

SI EL CALOR NO TE DEJA DORMIR... MÉTELE LAS SÁBANAS AL FRIGO

El aire acondicionado no es sostenible ni barato. Para mantener el hogar fresco en verano, mejor optar por prácticas verdes e imaginativas.

Más de un siglo después de que el estadounidense Willis Carrier diseñara el primer aire acondicionado de la historia, su invento sigue siendo controvertido. En ciudades que pasan de 40 °C en verano, como Sevilla, hay quien reclama una calle con su nombre. El ingeniero que consiguió refrigerar el aire tiene muchos amigos en el sur, está claro, pero al mismo tiempo crecen las voces que recuerdan que el aparato que creó perjudica seriamente el medio ambiente, la salud y el bolsillo. No solo arroja más CO₂ a la atmósfera, sino que puede consumir hasta un 70% del gasto energético de una casa en los meses más calurosos o brindar resfriados en pleno agosto. Para evitar que el aire acondicionado nos pase cualquiera de sus facturas –y sin cuestionar el ingenio de Carrier–, existen trucos que podemos poner en práctica para luchar contra las altas temperaturas en casa de forma más ecológica. Si queremos echarle una mano al planeta en época de estío, conciencia verde e imaginación.

Toldos y persianas: Esto sí que es un invento. Mantener la casa en semipenumbra resulta muy efectivo, mejor con tejidos y materiales ligeros y claros. Conviene usar toldos en las horas de mayor irradiación, y cortinas y persianas en el resto.

Viva el blanco. Los colores claros triunfa en las fachadas de Andalucía y Extremadura y no es casualidad. Las paredes luminosas y encaladas reflejan el calor.

Usar ventiladores. Remueven, pero crean una sensación de tres o cuatro grados menos. Los de techo deben girar hacia la izquierda, tirando el aire caliente hacia arriba. Los de pie, expulsarlo hacia fuera durante el día y al revés por la noche.



Una barrera natural. Enredaderas y hiedras evitan que el calor penetre en la pared.



Crear corrientes de aire. Si se abren todas las ventanas a la vez, solo se consigue más calor dentro que fuera. Hay que abrir un poco las que den a patios y por completo las orientadas a la calle.

Colocar láminas solares en los cristales. Reflejan la luz, reducen hasta un 82% el calor y mantienen más estable la temperatura, lo que supone más frescor y ahorro en la factura de la luz.

Las plantas, ese gran aliado. Además de embellecer, refrescan. Colocadas en la pared que recibe de forma directa el sol, las trepadoras evitan que penetren el sol y el calor.

Las ventanas, todo un arte. Hay que abrirlas a primera hora de la mañana y al anochecer. El resto del día, preferiblemente cerradas. Las puertas, mejor cerradas durante el día.



Cuanto menos muebles, más fresquito. Conviene alejar sofás y camas de las ventanas, y retirar la mayor cantidad posible de muebles y alfombras. Al dejar espacios diáfanos, el aire circula mejor.

Tejidos ligeros. Telas claras y suaves, como lino o gasa, pueden usarse para cubrir sofás, sillones o camas.

Agua contra el calor. Colocar microdifusores o recipientes de agua repartidos por toda la vivienda puede bajar unos tres grados la temperatura de cada habitación.

Electrodomésticos, los justos. Si se puede evitar el empleo del secador, el horno, el lavavajillas o la televisión en días de mucho calor, el ambiente será más llevadero.

Una cama fresca. Solo habrá que meter las sábanas en una bolsa y dejarlas un rato en el congelador. Antes de irse a dormir, se hace la cama con ellas ¡y a descansar!