

Generación Indoor: Aldro Energía busca hacer de la vivienda un espacio saludable

Aldro propone determinados hábitos y soluciones de eficiencia energética en las viviendas que cambiarán la forma de habitar estos espacios

Pasar tiempo al aire libre es saludable para el organismo. La Organización Mundial de la Salud así lo confirma incidiendo en que la convivencia en la naturaleza mejora la salud y atenúa los efectos negativos de la contaminación, el cambio climático y la destrucción de la biodiversidad. Pero lo cierto es que el 90% del tiempo se pasa en espacios interiores lo cual, según la ciencia, es perjudicial para la salud y bienestar de las personas.

Ya que la mayor parte del tiempo se vive en espacios cerrados, desde la comercializadora energética Aldro, ponen de manifiesto determinados hábitos y costumbres que cambiarán la forma de estar en estos espacios cuidando el bienestar. Los hogares han de ser lugares saludables en los que vivir y crecer.

La incidencia de la luz natural tiene múltiples beneficios por eso hay que asegurarse de que las viviendas reciban tanta luz como sea posible subiendo las persianas o abriendo las cortinas en las horas de más luz del día y, si es factible, buscar una orientación adecuada de las estancias para aprovechar esa luz natural y no alterar el reloj biológico. Pero cuando cae la noche, la mejor solución son las luces led, que permiten un importante ahorro energético así como en la factura de la luz. Aldro propone una solución de ahorro con Go2Led, que renueva las instalaciones con iluminación led sin incrementar los costes energéticos.

Este aprovechamiento de la luz natural está relacionado también con la calefacción. Además de subir persianas para aprovechar la luz, esta acción ayudará a calentar la casa dejando entrar los rayos a través del cristal y, en contraposición, bajarlas durante la noche protegerá la vivienda del frío. Puertas y ventanas son puntos de fuga del calor por lo que Aldro aconseja recurrir a soluciones sencillas como colocar burletes, impermeabilizar ventanas con silicona, colocar zócalos o alfombras, etc.

Aislar la casa del frío conduce a hablar de sistemas de calefacción. Los fríos meses de invierno son el momento en que más tiempo se está dentro de casa y se usa la calefacción. Aldro propone una serie de medidas como purgar los radiadores para evitar la acumulación de aire en el sistema y que el agua caliente circule correctamente por el circuito, calentando de manera óptima sin tener que consumir más energía para alcanzar la temperatura necesaria. Del mismo modo, la elección del termostato ayuda en la factura final seleccionando la temperatura de los hogares en función de los horarios de sus habitantes. En la actualidad existen termostatos inteligentes que se controlan a través del Smartphone y gestionan la climatización monitorizando consumos y evitando gastos superfluos de energía.

Para ahorrar en calefacción es importante también el buen mantenimiento de la caldera ya que un equipo defectuoso puede consumir hasta un 15% más de energía y sufrir averías con un alto coste de

reparación. Aldro siempre va a ofrecer las soluciones y productos sostenibles necesarias para ahorrar. Por eso ofrecen el Plan Renove de Calderas con el que reemplazar la caldera por una nueva más eficiente, así como un servicio de mantenimiento para aumentar su vida útil y reducir el consumo. De esta forma, se tendrá la garantía de que está funcionando de manera eficiente y de que no está usando más energía de la necesaria.

Igual de importante es la ventilación. Y es que según la Agencia de Protección Ambiental de EE. UU., el aire de los espacios cerrados puede estar cinco veces más contaminado que el exterior y una mala calidad de este aire está estrechamente relacionado con el aumento de los problemas respiratorios y alergias. Son diversas las fuentes de contaminación y aparentemente inofensivas como las alfombras, las velas, los productos de limpieza, los objetos de plástico, etc. Por ello, es importante ventilar las casas y 10 minutos serán suficientes para renovar el aire sin perder calor.

Aldro es consciente de la importancia de vivir en espacios saludables. Aunque existe una conciencia colectiva de que la contaminación en las grandes ciudades juega un papel negativo en la salud, el tiempo transcurrido en espacios interiores conlleva, tal y como se aprecia, incluso mayores riesgos. Por ello Aldro propone ciertos hábitos, instalaciones de calidad, soluciones de eficiencia energética y servicios de mantenimiento para una vida más saludable y respetuosa dentro de las viviendas.

Datos de contacto:

Aldro Energía
comunicacion@aldroenergia.com

Nota de prensa publicada en: [Torrelavega](#)

Categorías: [Nacional](#) [Sociedad](#) [Ecología](#) [Consumo](#) [Innovación](#) [Tecnológica](#) [Sector Energético](#)

NotasdePrensa

<https://www.notasdeprensa.es>