

# Formas sencillas de ahorrar energía en casa

Consejos útiles de Duquesne Light para ahorrar energía



# Índice

---

## **Iluminación**

Pruebe estas brillantes ideas para contener los costos energéticos **2-3**

---

## **Calentar agua**

Buenas formas de reducir el gasto en agua caliente **4-5**

---

## **Cocina**

Ahorre energía en serio **6-7**

---

## **Auditoría energética del hogar**

Pruebe su eficiencia energética **8-11**

---

## **Calefacción**

Reduzca el consumo de energía y siga sintiéndose cómodo **12-13**

---

## **Aire acondicionado**

Ahorre energía sin sudar **14-15**

---

## **Sala de estar**

Ahorre energía y dinero mientras se divierte **16-17**

---

## **Paisajismo**

Ahorrar energía plantando en el lugar adecuado **18**

---

## **Energy Star**

Busque la etiqueta Energy Star **19**

---

## **Watt Choices**

**20-21**

---

# Ahorre electricidad y conecte con el ahorro

La electricidad y otros tipos de energía forman parte de nuestra vida cotidiana. De hecho, desde que suena el despertador por la mañana hasta que nos acostamos tarde por la noche, contamos con diversas fuentes de energía que nos ayudan a cocinar, calentar y enfriar nuestras casas, iluminar nuestro camino y mantenernos informados y entretenidos.

En Duquesne Light, nos dedicamos a proporcionar a cada cliente acceso a un suministro seguro de electricidad a un precio razonable. También estamos comprometidos a ayudar a los clientes a minimizar sus facturas mientras obtienen el máximo provecho de cada dólar que gastan en energía.

En las páginas siguientes le ofrecemos una serie de consejos que pueden ayudarle a reducir el consumo de electricidad y ahorrar dinero. Le animamos a que dedique unos minutos a revisar estos consejos. Estamos seguros de que verá que reducir su consumo de energía puede ser cómodo, práctico y, lo mejor de todo, fácil.

## Iluminación...

Pruebe estas brillantes ideas para contener los costos energéticos

Cuando se pone el sol estos consejos para ahorrar energía pueden reducir el coste de la iluminación de tu hogar:



- **Mire los lúmenes.** Cuando cambie una bombilla, fíjese en cuántos lúmenes produce. Los lúmenes indican la luminosidad de una bombilla, mientras que la potencia simplemente indica cuánta energía es necesaria para que la bombilla funcione. Elige el mayor número de lúmenes y el nivel más bajo de potencia.
- **Cámbiese a las bombillas de diodos emisores de luz (LED).** Cambie sus bombillas incandescentes y fluorescentes compactas por bombillas LED. Proporcionan una luz equivalente y consumen menos energía.
- **Apague las luces cuando salga.** Si va a estar fuera de una habitación aunque sólo sea unos minutos, apague las luces. Ahorrará energía y reducirá los costos de iluminación.
- **No ilumine en exceso.** En lugar de encender todas las luces de una habitación, utilice sólo las que estén en la zona donde vaya a estar.
- **Pruebe un regulador de intensidad.** Los reguladores le permiten controlar la cantidad de luz que necesita en una habitación. También le ayudan a prolongar la vida útil de las bombillas y a reducir el consumo de energía. Cuando utilice una bombilla LED en un regulador de intensidad, debe comprar una bombilla que esté específicamente diseñada para funcionar con reguladores de intensidad (compruebe el envase).

- **Mantenga limpias las luminarias.** No deje que se acumule polvo en las luminarias. Bloquea la luz y reduce la eficacia de la luminaria.
- **Coloque las lámparas en las esquinas.** Si coloca una lámpara en la esquina de una habitación, reflejara la luz en dos superficies de pared en lugar de una. Esto le da más luz en las áreas donde la necesita, y frecuentemente elimina la necesidad de más lámparas.
- **Pinte las paredes de colores claros.** Las paredes de colores claros dan a las habitaciones un aspecto más luminoso. Como resultado, se necesita menos iluminación para conseguir un aspecto confortable.
- **Añada uno o dos temporizadores.** Ponga temporizadores en la iluminación interior y exterior. Puede programarlos para que se enciendan cuando sea necesario y se apaguen cuando no lo sea. Los temporizadores también pueden ayudar a dar a su casa ese aspecto de "habitada" cuando no está allí.
- **Instale detectores de movimiento.** En lugar de buscar los interruptores de la luz en habitaciones oscuras, instale un detector de movimiento que encienda las luces cada vez que entre. Los detectores de movimiento pueden instalarse fácilmente en lugar de la mayoría de los interruptores, y pueden ayudar a reducir los costos de energía encendiendo las luces sólo cuando son necesarias. Los detectores de movimiento también son excelentes para la iluminación exterior, ya que encienden automáticamente las luces decorativas o de inundación sólo cuando detectan movimiento cerca de la casa.
- **Cámbiese a las luces nocturnas LED.** Las luces LED suelen consumir sólo 1/3 de vatio y son frías al tacto, lo que ayuda a evitar las quemaduras que pueden producir las luces incandescentes.

## Calentar agua...

Buenas formas de reducir el gasto en agua caliente

El calentador de agua puede consumir mucha energía. Pruebe estas estrategias para reducir su consumo de energía.



- **Baje la temperatura del depósito.** Puede reducir el consumo de energía bajando la temperatura del depósito de agua caliente a 120° o “bajo”. Si tiene lavavajillas, ponga el depósito a 140°.
- **Aísle las tuberías.** Para mantener el calor del agua caliente, aisle las tuberías que salen del depósito.
- **Envuelva los viejos calentadores de agua.** Una manta aislante mantiene el agua caliente atrapando el calor en el depósito. Para mayor seguridad, recuerde dejar aberturas alrededor de las conexiones eléctricas, termostatos, resistencias y válvulas de desagüe. No es necesario envolver los calentadores de agua nuevos.

- **Reduzca el caudal.** Instale limitadores de caudal en duchas y grifos. Son fáciles de instalar y consumen entre un tercio y la mitad de agua que las duchas normales.
- **Elimine las fugas.** Si los grifos gotean, arrégelos inmediatamente. Los grifos que gotean pueden desperdiciar litros de agua caliente en poco tiempo.
- **No deje correr el agua.** Si se está afeitando, aplicando champú o cepillándose los dientes, abra el grifo sólo cuando lo necesite.
- **Duchas cortas.** Una ducha corta consume la mitad de agua caliente que un baño en la bañera.
- **Lave los platos con prudencia.** Espere a que el lavavajillas esté lleno para ponerlo en marcha. Lavará más platos con menos agua caliente.
- **Lave cargas completas.** En lugar de lavar varias coladas, ponga la lavadora sólo cuando esté llena. Utilice el agua caliente sólo cuando sea absolutamente necesario. Y recuerde aclarar cada carga con agua fría.

## Cocina...

Ahorre energía

en serio

Tanto si se

prepara un

sándwich

como si

prepara una

cena para 20

personas,

aquí tienes

algunos trucos

para ahorrar

energía en la

cocina.



- **Utilice la olla adecuada.** Si sólo va a cocinar una pequeña cantidad de comida, utilice una olla pequeña. Se necesita más energía para calentar una olla grande. Utilice también una olla de fondo plano que cubra completamente el quemador. Así evitará que se escape el calor.
- **Póngale una tapa.** Cuando tapa una olla o sartén, el calor queda atrapado y los alimentos se cocinan más rápido. La cena se hace antes y se consume menos energía.
- **Mantenga un programa de limpieza del horno.** Un horno sucio no refleja el calor tan bien como uno limpio. Eso significa que se necesita más energía para calentar y mantener la temperatura deseada.



- **No precaliente.** La mayoría de las recetas pueden hacerse sin precalentar el horno. Si debe precalentarlo para hornear, encienda el horno sólo unos minutos antes de introducir los alimentos.
- **Utilice el microondas cuando sea posible.** Como los hornos microondas cocinan los alimentos un 75 por ciento más rápido, consumen menos energía que los hornos convencionales.
- **Mantenga la puerta del horno cerrada.** Abrir la puerta del horno deja escapar el calor y aumenta el consumo de energía. Intente cocinar al mismo tiempo en el horno varios platos con temperaturas de cocción similares.
- **Utilice la olla de cocción lenta.** Si está preparando un asado, utilice la olla de cocción lenta para cocinar la carne y las verduras que vaya a servir con ella. Así no tendrá que usar el horno ni la cocina.
- **Mantenga la nevera llena, pero no en exceso.** El aire necesita espacio para circular alrededor de los alimentos. Si tiene un refrigerador extra que no utiliza, desenchúfelo. Además, un congelador lleno es un congelador más eficiente.
- **Compruebe las juntas de la puerta del refrigerador.** Cierre la puerta sobre un trozo de papel que esté mitad dentro y mitad fuera de nuestro refrigerador. Si puede retirar el papel fácilmente sin abrir la puerta, es posible que necesite ajustar el pestillo de la puerta o sustituir las juntas.
- **Conecte el Economizador.** Si su refrigerador está equipado con una función de ahorro de energía, utilícela. Si tiene un refrigerador antiguo e ineficiente, considere la posibilidad de sustituirlo. Los refrigeradores nuevos son mucho más eficientes energéticamente.

# AUDITORÍA ENERGÉTICA DEL HOGAR

## Pruebe su eficiencia energética

La electricidad y otros tipos de energía son una parte importante de nuestra vida cotidiana. A través de nuestro programa Watt Choices, nos comprometemos a ayudar a nuestros clientes a sacar el máximo partido de cada dólar que gastan en energía.

**Complete la auditoría energética de las páginas siguientes para comprobar lo bien que su hogar gestiona el consumo de energía.**

**Cada respuesta "Sí" suma un punto para que su hogar sea energéticamente eficiente.**

1. ¿Ha sustituido las bombillas incandescentes o CFL por bombillas LED?  Sí  No

Las bombillas LED consumen menos energía que las incandescentes y las CFL.

2. ¿Tiene reguladores de intensidad en las luces?  Sí  No

Los reguladores prolongan la vida de las bombillas y reducen el consumo de energía.

3. ¿Apaga las luces cuando sale de una habitación?  Sí  No

Apagar las luces al salir de una habitación es una forma sencilla de ahorrar energía y dinero.

4. ¿Cierran bien las puertas y ventanas?  Sí  No

Si puede ver luz alrededor de alguna puerta o ventana exterior, el aire caliente o frío se está escapando por las rendijas.

5. ¿Están abiertos y despejados los conductos de calefacción y aire acondicionado?  Sí  No

Las rejillas de ventilación obstruidas pueden detener el flujo de aire caliente y frío, y hacer que las estufas y los aparatos de aire acondicionado trabajen más.

6. ¿Cambia o limpia los filtros de la estufa con regularidad?  Sí  No

Los filtros obstruidos y sucios ralentizan el flujo de aire y hacen que la caldera o el aire acondicionado trabajen más.

7. ¿Apaga el ordenador o el televisor cuando terminas de utilizarlos?  Sí  No

Dejar los ordenadores y otros aparatos encendidos cuando no los utilizas derrocha energía.

8. ¿Espera a que el lavavajillas esté completamente lleno para ponerlo en marcha?  Sí  No

Las cargas completas pueden reducir la frecuencia de uso del lavavajillas.

9. ¿Utiliza el horno microondas más a menudo que el horno convencional?  Sí  No

Los hornos microondas cocinan más rápido y consumen menos energía que los hornos convencionales.

10. ¿Tiene ventiladores de techo?  Sí  No

Los ventiladores de techo hacen circular el aire para que las habitaciones sean más cálidas en invierno y más frescas en verano.

11. ¿Hay aislamiento en el ático?  Sí  No

El aislamiento mantiene la casa más caliente en invierno y más fresca en verano. Una profundidad mínima de 8 a 10 pulgadas de aislamiento funciona mejor para optimizar la calefacción y la refrigeración.

12. ¿Está bien ajustado el termostato?  Sí  No

Según el Departamento de Energía de EE.UU., se recomiendan 68° si la calefacción está encendida. Si tiene aire acondicionado, el ajuste recomendado es 78°.

13. ¿El termostato está instalado cerca de corrientes de aire, lámparas o electrodomésticos?  Sí  No

Los termostatos pueden funcionar mal si están cerca de fuentes de calor o colocados en lugares con corrientes de aire.

14. ¿Proporciona energía el jardín de su casa?  Sí  No

Cuando plante árboles, piense en ubicaciones que den sombra a las paredes y ventanas orientadas al este de 7 a 11 de la mañana y a las superficies orientadas al oeste de 3 a 7 de la tarde. Esto mantendrá su casa más fresca al bloquear los rayos solares más intensos del verano.

15. ¿Cierra bien el refrigerador?  Sí  No

Una junta en mal estado deja salir el frío y aumenta el gasto energético.

16. ¿Está limpio el horno?  Sí  No

Un horno sucio tiene que trabajar más para calentarse.

17. ¿Cierran correctamente los grifos de la cocina y el baño?  Sí  No

Los grifos que gotean pueden desperdiciar litros de agua caliente.

18. ¿Está el calentador de agua a 120°?  Sí  No

Según el Departamento de Energía de EE.UU., el ajuste recomendado para su depósito es de 120°. Si tiene lavavajillas, ajuste su calentador de agua a 140°.

19. ¿Se da duchas cortas en vez de bañarse?  Sí  No

Las duchas cortas suelen consumir la mitad de agua y energía que un baño.

20. ¿Tiene instalados temporizadores y detectores de movimiento en las luces exteriores?  Sí  No

Los temporizadores y detectores de movimiento ayudan a reducir los costos energéticos encendiendo las luces sólo cuando son necesarias.

## ¿Qué tal le ha ido?

**15-20** Enhorabuena, eres un genio de la energía

**10-14** Sigue trabajando así de bien.

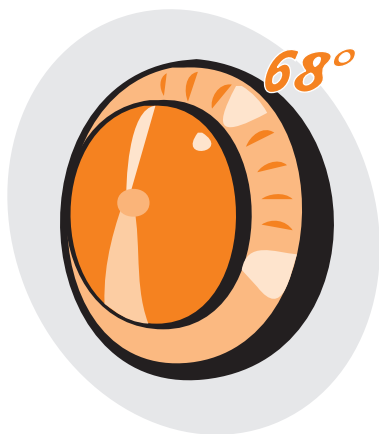
**5-9** Buen trabajo, y sigue ahorrando energía.

**0-4** Con un poco de concentración, sus habilidades para ahorrar energía se dispararán

## Calefacción...

Reduzca el consumo de energía y siga sintiéndose cómodo

**Cuando empiecen a soplar los vientos fríos, mantenga su hogar (y sus facturas de calefacción) en el rango de confort utilizando las siguientes estrategias:**



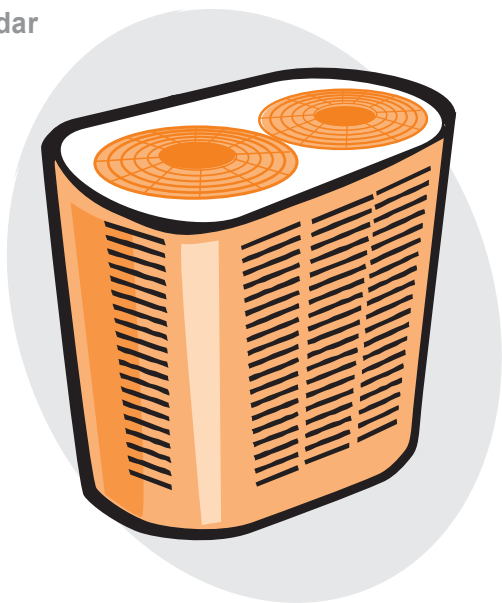
- **Baje el termostato.** Es una de las formas más eficaces de reducir el consumo eléctrico. Ajuste el termostato a 68° durante el día y bájelo por la noche o cuando no esté en casa.
- **Aísle el ático.** Asegúrese de que su casa tiene un mínimo de R-30 a R-38 con una profundidad de 8-10 pulgadas de aislamiento en techos o áticos (un contratista puede ayudarle a evaluar su aislamiento actual). Si añade aislamiento, su casa será más cálida en invierno y más fresca en verano.
- **Revise los conductos.** El polvo, las pelusas y otros residuos pueden obstruir los conductos de ventilación y reducir la eficiencia de su estufa. Asegúrese de mantener limpios los conductos y las rejillas. Además, tómese el tiempo necesario para aislar los conductos que atraviesan zonas sin calefacción, como sótanos o garajes.
- **Corra las cortinas.** Cierre las cortinas cuando oscurezca. Esto ayudará a reducir la pérdida de calor a través de las ventanas por la noche.

- **Cierre la puerta y las rejillas de ventilación.** En una casa con calefacción eléctrica, cierre las rejillas de ventilación y todas las puertas que den a habitaciones que no se utilicen.
- **Utilice los ventiladores del cuarto de baño con moderación.** Estos ventiladores pueden extraer rápidamente una gran cantidad de calor de su casa. Apáguelos en cuanto termine de usarlos.
- **Utilice un ventilador de techo.** El calor sube al techo de una habitación. Manténgalo bajo instalando un ventilador de techo.
- **Instale ventanas y puertas contra tormentas.** Las corrientes de aire que entran en su casa por ventanas y puertas con aberturas pueden robarle un calor precioso. Selle las corrientes de aire con ventanas y puertas contra tormentas. Sustituya cualquier junta que falte.
- **Concéntrese en la chimenea.** Asegúrese de que el apagador de la chimenea está bien cerrado cuando no la utilice. Ahorre aún más energía instalando puertas de cristal en su chimenea.
- **Coloque el termostato en el lugar adecuado.** Mantenga despejada la zona que rodea el termostato: las corrientes de aire creadas por los electrodomésticos o el calor de las lámparas pueden hacer que el termostato no funcione correctamente.
- **Considere la posibilidad de instalar puertas y ventanas nuevas.** Las ventanas y puertas viejas pueden dejar escapar una cantidad increíble de calor de su casa.
- **Cambie los filtros.** Los filtros obstruidos y sucios ralentizan el flujo de aire en el sistema de calefacción y hacen que la estufa trabaje más y durante más tiempo. Considere la posibilidad de revisar y limpiar su estufa cada temporada.

## Aire acondicionado...

Ahorre energía sin sudar

En los meses de verano, el funcionamiento ineficiente del aire acondicionado puede disparar la factura de la luz. Mantenga sus costos energéticos a raya probando estas tácticas:



- **Ponga el aire acondicionado a la sombra.** Si coloca su aire acondicionado en el lado norte o en el lado sombreado de su casa, lejos de los rayos directos del sol, no tendrá que trabajar tanto para mantener su casa fresca.
- **Deje que el aire acondicionado respire.** No deje que los arbustos bloqueen las tomas de aire de su aparato de aire acondicionado. Reducen el flujo de aire y hacen que el aire acondicionado trabaje más. Además, mantenga la zona alrededor del aire acondicionado libre de hojas y otros residuos que puedan limitar la circulación del aire.



- **Cierre las persianas.** Durante el día, cierre las cortinas y persianas para evitar que la luz del sol caliente la casa. Por la noche, cuando haga más fresco, abra las ventanas y apague el aire acondicionado.
- **Piense en un ventilador.** En los días más frescos, un ventilador puede enfriar la casa de forma rápida y eficaz. Los ventiladores consumen mucha menos energía que los aparatos de aire acondicionado.
- **Suba el termostato.** La mayoría de los hogares siguen estando cómodos a una temperatura de 78°. Cada grado que subas el termostato puede reducir el consumo de energía hasta un cuatro por ciento, según el Departamento de Energía de Estados Unidos.
- **Coloque un filtro limpio.** Los filtros sucios de su sistema de refrigeración pueden reducir la eficiencia. Instale filtros nuevos o limpie los filtros con regularidad en los sistemas centrales de aire acondicionado y en las unidades de ventana.
- **Ponga a punto el sistema de refrigeración.** Un equipo que funciona correctamente consume menos energía. Haga revisar su sistema de refrigeración al principio de cada temporada.

## Sala de estar...

Ahorre energía y dinero mientras se divierte

Tenga en cuenta estos consejos mientras ve la televisión, juega a un videojuego o utiliza el ordenador de casa.



- **Apague las videoconsolas.** El consumo de energía de las videoconsolas oscila entre unos modestos 16 vatios y unos abultados 150 vatios. Actúe con inteligencia y active la función de gestión de energía de la mayoría de las consolas modernas. Mejor aún, conéctela a una regleta y apáguela cuando termine de jugar.
- **Lo mismo ocurre con los ordenadores.** Si activa las funciones de gestión de energía de su ordenador y monitor, el sistema pasará automáticamente a un modo de bajo consumo cuando se aleje.

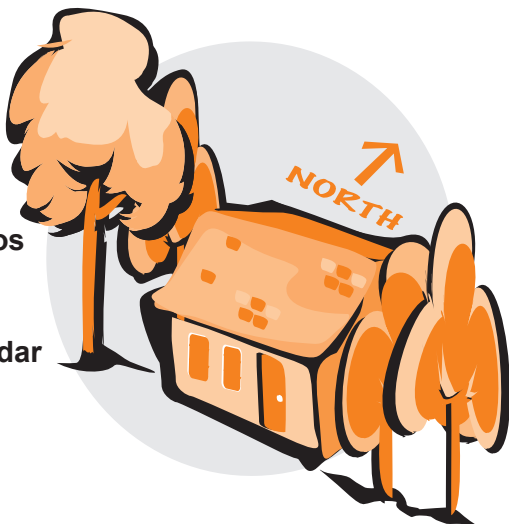
- **Apáguelo.** Si no va a utilizar su ordenador durante varias horas, o incluso días, es aconsejable apagarlo. Recuerde que utilizar una regleta como punto central de "apagado" es una forma cómoda de asegurarse de que todo el sistema está completamente apagado.
- **Los televisores más grandes consumen más.** Un televisor LCD (pantalla de cristal líquido) de 32 pulgadas consume la mitad de energía que uno de 52 pulgadas.
- **Los televisores de plasma consumen aún más energía.** El televisor de plasma medio consume 400 vatios, frente a los 180 vatios de un televisor LCD.
- **Pierde la alimentación fantasma.** Los televisores modernos consumen energía incluso cuando no están encendidos, de modo que responden al mando a distancia en un instante. Esto se llama alimentación fantasma o en espera. Aunque el consumo de energía en espera es pequeño, es una buena idea utilizar una regleta para apagar completamente el televisor cuando se ausente durante un periodo prolongado.

## Paisajismo...

Ahorrar energía plantando en el lugar adecuado

Los árboles y arbustos pueden embellecer mucho su casa.

También pueden ayudar a mantener baja la factura de la luz. He aquí cómo:

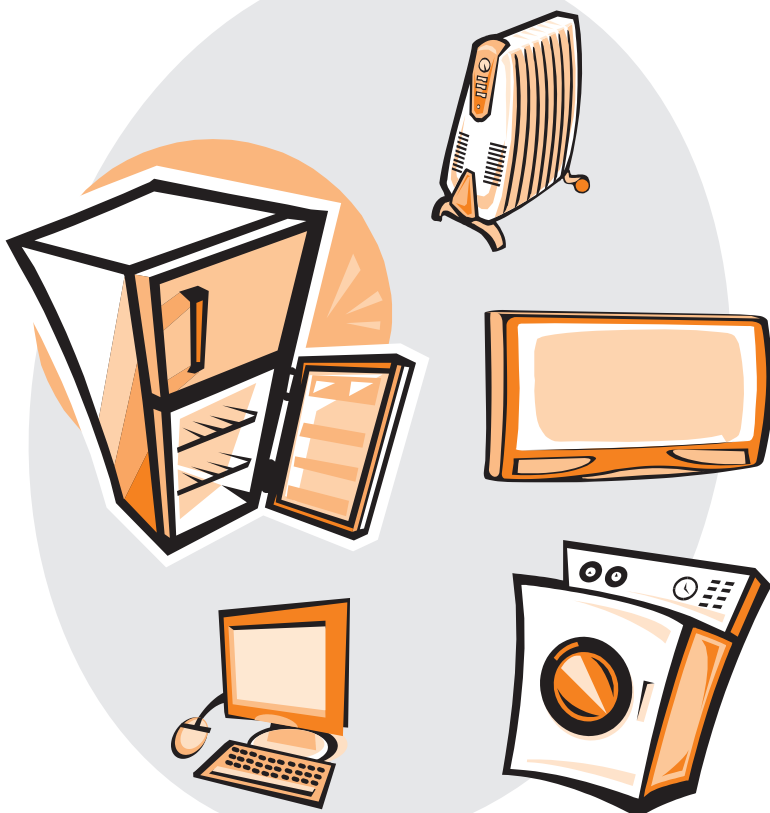


- **Plante un árbol de sombra.** Los árboles bien colocados no sólo ayudan a reducir hasta un 25% los costos de refrigeración al proteger la casa del sol del verano, sino que también permiten que los rayos del sol lleguen a la casa en invierno, cuando pierden sus hojas en otoño. La Arbor Day Foundation señala que el mayor ahorro energético y el mejor aprovechamiento de la sombra se obtienen plantando árboles de hoja ancha a unos 3 metros de las paredes al oeste, este o noroeste de la casa.
- **Piense en árboles de hoja perenne.** Proteja su casa de los aullidos de los vientos invernales plantando árboles y arbustos de hoja perenne en los lados norte y oeste de su propiedad.
- **Piense más bajo.** Utilice césped o plantas tapizantes entre las casas y las zonas pavimentadas, como entradas y paseos. La temperatura a unos centímetros por encima de la cubierta vegetal es con frecuencia 12 grados inferior a la de las superficies pavimentadas, lo que puede mantener el exterior de su casa más fresco.
- **Hágase autóctono.** Plante arbustos y céspedes autóctonos, que requieren menos atención y riego que la propia Madre Naturaleza.

## Energy Star...

Busque la etiqueta  
Energy Star

Los productos y electrodomésticos Energy Star pueden tener un costo inicial más elevado, pero ese costo se verá compensado con creces por el ahorro de energía durante la vida útil del producto o electrodoméstico.





## — WATT — CHOICES

OUR ENERGY...YOUR POWER TO SAVE

El programa Watt Choices de Duquesne Light ayuda a los clientes a conservar la energía y reducir la demanda, al tiempo que disminuye sus costos de electricidad, ya que la empresa, coherente con su compromiso de larga data con el medio ambiente, trabaja para cumplir con las reducciones de consumo y demanda de energía establecidas en la legislación estatal, la Ley 129.

A continuación se resumen brevemente los principales programas. Para más información, visite [www.wattchoices.com](http://www.wattchoices.com) o llame al 1-888-928-8539.

**DESCUENTOS** Ahorro en electrodomésticos, aires acondicionados y mucho más con Energy Star, además de ahorro instantáneo en bombillas de diodos emisores de luz (LED).

**AUDITORÍA RESIDENCIAL EN LÍNEA** Un análisis detallado e interactivo de cómo los clientes pueden ahorrar energía y dinero. Los participantes también recibirán un kit de eficiencia energética gratuito.

**RECICLAJE DE REFRIGERADORES Y CONGELADORES** Reciba un cheque de hasta \$35, así como la eliminación gratuita de su antiguo refrigerador o congelador.

**AUDITORÍA ENERGÉTICA** Aproveche una auditoría energética profesional y aprenda cómo puede hacer que su casa sea más confortable, reducir el consumo de electricidad y ahorrar dinero. Los clientes que cumplan los requisitos pueden recibir la auditoría sin costo alguno.

**PROGRAMA DE BAJOS INGRESOS** A través de las agencias de servicios públicos, para ayudar a todos los clientes a beneficiarse del ahorro de energía.

#### **SI NO TIENE ACCESO A LA WEB....**

Llame para obtener más información sobre los siguientes programas:

- Programa de descuentos para residencias: 1-888-465-2070
- Programa de reciclaje de refrigeradores/congeladores: 1-800-257-2510
- Auditoría energética integral: 1-888-998-9478



[www.duquesnelight.com](http://www.duquesnelight.com)