



En la cocina

Guía de buenas prácticas
para un uso responsable
de la energía



La heladera y el freezer



La heladera es uno de los artefactos que más energía consume en una casa ya que su uso es constante.

Consejos prácticos para el uso de la heladera

- > Ubiquemos la heladera separada de la pared para permitir la circulación de aire en la parte trasera. Debemos también ubicarla lejos de los focos de calor y de luz solar directa.
- > Si tenemos que comprar una heladera pensemos qué uso le daremos, no compremos un equipo más grande de lo que realmente necesitamos.
- > Revisemos que los burletes estén en buenas condiciones para evitar pérdidas de frío.
- > No introduzcamos alimentos calientes en la heladera; para enfriarlos se consumirá más energía.
- > Cuando abrimos la heladera hagámoslo por el menor tiempo posible. Cada vez que se la abre, se pierde temperatura y recuperarla genera más gasto de energía.



El horno y las hornallas



El horno es un gran consumidor de energía: Al generar calor en un período breve de tiempo tiene un consumo equivalente a tres hornallas chicas.

Consejos prácticos para el uso del horno

- > Evitemos abrir el horno durante la cocción: Cada vez que hacemos esto se pierde aproximadamente el 20% de la energía acumulada.
- > Apaguemos el horno antes de finalizar la cocción, el calor residual es suficiente para acabar el proceso.
- > Revisemos que la goma (burlete) que sella la puerta del horno esté en buen estado para evitar pérdidas de calor.

Consejos prácticos para el uso de las hornallas

- > Tapemos las ollas y cacerolas al cocinar: la cocción será más rápida.
- > La llama no debe superar el diámetro del recipiente. La parte de la llama que sobresale no aporta calor a la cocción.
- > Disminuyamos la llama cuando se alcanza el punto de hervor.
- > Mantengamos limpios los quemadores: si están sucios demoran la cocción de los alimentos y aumentan el consumo de energía.



El lavarropas

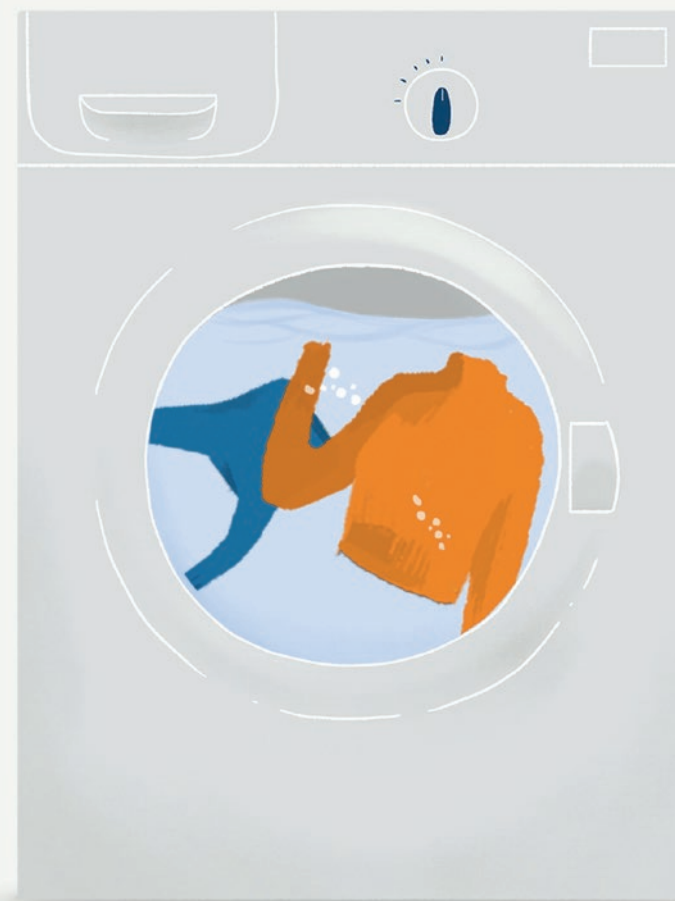


El lavarropas está entre los artefactos que más consumen en el hogar.

Consejos prácticos para el uso del lavarropas

- > Usemos el lavarropas a la máxima capacidad de carga y con ciclos cortos de lavado.
- > Lavemos siempre con agua fría. Si necesitamos calentar el agua, la temperatura no debe superar los 60°C.
- > Utilicemos la menor cantidad de jabón posible. Si nos pasamos de la medida indicada en el envase del producto, el lavarropas trabajará de más para eliminarlo.

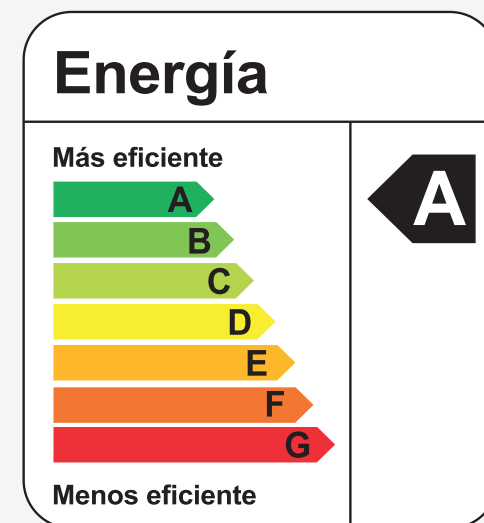
Entre el 80% y el 85% del consumo energético se utiliza para calentar agua durante el lavado.



La etiqueta de eficiencia energética

- > Es una herramienta con la que cuenta el consumidor que le permite conocer de manera rápida los valores de consumo de energía de los artefactos.
- > El etiquetado es obligatorio en cocinas, hornos y anafes, al igual que en microondas.
- > En heladeras, freezers y lavarropas también es obligatoria la presencia de esta etiqueta y tienen como mínimo de eficiencia la letra B.
- > A la hora de comprar, es muy importante optar por el artefacto más eficiente, que tenga el tamaño adecuado y que cumpla con las funciones que necesitamos.

El mismo artefacto
pero de distinta categoría
puede llegar a consumir
hasta tres veces más.





www.naturgy.com.ar

