

## **Los principales hábitos domésticos para ahorrar en casa**

**Uno de los principales objetivos de los hogares es ahorrar en las facturas domésticas. Este objetivo se puede conseguir cambiando pequeños hábitos que marcan la diferencia**

Uno de los principales objetivos de los hogares es ahorrar en las facturas domésticas, sin complicarnos la vida. Este objetivo se puede conseguir cambiando pequeños hábitos que marcan la diferencia. Si se cree que esto no es posible, toma nota de los consejos que se explican a continuación.

### Etiqueta energética de los electrodomésticos

Si se tiene que renovar dentro de poco los electrodomésticos de casa, o alguno en concreto, se debe no olvidar tener en cuenta el distintivo de la letra A.

Para reducir en la factura, escoger electrodomésticos con eficiencia energética y de bajo consumo que incluyen el distintivo A +, A ++ y A+++ en su etiqueta. Aunque te cuesten más caros, con ellos se ahorrará hasta el 60% de la energía.

### Vigila el termostato del frigorífico

Y hablando de electrodomésticos, recuerda que el frigorífico es uno de los que más energía consume. Por cada grado que se baje, su consumo aumenta en un 5%. Por ello se deben alejar de las fuentes de calor y mantener el termostato a una temperatura de 6°. En el caso del congelador, se recomienda que esté a -18°.

La lavadora y el lavavajillas, asegúrate de utilizarlos siempre a carga completa, ya que así se ahorrará hasta un 50%.

### Aísla la casa

Para evitar que el calor se escape de casa y que el frío del exterior se cuele en nuestras habitaciones, debemos aislar puertas y ventanas con doble acristalamiento. También se puede "tapar" con silicona todas esas pequeñas fugas alrededor de puertas y ventanas.

Mucho más sencillo que todo esto es recurrir a los textiles. Las cortinas dobles y los tejidos gruesos aíslan las habitaciones del frío. Mientras que las alfombras de lana son excelentes aislantes térmicos que, además de decorar, proporcionan confort y calidez en nuestras pisadas.

### Ahorra en iluminación

La iluminación es otro tema que nos preocupa especialmente. No se puede olvidar sustituir las bombillas por modelos de bajo consumo o leds, con ellas se ahorra hasta un 80% de energía. Los

detectores de presencia y los reguladores de intensidad de luz también ayudan a ahorrar en la factura de la luz.

#### Ahorra en agua

En cuanto a la grifería del cuarto de baño y de la cocina, lo ideal es optar por grifos temporizadores que se cierran y abren automáticamente. Con ellos ahorramos hasta un 40% de agua.

En el baño, los sistemas de doble descarga en el inodoro consumen 13.000 litros de agua menos al año. Una gran diferencia, tanto para nuestro bolsillo como para el medio ambiente. En comercios especializados puedes preguntar a expertos por todos estos sistemas que te ayudarán a ahorrar considerablemente en las facturas domésticas.

#### Sencillos gestos diarios

¿Y qué más cosas podemos hacer nosotros, sin complicarnos la vida? en primer lugar, no olvides desconectar por completo los aparatos. Se suele dejar en modo Stand-by y gastan hasta un 16%. Los más pequeños, como el microondas y la cafetera, también consumen energía. Así que, si no se utilizan con mucha frecuencia, ¿para qué estar malgastando energía y dinero innecesariamente?

Otros hábitos domésticos que puedes adquirir para ahorrar en casa son ducharse, en lugar de tomar un baño. Ahorrarás hasta 70 litros por cada ducha. Cuando se cepillan los dientes, se debe recordar cerrar el grifo, ya que este simple gesto supone un ahorro de 20 litros. Y antes de salir de casa e irte a la cama, recuerda echar un vistazo por la casa por si hay alguna luz encendida.

El contenido de este comunicado fue publicado originalmente en la página web de Decorablog

#### Datos de contacto:

Nota de prensa publicada en:

Categorías: [Bricolaje](#) [Interiorismo](#) [Ecología](#)

---

**NotasdePrensa**

<https://www.notasdeprensa.es>