

Ande eu quente...

Se se utilizase a calefacción de xeito eficiente e se illa a vivenda de forma correcta para que a calor non se escape, é posible reducir a factura

As baixas temperaturas diúrnas e nocturnas que, durante meses, sofre gran parte do país invitan a reflexionar sobre como aforrar na factura da electricidade, xa que este quinto ano de crise, co encarecemento de subministros clave nos fogares, o inverno pode ser máis duro. Para evitar que o frío se apropie das vivendas e, á vez, aforrar diñeiro en calefacción, é necesario utilizar os recursos de xeito eficaz e botar man de remedios tradicionais aos que xa se recorría hai moitos anos.

Calefacción

Non todos os cidadáns teñen a posibilidade de aforrar baixando o termostato. Nas grandes comunidades de veciños nas que todos pagan por igual, por moito que un dos residentes reduza os graos da súa vivenda, aboará a mesma cantidade. Iso si, se todos se poñen de acordo

na reunión de propietarios para poñer menos horas a calefacción, reducirase a factura.

Para quen si teñan a opción de consumir menos coa calefacción individual —ou colectiva de pagamento por separado—, hai unha serie de consellos que lles poden ser de axuda para combater o frío sen arruinarse.

- ▶ **A casa a 20 °C.** É a temperatura que recomenda o Instituto para a Diversificación e Aforro da Enerxía (IDAE) co fin de manterse confortable na vivenda durante o día e non malgastar diñeiro. Por cada grao de máis, o gasto en calefacción aumenta nun 7%. Ao longo da noite, ao estar protexidos por edredóns e mantas, a temperatura pode baixar a 15 ou 17 °C. Durante este tempo pode permanecer apagada e acenderse pola mañá.
- ▶ **Colocar termostatos programables.** Se a casa está baleira durante moitas horas ou os seus propietarios pasan varios días fóra, convén colocar este tipo de reguladores. Pódense deixar programados para que durante as horas nas que a vivenda estea baleira, esta permaneza a 15 °C e o resto do tempo suba a 20 °C. Así afórrase entre un 8% e un 13% de enerxía.
- ▶ **Non cubrir os radiadores.** En ocasións, os aparellos de calefacción afean a vivenda e tápanse; outras veces colócanse obxectos ou mobiliario diante e outras moitas serven de estufas para quentar a roupa mollada ou húmida. Isto fai que a calor non se distribúa de forma adecuada e sexa necesario gastar máis diñeiro para subir a temperatura da estancia.

Illar a vivenda

A través das fiestras, aínda que estean pechadas, pérdese moito calor, sobre todo se levan cristais simples. Por iso, cando se realice unha reforma, é importante colocar cristais dobres ou dobres fiestras e carpintería con ponte térmico. Pero como non sempre é posible desembolsar grandes cantidades de diñeiro, hai outras formas de evitar que a calor se escape.

- ▶ **Pechar as persianas cando empeza a anoitecer.** Desta forma, a calor permanece máis tempo na vivenda cando baixan as temperaturas exteriores. As cortinas, sobre todo se son grosas, tamén illan bastante, así que é mellor mantelas estendidas pola noite. Do mesmo xeito, convén ter as persianas abertas e os toldos subidos durante o día para que entre o sol e suba a temperatura da casa.



- ▶ **Ventilar durante o tempo adecuado.** Dez minutos é tempo máis que suficiente para renovar o aire. Sería mellor non facelo a primeira hora da mañá, cando vai máis frío, pero polos horarios laborais non sempre é posible.
- ▶ **Tapar as fendas.** Se non se pode comprar unha nova fiestra, é posible tapar os ocos polos que entra o frío con masilla ou silicona, unha solución barata que permite aforrar en calefacción. As cintas seladoras adhesivas tamén son un bo illante.
- ▶ **Utilizar burletes.** Moitas veces por baixo das portas e polos laterais cóase aire frío e créanse pequenas correntes. Se se utilizan burletes, a calor permanecerá máis tempo na vivenda. Tamén se poden poñer barras rixidas de madeira, aluminio ou PVC aparafusadas á parte baixa da porta; ao levar feltro por baixo non deixan que entre o frío. Ademais, se se manteñen pechadas as diferentes estancias, conservarán mellor a calor, sobre todo se algunha das habitacións non se utiliza e ten a calefacción apagada.
- ▶ **Aproveitar a calor doutras habitacións.** Se pola contra, nunha parte da casa a temperatura é moi alta, pódese deixar saír a calor a outras zonas. Logo dunha ducha, os graos do termómetro dispáranse. Nestes casos vén ben utilizar a calor que se crea no baño para quentar outras habitacións, en lugar de abrir a fiestra, como se fai ás veces para evitar que o vapor empane os cristais.



Outras solucións

- ▶ **Colocar alfombras.** As alfombras tamén axudan a conservar a calor na vivenda, sobre todo en chans de terrazo, que son máis fríos que os de madeira. Manteñen os pés máis quentes e non transmiten o frío do piso ao corpo.
- ▶ **Comidas e bebidas quentes.** As sopas, os tés e, en xeral, as comidas e bebidas quentes son boas aliadas contra o frío. Non en balde, no inverno e coa casa non moi caldeada, é o que máis apetece, posto que axudan a subir a temperatura do corpo aínda que sexa durante un intre.
- ▶ **Utilizar roupa abrigada.** É inútil seguir estas prácticas e estar na vivenda cunha camiseta. Levar zapatillas de inverno, calcetíns e xerseis gordos é unha das formas máis baratas de aforrar calefacción. Isto aplícase tamén á cama: usar sabas de flanela en lugar das de algodón, edredóns de plumas, máis dunha manta grossa se é necesario e pixamas abrigados son outras claves para non pasar frío pola noite.
- ▶ **Usar bolsas de auga quente.** Se a cama está fría antes de durmir, nada mellor que pasar unha bolsa de auga quente sobre as sabas e mantela despois xunto ao corpo. É unha solución moi económica que se utilizou con éxito durante décadas.

▶ www.consumer.es