



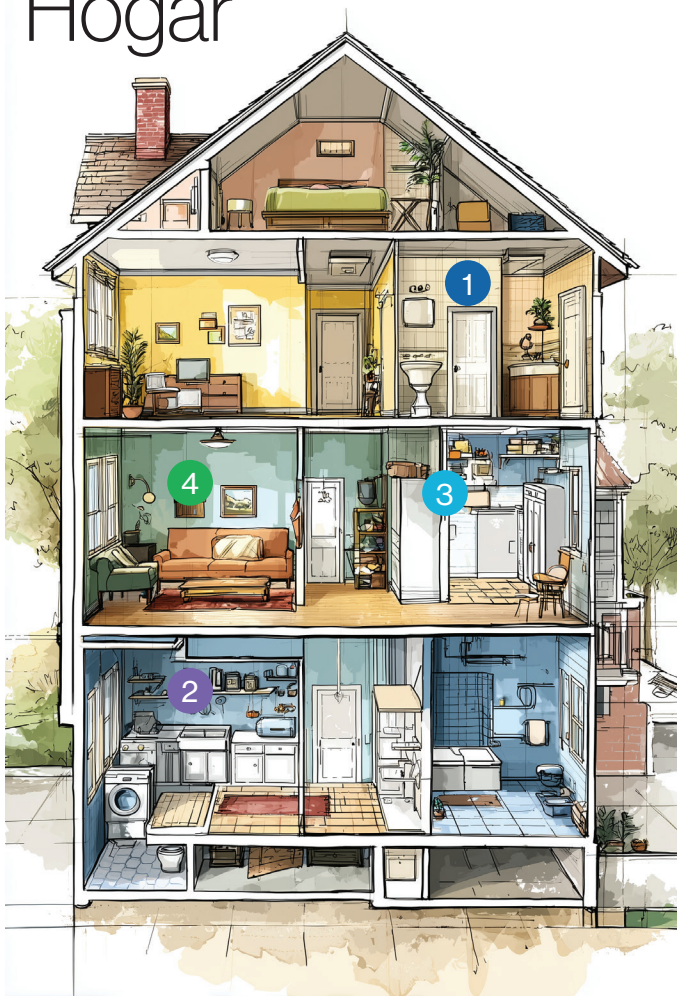
Marque

75

FORMAS   
DE AHORRAR ENERGÍA  
EN EL HOGAR



# Hogar



1. Ahorros de energía en el Baños.....pg. 1
2. Ahorros de energía en el Lavadero .....pg. 3
3. Ahorros de energía en el Cocina.....pg. 5
4. Ahorros de energía en el Sala se estar .....pg. 9
5. Asegure el “Ahorro” en invierno.....pg. 10
6. Ahorros de energía en el Hogar .....pg. 13
7. Engríe la cuenta en verano .....pg. 14

# AHORROS DE ENERGÍA EN EL baño

## PERMANEZCA EN EL AGUA CALIENTE MENOS TIEMPO

Después de los sistemas de calefacción y refrigeración, su calentador de agua es el artefacto que consume la mayor cantidad de energía y ofrece la mayor cantidad de oportunidades para ahorrar. Siga estos consejos para sacarle el máximo partido:

- 1 Aísle su calentador de agua y los primeros 6 pies de sus tuberías de agua caliente con mantas y envolturas fáciles de usar disponibles en muchas tiendas de mejoras para el hogar (siga las recomendaciones del fabricante).
- 2 Ubique el calentador de agua cerca de donde use la mayor parte del agua caliente, así evitará tramos largos de tuberías que hacen perder el calor en la temperatura del agua.
- 3 Configura el termostato del calentador de agua a la temperatura recomendada por el fabricante. La mayoría de los usuarios consideran que 120°F es suficiente.
- 4 Drene un balde de agua del fondo del tanque periódicamente para eliminar los sedimentos. Consulte las recomendaciones del fabricante.

► **5** Si se va de vacaciones, gire el selector de temperatura al ajuste más bajo.

- 6 Tome duchas en lugar de baños de inmersión y ahorre alrededor del 50 por ciento de la energía.
- 7 Instale cabezales de ducha de bajo flujo y aireadores de grifos. La presión permanecerá igual, pero el uso de agua disminuirá.
- 8 Repare cualquier gotera en los grifos. Un grifo que pierde una gota por segundo puede perder 650 galones, y el dinero para calentarlos, en un año.
- 9 No deje correr el agua mientras se afeita o lava los platos. Llene el fregadero y use el tapón de drenaje.





Instale cabezales de ducha de bajo flujo. La presión permanecerá igual, pero el uso de agua disminuirá.



Repare cualquier gotera en los grifos. Un grifo que pierde una gota por segundo puede perder 650 galones, y el dinero para calentarlos, en un año.



Tome duchas en lugar de baños de inmersión y ahorre alrededor del 50 por ciento de la energía.



# AHORROS DE ENERGÍA EN EL lavadero

**UN MEJOR PROCESO DE LAVANDERÍA** Ya sea que esté lavando, secando o planchando, estos consejos lo ayudarán a usar la electricidad de la manera más eficiente posible y a reducir sus costos de energía.

- 10 Lave solo cargas completas o use una configuración de carga pequeña.
- 11 Elija la temperatura de agua adecuada más baja. Lave su ropa en agua fría usando jabones en polvo para agua fría.

## ► 12 Siempre enjuague con agua fría. Funciona igual de bien y ahorra energía.

- 13 Si está buscando una lavadora nueva, considere comprar un equipo de carga frontal. Estas unidades utilizan un 35 por ciento menos de agua y un 55 por ciento menos de energía para lavar la ropa que las lavadoras normales.
- 14 Considere reemplazar su lavadora con una nueva lavadora con certificado ENERGY STAR y use menos agua y energía.
- 15 Limpie el filtro de pelusas de su secadora después de cada uso.
- 16 No sobrecargue la secadora. Desperdiciará energía y generará pelusas y arrugas.
- 17 Use la configuración de calor más baja posible y no seque la ropa en exceso. Esto dañará las telas y generará arrugas.
- 18 Seque la ropa en cargas consecutivas para aprovechar al máximo el calor retenido en la secadora.
- 19 Secar prendas de pesos similares juntas consume menos energía.
- 20 Calentar la plancha requiere mucha electricidad, así que planche varias prendas a la vez una vez que esté caliente.
- 21 Comience planchando las prendas que necesitan la configuración más baja (ropa delicada), luego pase a temperatura media (lana) y luego a temperatura alta (algodón).
- 22 Si retira las prendas de la secadora rápidamente, es posible que no tenga que plancharlas en absoluto!



Elija la temperatura de agua adecuada más baja. Use agua caliente solo para ropa blanca o prendas difíciles de limpiar y para esterilización.

Si está buscando una lavadora nueva, considere comprar un equipo ENERGY STAR.

Use la configuración de calor más baja posible y no seque la ropa en exceso. Esto dañará las telas y generará arrugas.

# AHORROS DE ENERGÍA EN LA cocina

**COCINE DE MANERA EFICIENTE** Independientemente de lo que esté cocinando, puede ahorrar energía y dinero con estos consejos:

- 23 Las cacerolas de base plana con lados rectos y tapas ajustadas funcionan mejor en la parte superior de la cocina.
- 24 Mantenga limpias las bandejas reflectoras del quemador para maximizar el calor disponible.
- 25 Cuando cocine verduras o pasta, mida la cantidad de agua que va a hervir. No caliente más de lo que necesita.
- 26 Si las temperaturas de cocción sugeridas están dentro de los 25°, considere cocinar varios platos al mismo tiempo para ahorrar calor en el horno. Congele porciones adicionales para futuras comidas.
- 27 Use utensilios para hornear de vidrio o cerámica, y puede disminuir la configuración del horno en 25° y obtener los mismos resultados.
- 28 Evite abrir la puerta del horno para revisar la comida. Cada vez que se abre la puerta, se escapa una cantidad considerable de calor.
- 29 Use un temporizador para no precalentar el horno más de lo necesario. No se necesita precalentar el horno para preparar comida asada y platos que necesitan cocinarse durante más de una hora.
- 30 Cuando los alimentos deban cocinarse durante 45 minutos o más, apague el horno durante los últimos 10 minutos y use el calor retenido para terminar la cocción.
- 31 Use el microondas, horno tostador u horno de convección en lugar del horno grande para comidas más pequeñas y ahorre hasta un 50 por ciento de energía.



**UN REFRIGERADOR MÁS EFICIENTE** Anime a su familia a seguir estas reglas para ayudar a que su refrigerador funcione de manera eficiente y ahorre energía.

- 32 No mantenga su refrigerador o congelador a temperaturas demasiado bajas. Las temperaturas recomendadas son 37°-40° F para los compartimentos de alimentos frescos y 5° F para la sección del congelador.
- 33 Asegúrese de que los sellos de las puertas de su refrigerador sean herméticos y reemplace las juntas de las puertas desgastadas. Si un billete de un dólar cerrado en la puerta se puede sacar fácilmente, está perdiendo aire frío.
- 34 Si se puede acceder a los serpentines de enfriamiento, aspire con frecuencia para eliminar el polvo acumulado.
- 35 Considere reciclar un segundo refrigerador antiguo para ahorrar hasta \$150 al año.
- 36 Cuando necesite reemplazar su refrigerador, busque un modelo ENERGY STAR, que consume hasta un 20 por ciento menos de energía que los modelos que no son ENERGY STAR.

## ► 37 Mantenga el refrigerador lleno pero no abarrotado, con espacio para que el aire circule alrededor de todos los alimentos.

- 38 Enfríe los alimentos calientes a temperatura ambiente durante 15 minutos antes de refrigerarlos o congelarlos, y cubra los líquidos para disminuir la condensación.
- 39 Mantenga la puerta cerrada tanto como sea posible.

**EFICIENCIA EN EL LAVADO DE VAJILLA** Incluso su lavavajillas puede ahorrar energía y dinero cuando se usa correctamente.


- 40 Fregue, pero no enjuague los platos antes de cargarlos en el lavavajillas para eliminar los residuos.
- 41 Espere hasta que tenga una carga completa antes de poner el lavavajillas en funcionamiento.
- 42 Acomode los platos como sugiere el fabricante para lograr un funcionamiento más eficiente.
- 43 Limpie la pantalla del filtro sobre el desagüe periódicamente para eliminar los desechos.
- 44 Use ciclos de "carga parcial" para ahorrar electricidad.
- 45 Seleccione el ciclo de "secado al aire", o simplemente apague la máquina después de lavar la vajilla. La vajilla estará igual de limpia y usted ahorrará dinero.
- 46 Evite usar la función "enjuague prolongado" en su máquina solo para unos pocos platos sucios. Esta función utiliza de 3 a 7 galones de agua caliente por uso.





Mantenga los quemadores limpios para maximizar el calor disponible.

Evite abrir la puerta del horno para revisar la comida. Cada vez que se abre la puerta, se escapa una cantidad considerable de calor.



Reemplace las juntas de las puertas desgastadas. ▶  
Si un billete de un dólar cerrado en la puerta se puede sacar fácilmente, está perdiendo aire frío.

▲  
No deje correr el agua mientras lava los platos. Llene el fregadero y use el tapón de drenaje.

▲  
Seleccione el ciclo de “secado al aire”, o simplemente apague el lavavajillas después de lavar la vajilla.

# AHORROS DE ENERGÍA EN LA sala de estar

**ILUMINACIÓN EFICIENTE** Incluso el miembro más joven de su hogar puede ayudar a ahorrar electricidad con este brillante enfoque de la iluminación.

- 47 Use bombillas LED. Utilizan aproximadamente un 90 por ciento menos de energía que las bombillas incandescentes, dan la misma o mayor salida de luz y duran hasta 25 veces más.
- 48 Elija bombillas comparando los lúmenes (brillo) producidos en lugar de los vatios utilizados.
- 49 Una sola bombilla grande funciona de manera más eficiente que varias bombillas más pequeñas.
- 50 Instale "iluminación de tareas" sobre áreas de trabajo en habitaciones más grandes.

## CONSEJOS PARA CALEFACCIÓN Y REFRIGERACIÓN

Su caldera y aire acondicionado central utilizan un solo sistema de distribución de aire. Siga estas sugerencias y ahorrará dinero durante todo el año:

- 51 En la mayoría de las situaciones, un termostato programable o inteligente puede ahorrarle dinero sin sacrificar la comodidad.
- 52 Limpie o reemplace los filtros de la caldera y del aire acondicionado una vez al mes o según sea necesario. Los filtros sucios consumen más energía y reducen la vida útil del sistema.

► **53** Mantenga las ventanas y las puertas cerradas, especialmente las puertas exteriores de los garajes contiguos.

- 54 Instale cortinas o persianas aislantes sobre las ventanas y puertas corredizas de vidrio.



- 55 No bloquee los registros del piso ni las salidas de aire de retorno con muebles o cortinas, y mantenga limpias las salidas de aire de retorno.
- 56 Una bomba de calor de bajo consumo puede calentar y enfriar su hogar y puede reducir los costos operativos en comparación con una caldera y un acondicionador de aire. Elija una bomba de calor con un SEER (índice de eficiencia energética estacional) de 15 o más para obtener los mejores ahorros.
- 57 Haga inspeccionar el sistema de calefacción y refrigeración anualmente.

ASEGURE EL “**AHORRO**” EN INVIERNO Preparar su hogar para el invierno es una de las mejores maneras de ahorrar energía y dinero.


► **58** Use un humidificador en climas fríos. El aire húmedo es más cálido y ahorra costos de calefacción.

- 59 Use ventiladores de techo para mover el aire. Durante la calefacción de invierno, las aspas deben girar en el sentido de las agujas del reloj. Durante el verano, las aspas deben girar en sentido contrario a las agujas del reloj.



- 60 Abra las cortinas durante el día para que entre el sol; ciérrelas por la noche para retener el calor.
- 61 Instale puertas de vidrio para el hogar y ciérrelas (y también el registro) cuando el fuego se haya apagado.
- 62 Cierre y aisle las rejillas de ventilación de las entreplantas en invierno.






▲


Instale cortinas o persianas aislantes sobre ventanas grandes y puertas corredizas de vidrio.

▲

Una sola bombilla grande funciona de manera más eficiente que varias bombillas más pequeñas.

A living room scene featuring a blue textured sofa with a guitar resting on it. In the background, a lamp with a white pleated shade is lit, and a smart thermostat is mounted on the wall. A green plant is visible on the left. Two text boxes with arrows point to the lamp and the thermostat.

Use pantallas de lámparas que estén limpias y que sean de colores claros; ubique las lámparas en las esquinas de la habitación para maximizar la luz reflejada.



Consulte a su técnico de HVAC para saber si es conveniente colocar un termostato programable o inteligente.

# AHORROS DE ENERGÍA EN EL hogar

**SÉLLELO BIEN** La forma más importante de ahorrar energía es aislar su hogar contra la pérdida de calefacción y refrigeración. Estas son algunas de las mejores formas de achicar el consumo:

- 63 Agregue aislamiento a su ático para reducir la pérdida de energía a través del techo, el área de mayor pérdida en la mayoría de los hogares. Use aislamiento R-49 o aproximadamente de 10 a 14 pulgadas (según el tipo de aislamiento) para obtener el mejor valor de eficiencia energética.
- 64 Los pisos sobre sótanos, garajes, porches y entreplantas sin calefacción deben tener un aislamiento adecuado.
- 65 Repare cualquier fuga en los conductos de calefacción/refrigeración. Aísle los ductos que corren a través de espacios no acondicionados.
- 66 Instale contraventanas y puertas. El aire “muerto” intercalado entre los paneles de vidrio es un aislante que reduce la pérdida de energía.

► **67** Coloque burletes o masilla alrededor de ventanas, marcos de puertas y donde los zócalos se unen con las paredes.

- 68 Instale almohadillas aislantes de espuma entre los enchufes eléctricos y las placas de los interruptores para reducir la entrada de aire.

**ENFRÍE LA CUENTA EN VERANO** Instale equipos que ahorren energía y luego siga estos simples consejos para mantenerse fresco. Ahorrará electricidad y dinero todo el verano.







69 Para un acondicionador de aire central nuevo, busque un modelo ENERGY STAR con un SEER (índice de eficiencia energética estacional) de 14,5 o más.

70 Mantenga las unidades exteriores limpias y libres de hojas y residuos.

71 Cuando utilice unidades de ventana, instálelas en el sector de sombra de su casa para obtener el rendimiento más eficiente.

72 Use toldos y cierre las persianas y cortinas en las ventanas soleadas para bloquear el calor del sol.


► **73** Programe una evaluación de energía del hogar GRATUITA a través de AES Indiana y reciba a un asesor calificado en su hogar.

74 Encienda un ventilador cuando se duche para disminuir la humedad.

75 En los días templados, abra las ventanas y disfrute del aire fresco.








Agregue aislamiento a su ático para reducir la pérdida de energía a través del techo, el área de mayor pérdida en la mayoría de los hogares.

Coloque burletes o masilla alrededor de ventanas, marcos de puertas y donde los zócalos se unen con las paredes.

Instale contraventanas y puertas. El aire “muerto” intercalado entre los paneles de vidrio es un aislante que reduce la pérdida de energía.



Utilice toldos, persianas y cortinas en las ventanas soleadas.

Instale una bomba de calor de alta eficiencia o un sistema de aire acondicionado central.





# AHORRE ENERGÍA. AHORRE DINERO.

Con los 75 consejos de este folleto, usted puede disfrutar del mismo estilo de vida usando menos energía. Ayuda al medio ambiente y administra sus costos de energía.

Los programas Power Tools™ de AES Indiana lo ayudan a administrar el consumo de energía y descubrir formas de ahorrar.

¿El resultado? Todos ganan cuando la energía se usa más sabiamente.

Visite [aesindiana.com/ways-save](https://aesindiana.com/ways-save)

**aes** Indiana

