológico y mental. En la medida de lo posible, es conveniente instalar amplios ventanales junto con puertas de cristal que permitan aprovechar al máximo este recurso natural.
- Invertir en electrodomésticos sostenibles: Cuando compres cualquier electrodoméstico es importante fijarte en si en la etiqueta aparece: A+ + +, A+ + o A+ ya que indican que consumen menos energía. Si, por lo contrario, en la etiqueta figura una C o una D, significa que el gasto energético es elevado. A pesar de los que los primeros son más caros, a medio largo plazo implicarán un gran ahorro económico.
- Regular el propio consumo y evitar el derroche: Son pequeñas acciones como dejar las luces encendidas, abusar de la calefacción o del agua del grifo las que conducen a un desperdicio energético y material que termina traduciéndose en un fuerte impacto medioambiental.
- Optimiza el planchado: En tareas del hogar es donde más gastamos innecesariamente. Algo tan simple como acumular gran cantidad de prendas en cada sesión de planchado empezando por aquellas que requieren menor temperatura supondrá un ahorro considerable a largo plazo.
- Ducharse, en lugar de bañarse: Una ducha de agua supone gastar unos 200 litros de agua. Una medida para controlar el consumo de agua es instalar un perlizador en el grifo y así optimizar el caudal sin perder volumen de agua. Este dispositivo permite ahorrar hasta un 50% en el consumo.

- **Desenchufar los dispositivos:** No hay razón para no desprenderse del mal hábito de dejar el cargador del móvil conectado a la corriente cuando no está cargando. Aunque el consumo de energía no es alto, produce un impacto contaminante que se puede evitar fácilmente.
- **Cocinar de forma práctica:** Si puedes optar por cocinar con gas en lugar de hacerlo con resistencia eléctrica, vitrocerámica o placas de inducción, no dudes en hacerlo para lograr cocinar más con menos consumo. Es también recomendable utilizar ollas a presión que pueden permitir el ahorro de un 80% del tiempo y la energía.
- **Evitar poner la lavadora o el lavavajillas después de comer:** Realizar estas tareas después de la comida (14-17) o de la cena (21-22) supone, en general, un dispendio mayor debido a que las tarifas suelen ser más elevadas en dichas franjas horarias. Por ello, es recomendable realizar estas tareas en otras franjas horarias como a primera hora de la mañana.
- **Controla el aislamiento:** Aislar el hogar del frío en invierno y del calor en verano permitirá prescindir de aires acondicionados y otros electrodomésticos para conseguir climatizar el hogar minimizando el consumo energético. Aislar puertas y ventanas con burletes, recurrir al doble acristalamiento, cubrir el suelo con alfombras o aislar tuberías y el tanque de agua caliente, son algunos de los recursos que pueden utilizarse.
- **Utiliza gas en lugar de gasóleo:** España está cambiando la tendencia del consumo de gasóleo por gas en usos como la calefacción o el agua caliente. El gas es más limpio, eficiente y seguro que el gasóleo y los ahorros de energía pueden llegar hasta el 30%. Además, el uso de calderas de gas reduce las emisiones de óxidos de nitrógeno (NOx), presentándose, en definitiva, como una alternativa mucho más sostenible.

## Primagas, dónde otros no llegan

Primagas, parte del grupo SHV de origen holandés líder mundial en gas propano, aterriza en España hace 22 años con la clara misión de mejorar las condiciones de vida a las zonas no urbanas para poner al alcance de toda una solución energética eficiente y limpia.

Primagas es la primera compañía que, además de ofrecer una energía que llega a puntos dónde hasta ahora no era accesible, también se adapta a las necesidades de cada cliente. De hecho, es la primera empresa en el sector que rompió con la política de contratos a 10 años, ofreciendo contratos de menor duración (5 años).

Para asegurar el suministro y la instalación en cualquier punto del país, Primagas colabora con una red de más de 100 empresas instaladoras que le permite ofrecer un servicio inmediato, rápido y en cualquier punto.

PARA MÁS INFORMACIÓN:

Silvia Estivill

[silvia.estivill@primagas.es](mailto:silvia.estivill@primagas.es)  
+34 629 312 668

PRIMAGAS

Ramón Torné

[rtorne@llorenteycuenca.com](mailto:rtorne@llorenteycuenca.com)  
+34 638 681 985

LLYC

SÍGUENOS EN:

