



CROMO DE ENERGÍA

COLECCIONANDO
SOSTENIBILIDAD
C R O M O 1

EFICIENCIA
96

AHORRO
83

ESFUERZO
93

**De 21 a 19
van
14**

CARTA DIGITAL

www.miteco.gob.es/es/ceneam/

De 21 a 19 van 14... Sí, un 7% de ahorro de consumo energético por cada grado de menos en tu termostato. Además de ahorro de combustible y emisiones, será mejor para tu salud. ¡Ah! y exige que en los centros públicos y comerciales no se superen los 19°C.

DESCRIPCION

Así es, por cada grado que bajemos el termostato de nuestra vivienda, **conseguiremos un ahorro del 7% del consumo energético. Con dos grados de bajada, ahorraremos un 14%**. Además del ahorro energético, tendremos un ahorro directo económico y también contribuiremos a una reducción de la contaminación ambiental. Con menos consumo se generan menos emisiones.

Y aún hay más... El **exceso de calor provoca sequedad en la piel y en las fosas nasales**, facilitando de esta manera la entrada de patógenos. Por ello, mantener una temperatura de 19° y una humedad ambiental de, al menos, un 30% será beneficioso para nuestra salud.

Las necesidades de calefacción y la sensación de confort varían en cada persona y dependen de la meteorología y de la ocupación del hogar. Poder ajustar, mediante termostatos, la temperatura a los diferentes usos y presencia en nuestras estancias nos ahorrará un gran consumo energético. Por ejemplo, en los dormitorios es suficiente mantener una temperatura de entre 15° y 17°C.

La temperatura en los recintos calefactados de los edificios de la administración pública, los comercios y los centros de pública concurrencia (cines, teatros...) no deberá superar los 19° según marca la normativa vigente.

BUENA PRÁCTICA

En el CENEAM se han establecido 27 zonas diferentes controladas por termostatos. De esta manera, cada una de esas zonas puede tener unos rangos de temperatura distintos en función de su uso (oficina, aulas, pasillos, etc.), nunca superando los 19° en los espacios calefactados en invierno.

Se establece una programación para cada día de la semana, incluidos los fines de semana, de acuerdo con el horario laboral del personal o el uso de espacios para cursos o reuniones. Mediante la adecuada gestión del uso de instalaciones y de control de los termostatos se consiguen notables ahorros de energía.

Para saber más

- Guía Práctica del IDAE
- Real Decreto-ley 14/2022, de 1 de agosto, de medidas de sostenibilidad económica en el ámbito del transporte, en materia de becas y ayudas al estudio, así como de medidas de ahorro, eficiencia energética y de reducción de la dependencia energética del gas natural.
- Recursos documentales sobre ahorro energético