

Consejos de Ahorro – 1er Semestre 2009

Estimado Vecin@,

mhCONFORTA quiere hacerte llegar este documento repleto de Consejos de Ahorro para el hogar que hemos encontrado en diferentes webs de fabricantes, servicios técnicos e instaladores.

A lo largo de los diferentes apartados (Calor, Frío, Agua...) encontrarás consejos de Ahorro y Mantenimiento que en la mayoría de los casos implican un coste cero o muy bajo a cambio de prolongar la vida de los equipos y mejorar su rendimiento.

Además del ahorro que implica cuidar mínimamente nuestros equipos, cada domicilio tiene también una responsabilidad social con su entorno y por eso el Ministerio de Industria elabora y promueve una normativa específica para el cuidado de las instalaciones (Reglamento de Instalaciones Térmicas en Edificios).

Esta normativa se diseña con el objetivo de que cada familia tenga los aparatos en el estado necesario para consumir la energía exacta que precisa el rendimiento demandado por el usuario. Dejar de revisar, limpiar y mantener las instalaciones es, en resumen, un perjuicio para la inversión realizada en nuestro hogar y una contribución al desgaste ecológico de nuestro entorno.

Esperamos que estos consejos sean de utilidad y te recordamos que ante todo es imprescindible leer el manual de instrucciones antes de llevarlos a término. Ante la duda, consulta al fabricante o servicio técnico oficial.

A lo largo del presente año iremos actualizando los Consejos de Ahorro y colgándonos en el apartado Descargas de www.mhconforta.com, no dudes en llamar al 902 39 33 41 o escribir a info@mhconforta.com para solicitar cualquier producto o servicio.

Hasta entonces, recibe un cordial saludo,

El equipo de **mhCONFORTA**

INDICE

CALOR	4
FRIO.....	8
AGUA.....	9
LUZ.....	12
GAS	13
ELECTRODOMESTICOS.....	14
• LAVADORA	14
• MICRO ONDAS.....	15
• NEVERA	16
• HORNO	20
• PLANCHA.....	21
• CAMPANAS EXTRACTORAS	23
• TOSTADORAS	24
AISLAMIENTO TERMICO.....	25

CALOR

Calderas

Ahorro

1. Tener en cuenta que el calor en la vivienda fluye desde las habitaciones calientes hacia las más frías, y desde abajo hacia arriba.
2. Entre el 25% y el 30% de las necesidades de calefacción son debidas a las pérdidas de calor que se originan en las ventanas. Revisar y mejorar los aislamientos en caso de detectar deficiencias en los mismos es la primera medida de ahorro.
3. Aunque la sensación de confort sea subjetiva, se puede asegurar que, en invierno, una temperatura de entre 19°C y 21°C es suficiente para la mayoría de personas. Por la noche, basta tener una temperatura de 15°C a 17°C para sentirse bien.
4. En condiciones normales, es suficiente encender la calefacción por la mañana. Por la noche, salvo en zonas muy frías, se debe apagar la calefacción, ya que el calor acumulado en la vivienda puede ser suficiente (sobre todo si se cierran persianas y cortinas).
5. La temperatura a la que se programa la calefacción condiciona el consumo de energía. Por cada grado que aumenta la temperatura, se incrementa el consumo y por lo tanto el coste.
6. Al ausentarse por unas horas, puede reducirse la posición del termostato a 15°C (la posición "economía" de algunos modelos corresponde a esta temperatura o similar).
7. Si hay habitaciones vacías o que se usen poco, la temperatura se puede bajar; o incluso se puede cerrar la válvula del radiador o apagar el equipo calefactor.
8. Apagar completamente la calefacción si va dejarse desocupada la vivienda más de un día.
9. Las calderas deben someterse a revisiones periódicas. Es aconsejable una revisión anual al inicio de la temporada de calefacción. Una caldera sucia tiene dificultades para la combustión y por tanto consume más.
10. No esperar a que se estropee el equipo: un mantenimiento adecuado de la caldera ahorrará hasta un 15% de energía, lo que representa más de 100

euros anuales en combustible aproximadamente y en función del tamaño de la vivienda y la potencia de la caldera.

11. El aire contenido en el interior de los radiadores dificulta la transmisión de calor. Es conveniente purgarlo al menos una vez al año, al inicio de la temporada de calefacción. En el momento que deje de salir aire y comience a salir sólo agua, habrá terminado la purga.
12. Sustituir los radiadores eléctricos por acumuladores de calor o bomba de calor puede rebajar sustancialmente el gasto en electricidad.
13. Por motivos de confort, la mejor colocación de los radiadores, es debajo de las ventanas, haciendo coincidir la longitud del radiador con la de la ventana, para favorecer la correcta difusión del aire caliente por la habitación.
14. Es conveniente no tapar ni obstruir los radiadores para aprovechar al máximo el calor que emiten. En el caso de que estén situados en huecos u hornacinas, es importante colocar elementos reflectantes detrás de los mismos.
15. Para ventilar completamente una habitación es suficiente con abrir las ventanas alrededor de 10 minutos, no se necesita más tiempo para renovar el aire y se malgastaría energía.
16. La calefacción central colectiva, con medición y regulación individualizada para cada una de las viviendas es, desde el punto de vista energético y económico, un sistema mucho más eficiente y barato que los sistemas individuales o independientes.
17. Es muy importante disponer de un sistema de regulación de la calefacción que adapte las temperaturas de la vivienda a nuestras necesidades. Los termostatos programadores son soluciones accesibles, fáciles de colocar y que pueden amortizarse rápidamente por los importantes ahorros de energía que generan (entre un 8 y un 13%, dependiendo del tamaño de la vivienda y la potencia de la caldera).
18. Para los sistemas de caldera y radiadores de agua caliente, un procedimiento sencillo para mantener la temperatura deseada en cada una de las habitaciones consiste en la instalación de válvulas termostáticas sobre los propios radiadores.
19. Para aquellos casos en los que la vivienda esté vacía durante un número de horas elevado, es interesante considerar la sustitución del termostato

- normal por otro programable, en el que se pueden fijar las temperaturas en diferentes franjas horarias e incluso para fines de semana o días especiales.
20. También existen en el mercado sistemas de control y regulación centralizados, conocidos como sistemas domóticos. Estos sistemas permiten diferenciar distintas zonas, registrar y dar la señal de aviso en caso de averías y también integrar funciones de seguridad contra robo, de confort y manejo de equipos, incluso a distancia vía SMS.
 21. Abrigarse de forma inteligente. El tipo de ropa que se use influirá en la eficiencia de la conservación del calor. La lana es una fibra rugosa que encierra paquetes de aire estático que funcionan como aislante térmico. Por eso es un material térmicamente eficiente.
 22. Usar varias capas de abrigo en vez de una sola y gruesa. El aire que queda atrapado entre las distintas prendas sirve como aislante térmico.
 23. Poner cortinas de tejidos gruesos en las ventanas. Asegurarse de que no tapen radiadores.
 24. Poner alfombras.
 25. Abrir las cortinas en las ventanas en que está dando el sol.
 26. Elegir el lado más templado de la casa para las actividades en que se pasa más tiempo. Preferir el lado al que da el sol. Evitar las habitaciones que dan al lado frío (aquel donde suelen dar los vientos), o con ventanas o paredes extensas que dan al exterior.
 27. Cambiar los vidrios con rajaduras. Reponer masilla en los que la hayan perdido.
 28. Rellenar todos los orificios donde entran cables de teléfono, televisión, etc.
 29. El aire caliente tiende a subir, dejando el aire frío en las capas inferiores de la casa. Si existe un ventilador de techo, operarlo a baja velocidad contribuye a enviar el aire caliente hacia el punto deseado.
 30. Nunca usar el horno o los hornillos para calentar espacios. Son comunes los accidentes fatales por usar la cocina como calefacción al apagarse ésta o por emisiones de monóxido de carbono.

CALOR

Emergencias

Qué hacer durante una ola de calor

1. Permanecer dentro de casa el máximo tiempo posible.
2. Si no hay instalación de aire acondicionado, permanecer fuera de la luz del sol.
3. Recordar que los ventiladores eléctricos no enfrían, sólo soplan aire caliente alrededor.
4. Ingerir comidas bien compensadas, ligeras y regulares. Evitar el uso excesivo de sal a menos que el médico lo indique.
5. Beber bastante agua y regularmente aunque no se sienta sed.
6. Las personas que padecen de epilepsia, enfermedades cardíacas, renales, del hígado, con dietas que restringen los líquidos o que tienen problemas de retención deben consultar al médico antes de aumentar la ingestión de líquidos.
7. Nunca dejar a los niños o los animales domésticos solos en vehículos cerrados.
8. Vestir con ropa suelta que cubra tanta piel como sea posible.
9. Las ropas ligera y de colores claros refleja el calor y la luz del sol y ayuda a mantener la temperatura normal del cuerpo.
10. Protegerse la cara y la cabeza con un sombrero de ala ancha.
11. Evitar tomar el sol.
12. Evitar el trabajo arduo durante la parte más caliente del día. Usar un sistema de compañero cuando se trabaje en calor extremo y tomar descansos suficientes.
13. Pasar por lo menos dos horas del día en un lugar con aire acondicionado. Si el hogar no tiene aire acondicionado, puede pasarse la parte más caliente del día en edificios públicos, tales como bibliotecas, escuelas, cines, centros comerciales y otras instalaciones de la comunidad.
14. Comunicarse con parientes, amigos y vecinos que no tengan aire acondicionado y que pasen solos la mayor parte del tiempo.

FRIO

Ahorro

Consejos de utilización del aire acondicionado

1. Conectar el aire acondicionado a una temperatura de 21°C aproximadamente. Cada grado que disminuya la temperatura genera un consumo superior de energía y por lo tanto de coste.
2. La ventaja de la bomba de calor con respecto a otros sistemas eléctricos es su alta eficiencia en zonas con clima constante, con veranos e inviernos suaves: por cada kWh de energía consumida se transfiere entre 2 y 4 kWh de calor. Además, la bomba de calor no sólo permite calentar la vivienda sino también enfriarla.
3. En los edificios y locales en cuyas fachadas predomina el cristal, es muy efectivo utilizar vidrios polarizados o colocar películas reflectoras que reducen la transmisión de calor y dejan pasar la luz necesaria. Esta medida proporciona ahorros de hasta el 20% en el consumo de aire acondicionado en función del tamaño de la vivienda y potencia del aparato.
4. Instalar, si es posible, dobles ventanas o doble acristalamiento; ahorrará un 20% de energía. Tenga en cuenta que el 40% de las fugas de calor se producen por las ventanas y cristaleras.

OTROS CONSEJOS SIN COSTE AÑADIDO:

1. Cuando se abandone una dependencia es mejor apagar el aire acondicionado.
2. Desconectar el aire acondicionado cuando no haya nadie en casa o en la habitación que esté climatizando.
3. Apagar el sistema de calefacción por la noche y no encenderlo por la mañana hasta que la casa esté ventilada. Para ventilar una habitación en condiciones normales bastan 10 minutos para renovar el aire.

OTROS CONSEJOS COMPLEMENTARIOS:

1. Instalar toldo y persianas en las ventanas ya que impiden las radiaciones directas del sol y disminuyen las necesidades de climatización.
2. Instalar un termostato si el aparato de aire acondicionado no lo tiene incorporado o si no proporciona información precisa sobre la temperatura.

AGUA

Mantenimiento

Cómo evitar que los desagües se atasquen

1. Evitar el uso de detergente en polvo, ya que en ocasiones no se disuelven, se van acumulando en las tuberías y terminan tapándolas.
2. Echar una cucharada de sal disuelta en agua en los desagües todas las semanas o cada 15 días.
3. Colocar cazoletas, que son como unos aparatitos o receptáculos que tienen unos agujeros más pequeños que los de los desagües y retienen migas de pan, fideos e incluso cabellos, evitando que pasen hasta la tubería y terminen obstruyéndolas. Cuando se nota que se esta obstruyendo, se retiran, se limpian limpiamos y se vuelven a ubicar.

En caso de no funcionar puede probarse lo siguiente:

1. Verter agua muy caliente acompañada de un par de tazas de vinagre.
2. Echar un cuarto de taza de bicarbonato de sodio en el drenaje, seguido de otra taza de vinagre.
3. Dejar reposar al menos 10 minutos.
4. Enjuagar con otro chorro de agua caliente.

AGUA

Ahorro

Cómo ahorrar agua

El agua es un recurso natural renovable, pero el abuso que se está haciendo de ella es superior a su renovación, por lo que es imperativo empezar a economizar en su utilización diaria. Estos son algunos consejos para ahorrar agua:

1. Para controlar el ahorro lo primero es revisar si la casa tiene alguna pérdida de agua. Comprueba que todas los grifos estén bien cerrados, que no esté funcionando ningún aparato en base a agua (lavadora, lavavajillas, etc.), ves al contador y fijarte si el contador sigue avanzando en su lectura. Si es así, puede indicar 2 cosas: a) tu contador está mal instalado o b) en algún lugar de la instalación hay una pequeña fuga. Comprobarlo implica un

coste en cualquier de los 2 casos pero es fundamental para diagnosticar una solución.

2. La instalación de un equipo de osmosis es una inversión que se amortiza al dejar de comprar agua mineral, además del beneficio implícito para la salud pues la ingesta de agua está, gracias a las membranas de carbono activado, libre de excesos químicos o partículas en suspensión.
3. Otra inversión en salud que permite ahorrar es la instalación de un equipo descalcificador en la acometida del agua. Estos equipos eliminan el exceso de cal en el agua y permiten ahorrar hasta un 70% del importe en detergentes, jabones y champús, además del impacto positivo inmediato en la salud de la piel. La inversión de descalcificador más osmosis se hace necesaria en hogares o residencias de cierto tamaño o en localidades donde al exceso de cal en el agua potable se une el exceso de partículas en suspensión o elementos químicos como el cloro.
4. Cuando los grifos gotean, la reparación puede ser muy económica y ahorra miles de litros. Puede ser tan fácil como desenroscar la boca del grifo y sustituir la arandela (de plástico o elástica) por una nueva. Seguramente eso será suficiente para evitar el goteo.
5. Hay que controlar que la mochila o depósito del baño tenga un flotador u obturador que funcione correctamente, para evitar que siga goteando agua hacia el inodoro después de utilizarlo.
6. Dejar abierto el grifo mientras se enjabonan las manos, se lavan los dientes o el afeitado, es una muy mala costumbre que hace derrochar una considerable cantidad de líquido.
7. Si en el jardín hay una piscina, para que el agua dure mucho mas tiempo y no se tenga que cambiarla muy seguido, deben utilizarse cloros y filtros recomendados.
8. Para que el agua que se utiliza para regar el jardín rinda mas, es conveniente hacerlo por la mañana temprano o por la noche y no en los horarios de calor, además, es más provechoso para las plantas, ya que absorben mejor el agua y no se queman por los rayos del sol.
9. Cuando se lave el auto debe hacerse con cubo y esponja, se ahorrare mas agua de lo que imaginable.
10. Colocar economizadores de agua en las bocas de los grifos es una apuesta segura. Estos filtros a rosca son de fácil instalación y bajo coste,

asegurando un ahorro de hasta el 50% del agua que sale por el grifo en el que se sitúan.

AGUA

Baño

Como limpiar las mamparas del baño

Encuentra otros artículos relacionados a **Como limpiar las mamparas del baño** en nuestra sección hogar. Las mamparas para baño son la solución ideal para lograr seguridad pues permite un acceso más fácil al plato de ducha.

Los materiales con las que pueden realizarse son variados, también pueden ser transparente, translucidas, lisas o con grabados.

El enemigo primordial de nuestras mamparas es la humedad, por lo que conviene mantener el baño siempre bien ventilado. Además, luego después de usar la ducha, es conveniente enjuagar las mamparas con agua.

Para mantenerlas en perfectas condiciones, deben limpiarse cada 15 días. Para ello se puede utilizar una esponja embebida en vinagre blanco.

Si la mampara es de plástico o rugosa, se puede preparar una mezcla de amoníaco, alcohol y agua en partes iguales y frotar con ayuda de un cepillo. Enjuagar bien y secar con un trapo bien limpio.

Si se trata solo de simples salpicaduras, un limpia vidrios común será suficiente.

Si el sarro y el jabón ya se han adherido, lo mejor es humedecer toda la superficie con una mezcla de agua y vinagre, dejar actuar, enjuagar y secar con un trapo limpio.

Nota. Repasar siempre y cuidadosamente los bordes de las mamparas, ese pequeño detalle permitirá que queden perfectas.

LUZ

Ahorro

Apagar las luces que no se utilizan

Este consejo puede parecer obvio, pero existen estudios que estiman que el 30% de la energía utilizada en una casa está gastada de forma innecesaria. La iluminación de una vivienda es aproximadamente el 11% de la factura de la luz. Apagando las luces que no necesitas, comenzarás es un ahorro instantáneo y amplía la vida de las bombillas.

Una idea brillante

Pasarse a las bombillas de bajo consumo. El mercado ofrece una gran variedad en formas y tamaños que se adaptan a la mayoría de las lámparas y apliques. El ahorro de energía es muy notable: consumen menos de la cuarta parte de lo que consumiría una bombilla normal. Cierto es que son un poco más caras que las bombillas normales pero duran hasta 10 veces más. ¿Cuan tangible puede ser este pequeño cambio en el hogar? Por poner dos empleos, si se cambian 17 bombillas incandescentes y se reemplazan por fluorescentes, equivaldrá a sacar de circulación 1 automóvil por un año. Por otro lado, una bombilla de bajo consumo puede llegar a proporcionar un ahorro de 60€ en 5 años, en función del uso y potencia de la bombilla.

Apagar el ordenador, TV, DVD y otros "Stand By" por la noche

Algunos electrodomésticos del hogar pueden llegar a consumir hasta un 30% de energía cuando reposan en "Stand By". Tener enchufados sólo los electrodomésticos que se utilizan a diario es otra manera de evitarlo.

Usar el ordenador portátil, en lugar del ordenador de escritorio

Los ordenadores portátiles, en función de la antigüedad, marca y modelo pueden consumir entre 15 y 25 vatios por hora durante un empleo regular, este consumo es muy poco comparado con los 150 vatios usados por un ordenador convencional de escritorio.

GAS

Cocina

Como ahorrar gas en la cocina

A continuación se citan simples acciones que suponen un ahorro:

1. **Hervir agua:** No es necesario llenar el recipiente donde se va a calentar si solo se va a preparar un café, ni usar ollas grandes para calentar agua si la comida es de pocas porciones. Colocar el agua justa y necesaria para cada momento, ayudará a no malgastar gas. Apenas se note que el agua ha comenzado a hervir, debe apagarse el fuego o agregar el alimento a cocinar.
2. **Color y forma de la llama.:** Lo ideal es que la llama sea azul y puntiaguda en lugar de amarilla y circular. Mantener los hornillos limpios ayudará a formar una llama uniforme y evitará que la comida no se cocine más de un lado que de otro, lo cual retardaría la cocción final. Debe controlarse que la llama no llegue a los laterales de las ollas o sartenes, en este caso la olla utilizada sería muy grande y no se concentraría el calor en el centro de la olla.
3. **No precalentar:** Si no hace falta, no hay que encender el horno antes de tiempo y cuando se haga, debe introducirse la comida y no abrirlo innecesariamente, ya que el calor concentrado adentro se escapara y deberá volverse a calentar para continuar cocinando, alterando también el resultado final del alimento debido a las bajadas de temperatura.
4. **Cocinar todo de una vez:** Hay que buscar la manera de cocinar varios platos en el horno de una sola vez, para evitar encenderlo, apagarlo y tener que esperar nuevamente a que tome temperatura. Si de repente un plato requiere más temperatura que otro para cocinar, debe colocarse la temperatura a término medio y cocinar un poco menos el que necesita fuego suave y un poco más el que necesita fuego fuerte.
5. **Hornillos y olla:** No desperdiciar gas al cocinar en ollas, si la olla es grande y se coloca en un hornillo pequeño, los alimentos tardaran mucho en cocinarse, y si se coloca una olla pequeña en un hornillo grande, se desperdiciará energía ya que seguramente el fuego apuntará a las paredes de la olla y no a su base. Si es posible, deben cocinarse varios alimentos a la vez dentro de la olla.

ELECTRODOMESTICOS – LAVADORA

Ahorro

Cómo disminuir el consumo de la lavadora

Cuando se usa la lavadora debe utilizarse la carga completa, y para no tener que usar el prelavado, puede limpiar a mano la parte de la ropa que se encuentra más sucia, además se notará que las prendas salen mas limpias.

ELECTRODOMESTICOS – LAVADORA

Mantenimiento

Cómo eliminar el sarro de la lavadora

Ponerla en marcha como si se fuera a lavar ropa con agua caliente y añadir en el depósito dos vasos de vinagre. Durante el desagüe, la mezcla arrastrará la cal o sarro, aunque podría ser necesario volver a repetir la operación.

ELECTRODOMESTICOS – MICRO ONDAS

Mantenimiento

Cómo eliminar el mal olor del microondas

Colocar una taza con agua y jugo de limón a potencia máxima durante unos 3 a 5 minutos. Si no se quiere exprimir el limón, puede llenarse media taza con agua y agregar directamente medio limón sin exprimir, en este caso también se pone a máxima potencia por el mismo período de tiempo.

ELECTRODOMESTICOS – MICRO ONDAS

Mantenimiento

Cómo limpiar el microondas

Lo primero a tener en cuenta y que recomiendan los fabricantes de microondas es no usar productos abrasivos para limpiar el interior de los mismos. Después de poner en práctica el consejo anterior del limón, esperar a que se enfríe un poco el agua antes de abrir la puerta, sacar la taza y proceder a pasar una esponja o trapo por las paredes. Así se el micro ondas quedará completamente limpio y con un fresco aroma a limón.

ELECTRODOMESTICOS – NEVERA

Ahorro

Cómo ahorrar energía en el uso del refrigerador

Las neveras y congeladores suelen consumir hasta el 40% de la factura eléctrica doméstica. No es de extrañar pues está encendido 24 horas al día, 365 días al año. Aquí se citan unos consejos para ahorrar energía:

1. **En puerta cerrada, ahorro de energía seguro:** Para que el motor este menos tiempo encendido se debe procurar que la puerta esté abierta lo menos posible. Parece una obviedad pero muchas veces se abre y cierra el refrigerador para retirar cosas que bien se podrían sacar de una vez con un poco de previsión.
2. **Mientras más lleno este el refrigerador, menos consumo:** Otra cuestión importante es que cuanto más lleno este la nevera y el congelador, mejor se conservará el frío ya que esto colaborará para mantener fuera el aire caliente que entra al abrir la puerta. También es importante cubrir la comida antes de guardarla para conseguir el mínimo consumo y mejor conservación.
3. **Elegir el refrigerador pensando en el ahorro de energía:**
 - a. Comprar una nevera eficiente en consumo eléctrico, catalogadas con etiqueta energética "A".
 - b. Escoger el tamaño correcto, las neveras más grandes por lo general gastan más, por lo que hay que tener en cuenta la relación entre el consumo y la capacidad del aparato, es decir, de acuerdo al uso que se le va a dar.
 - c. Recordar que las neveras que dispensan hielo y agua automáticamente aumentan el consumo de electricidad.

ELECTRODOMESTICOS - NEVERA

Mantenimiento

Cómo mantener el buen funcionamiento del congelador

Para conseguir un buen funcionamiento del congelador, hay que mantener las paredes interiores libre de hielos, ya que estos hacen un efecto aislante e impiden la transmisión del frío.

Se hace difícil mantener temperaturas bajas de congelación en un congelador en el que se le ha formado hielo en las paredes, ya que la temperatura mínima que se alcanza estará entre 0 y -5 C. pero hay que tener en cuenta que estas temperaturas se obtienen a costa de que el motor del compresor se mantenga funcionando durante más tiempo de lo normal, con el consiguiente aumento del consumo energético y disminución de la vida útil del congelador. Por ende, cuidar el congelador es cuidar la vida útil de la nevera y hay que tratar de mantenerlo libre de hielo, mucho antes de que se formen grandes capas.

ELECTRODOMESTICOS – NEVERA

Mantenimiento

Cómo eliminar los malos olores en la nevera

Si el olor es muy fuerte lo mejor es quitar todo lo que haya en la nevera y descartar la comida en dudosa conservación. Un alimento en mal estado genera olores fuertes y penetrantes bastante desagradables, además los alimentos en descomposición pueden afectar a otros que se encuentren próximos o por debajo en niveles inferiores.

Para estos casos no hay más remedio que realizar una limpieza profunda de la nevera, para ello hay que retirar y limpiar todas las repisas, compartimentos y cajones de la nevera. Con el interior de la nevera vacío, limpiar el suelo, las paredes y el fondo con agua y jabón, o detergente y unas gotas de lejía o hipoclorito. Al finalizar aclarar o enjuagar con agua y secar todo muy bien.

Para eliminar los **malos olores** de la nevera que normalmente pueden provocar algunos tipos de alimentos pueden aplicarse algunos de estos trucos y consejos:

1. Cerrar en bolsas alimentos que despidan naturalmente un olor fuerte.
2. Colocar siempre en recipientes cerrados salsas o sobras de comidas.
3. Si en una taza se colocan unos granos de café tostado y se introduce en el interior de la nevera, sobre las repisas y dentro de los cajones, se neutralizan los malos olores.

ELECTRODOMESTICOS – NEVERA

Mantenimiento

Cómo limpiar el congelador

Lo más molesto suele ser el tiempo de espera hasta que se descongele por completo para poder comenzar a limpiarlo. Lo bueno, es que existe un sencillo truco para acelerar este paso y que inclusive es recomendado por las mismas empresas que fabrican estos electrodomésticos:

1. Lo ideal es conseguir descongelarlo con gran rapidez y procurar que su contenido continúe helado. Para ello hay que vaciar el congelador y poner los alimentos en una nevera de playa o en una bolsa térmica que pueda mantener el frío, y a su vez en otra bolsa de plástico aparte se colocan todos los cubitos de hielo mezclados con varios puñados de sal para conseguir una temperatura del agua más baja y evitar que los alimentos se descongelen rápido. Para reforzar el mantenimiento de la temperatura se pueden envolver los alimentos y la bolsa con los cubitos de hielo y la sal en varias capas de papel de periódico.
2. Una vez desenchufado y vacío, se coloca una olla o cualquier recipiente con agua caliente dentro del congelador y cerrar la puerta.
3. El vapor que desprende el agua caliente ayudará al proceso de descongelamiento. Se puede cambiar el agua si es necesario.
4. Cuando ya esté completamente libre de hielo, solo hay que pasar una rejilla, paño o esponja humedecido en una mezcla de detergente y agua.
5. En el agua del enjuague se puede añadir unas gotas de vinagre y quedará más brillante. También se puede diluir un poco de bicarbonato dentro de agua para usar como limpiador (la proporción es de 2 cucharadas de bicarbonato en 2 litros de agua).
6. Finalmente se dejan secar bien las paredes para que no quede líquido en el interior del congelador, y se espera alrededor de 1 hora antes de volver a enchufar el aparato.

Atención:

1. No usar un secador de pelo, ya que puede causar daños a las paredes del congelador o freezer.
2. No debe colocarse ningún alimento dentro hasta que no trascurren por lo menos 60 minutos.

3. No usar productos tóxicos o abrasivos como el amoníaco en la olla o para la limpieza posterior.
4. Es importante recordar que en ningún momento debe alterarse la inclinación del aparato. En caso de hacerlo, como en el caso de una mudanza, es preciso esperar entre 12 y 24 horas para volver a enchufarlo a la red eléctrica.

ELECTRODOMESTICOS – HORNO

Ahorro

Cómo ahorrar gas

Se calcula que un horno consume como cuatro hornillos encendidos a la vez:

1. Cuando se utilice para cocinar es aconsejable no abrir la puerta si no es necesario y cocinar los alimentos en fuentes de vidrio ya que aceleran el proceso de cocción.
2. Evita colocar alimentos directamente sacados del congelador. Es mejor descongelarlos antes, para acortar el tiempo que estarán dentro del horno.
3. Es conveniente que estén limpios para que cumplan mejor su función y consuman menos gas. Lo mejor es hacerlos revisar por alguna persona especializada por lo menos una vez al año.
4. Las llamas de los hornillos deben ser estables y de color azul, de lo contrario estaría funcionando mal y gastando gas en exceso.
5. No dejar que la llama de la cocina sobrepase el fondo de las ollas o cacerolas.
6. Si se tapan las ollas la comida se cocinará más rápidamente.
7. Cuando el alimento lo permite, usa la olla a presión, la cocción será mucho más rápida.

ELECTRODOMESTICOS – HORNO

Mantenimiento

Limpiar el horno

Si el horno está sucio debido a que se ha derramado algo, pueden probarse algunos de los siguientes consejos:

1. Espolvorar el interior con sal. Cuando el horno esté frío raspar con cuidado los residuos y después pasa una esponja húmeda.
2. Llenar un plato pequeño de amoníaco e introducir en el estante superior del horno.
3. Llenar una fuente grande con agua hirviendo e introducirlo en el estante inferior del horno, dejándolos actuar toda la noche. Por la mañana, abrir el horno y dejar que se airee un rato antes de lavarlo con agua y jabón. El horno quedará limpio y reluciente como el primer día, incluso la grasa más incrustada desaparecerá.

ELECTRODOMESTICOS – PLANCHA

Mantenimiento

Cómo eliminar el sarro de la plancha

Para quitar el sarro que se encuentra en la plancha, lo primero antes de aplicar el siguiente consejo es no tenerla enchufada a la red eléctrica. Después hay que comenzar limpiando los agujeros de la superficie, pues en ellos es muy visible la cal. Para ello, se moja en agua con detergente un objeto de punta fina y roma (punta redonda), o incluso un pequeño cepillo de dientes. Luego se frota. La cal del depósito se elimina con una mezcla de vinagre, agua y sal. Después, hay que enchufarla y dejar que el vapor salga durante unos minutos. Por último, se debe aclarar el depósito un par de veces con agua del grifo.

ELECTRODOMESTICOS – PLANCHA

Ahorro

Cómo disminuir el consumo eléctrico de la plancha

1. Regular la temperatura de la plancha de acuerdo a los diferentes tipos de tejidos.
2. Desconectar la plancha una prenda antes de terminar el planchado.
3. Desconectar la plancha si tiene que realizar otra actividad. Plancha la mayor cantidad de ropa posible en una sola sesión.

ELECTRODOMESTICOS – PLANCHA

Mantenimiento

Como limpiar una plancha a vapor

Este procedimiento para limpiar la plancha de vapor sirve sobre todo para quitar restos de materiales sintéticos que puedan estar obstruyendo los poros de salida del vapor. Para limpiar una plancha a vapor:

1. Se deberá calentar la misma a una temperatura mínima.
2. Desconectar la salida de vapor.
3. Frotar la base con una vela.
4. A continuación, se pasa una lana de acero fina.

5. Se conecta el vapor y se pulsa varias veces para eliminar restos de cera de los agujeros de salida.
6. Por último, comprobar planchando una prenda en desuso para corroborar que la cera ha sido completamente eliminada.

ELECTRODOMESTICOS – CAMPANAS EXTRACTORAS

Mantenimiento

Como limpiar los extractores de cocina

El extractor de cocina debe mantenerse sin suciedad y una limpieza periódica será suficiente para evitar futuros problemas. En caso de limpieza:

1. Lo primero que debe hacerse es desconectar el extractor.
2. Para limpiar el exterior, utilizar un desengrasante de cocina. Luego, retirar las rejillas que sirven de filtro y humedecerlas con un antigrasa (un rociador es ideal para estos casos), después, dejar actuar.
3. Con un cepillo pequeño de cerdas no muy blandas, proceder a cepillar la rejilla para eliminar todo rastro de grasa. Aclara bien y deja secar.
4. Antes de volver a colocar la rejilla, limpiar el interior de la campana. En este caso, también puede aplicarse el antigrasa, pero se corre el riesgo de mojar el motor. Lo mejor es humedecer una esponja con antigrasa o amoníaco y limpiar con mucho cuidado.
5. Ahora, colocar la rejilla. Repetir esta operación cuando los olores comiencen a acumularse en la cocina por más que el extractor esté en funcionamiento.

ELECTRODOMESTICOS – TOSTADORAS

Mantenimiento

Limpiar la tostadora

1. No olvidarse de desenchufar siempre la tostadora ante cualquier manipulación.
2. Retirar la acumulación de pan o migas dentro del compartimiento donde se realizan las tostadas dándole la vuelta y sacudiendo bien para que caigan las migas que hay en su interior. Si no se realiza esta operación a menudo, comenzará sentirse olor a quemado cuando se preparen las tostadas y puede comenzar a salir humo.
3. Otro sistema para que siempre parezca como nueva, es limpiar su superficie con un poco de amoníaco y mucha agua. Quedará tan brillante como recién comprada.
4. Las tostadoras que tienen tapa ahorran mucho más energía que las de doble ranura abierta. En cualquier caso, las tostadoras que trabajan con resistencia eléctrica suelen suponer un alto coste energético y por lo tanto es importante comprobar el consumo en su etiqueta energética antes de comprarlas.

AISLAMIENTO TERMICO

¿Debo utilizar aislamiento térmico en mi casa?

En caso de experimentar algunas de las siguientes situaciones, la respuesta es probablemente SI:

- Tiene una casa de muchos años a la cual no se le ha añadido aislamiento térmico.
- Sentir un frío repentino incómodo en el invierno o mucho calor en el verano en zonas climatizadas.
- Construir una casa nueva o una ampliación a su casa o va a instalar un techo nuevo o revestimiento exterior.
- Pagar facturas elevadas de energía.
- El ruido de afuera es excesivamente molesto. El aislamiento amortigua el sonido.

Consejos para un buen aislamiento del hogar

El aislamiento de la vivienda es fundamental para evitar fugas de calor durante la época invernal. En muchas ocasiones, una gran parte de la energía consumida en calefacción se pierde innecesariamente debido a un mal aislamiento térmico de los hogares, a pérdidas de calor importantes por un mal cierre de puertas y ventanas, etc.

- 1. La forma más sencilla de mantener el calor en el hogar consiste en facilitar la entrada del mismo durante las horas de sol del día subiendo las persianas y abriendo los visillos.** De esta forma se aprovecha el calor de la luz natural. En cambio, al anochecer se deben cerrar cortinas y persianas para evitar la pérdida de calor por los cristales.
- 2. Otra medida básica que reduce las necesidades de calor es ventilar la vivienda el tiempo justo.** En condiciones normales, diez minutos son

suficientes para lograr que el aire de la habitación se renueve totalmente. Tener las ventanas abiertas más tiempo no resulta más higiénico, sino que lo que se consigue es perder más calor y reducir la temperatura de la vivienda.

- 3. El aislamiento en fachadas, ventanas, techos y suelos es el principal aliado.** Las fugas de calor al exterior se producen por paredes, ventanas y persianas, principalmente, por lo que si se aíslan bien estos elementos pueden ahorrarse hasta un 40% en el gasto de calefacción.
- 4. Paredes que dan al exterior.** Es conveniente proteger perfectamente con materiales aislantes las paredes ya sean huecas o macizas. Existen diversidad de materiales para reforzar las paredes como son las placas de madera, el poliestireno o las más sofisticadas láminas de aluminio chapado.
- 5. Ventanas.** En el caso de ventanas sencillas las pérdidas de calor pueden ser hasta cuatro veces mayores que si se poseen dobles ventanas. Aún más eficaz es el doble acristalamiento con cámara de aire en su interior que evita escapes de hasta un 40% del calor. En cualquier caso, si no se opta por el doble acristalamiento y las ventanas no cierran herméticamente deben instalarse burletes adhesivos o bandas de espuma sintética o de goma, al igual que fijar los cristales con masilla o silicona. Con la instalación de estos burletes pueden ahorrarse entre un 5 y un 10% de energía.
- 6. Persianas.** La caja donde se enrolla la persiana es otro punto de fuga del calor. Para poder evitar pérdidas puede aislarse con paneles de corcho la estructura de la cara interior de la caja, además de sellar las rejillas con masilla o silicona.
- 7. Puertas.** En las puertas que dan al exterior pueden instalarse también juntas o burletes y utilizar para la parte inferior de los mismos perfiles especiales que no permiten la entrada de aire del exterior.
- 8. Techos.** Los últimos pisos de los edificios suelen ser los más fríos en invierno ya que la mayor cantidad de calor se desprende por el tejado. Para evitar la falta de aislamiento los inquilinos pueden instalar un falso techo de placas de yeso laminado o cubiertas a dos aguas que evitan la pérdida de calor al formar una cámara de aire. Asimismo en los desvanes y trasteros pueden colocarse fieltros en las vigas o utilizar aislantes granulados.

Consejos para las ventanas en climas fríos

1. Colocar láminas resistentes de plástico transparente en los marcos o pegar láminas de plástico transparente al interior de los marcos de las ventanas durante los meses fríos del invierno. Recordar, el plástico debe estar bien sellado al marco para ayudar a disminuir la penetración del aire frío.
2. Instalar persianas aislantes herméticas en las ventanas donde se sientan corrientes de aire después de la colocación del aislamiento térmico.
3. Cerrar las ventanas y las persianas durante la noche y abrirlas durante el día.
4. Mantener limpias las ventanas del lado sur de la casa para permitir que entre el sol en el invierno.
5. Si es necesario, reparar y climatizar las ventanas contra tormentas que tiene actualmente.

Consejos para las ventanas en climas cálidos

1. Instalar cortinas o persianas blancas en las ventanas para reflejar el calor hacia fuera de la casa.
2. Cerrar durante el día las cortinas de las ventanas que dan al sur y al oeste.
3. Instalar toldos en las ventanas que dan hacia el sur y el oeste de la casa.
4. Colocar láminas para el control de la luz solar u otras láminas reflectantes en las ventanas que dan al sur de la casa para evitar la acumulación de calor solar.