

En nuestra vida cotidiana utilizamos cada vez más energía eléctrica, lo cual está agotando los recursos y ocasionando el calentamiento global; por ello, debemos reducir su consumo.

La Tierra nos está diciendo que algo no funciona adecuadamente. Ese algo es la forma como las sociedades humanas se relacionan con el medio ambiente, ya que la sobreexplotación de los recursos naturales y la industrialización están alterando el clima.

### **El cambio climático afecta a todos**

Por ejemplo, en el norte de México la época de calor es cada vez más prolongada y llueve poco. La gente, entonces, utiliza más energía eléctrica para enfriar sus casas y consume más agua para mantenerse fresca. Esta situación ocasiona que haya escasez de agua durante más tiempo. Otra situación difícil se presenta en los glaciares de montaña, como el Popocatepetl y el Iztaccíhuatl, que se están derritiendo.

Y en zonas como el sureste del país las lluvias torrenciales inundan pueblos y cosechas, y los huracanes amenazan constantemente a los pobladores.

No podemos detener el cambio climático, ya está ocurriendo y seguirá en el futuro. Pero sí podemos disminuir sus impactos al reducir la emisión de gases que provocan el calentamiento global, en particular el bióxido de carbono.

*“Hay una fuerza motriz más poderosa que el vapor, la electricidad y la energía atómica: la voluntad.” Albert Einstein (Alemania)*

### **Acciones sencillas para cuidar el ambiente, ahorrar dinero y energía**

## ENERGÍA ELÉCTRICA

- Aprovecha al máximo la luz natural, utiliza la energía eléctrica sólo cuando la necesites.
- Cambia los focos comunes por lámparas ahorradoras (fluorescentes). Cuestan un poco más pero consumen menos energía y duran más tiempo. A la larga ahorras dinero.
- Limpia periódicamente focos y lámparas; el polvo bloquea la luz.
- Utiliza lámparas sólo cuando estén apagadas las luces principales. De otra forma, se está generando doble uso de energía para el mismo propósito.
- Usa interruptores de movimiento; pueden significar ahorros importantes de energía, los cuales se ven reflejados en los recibos de la luz.
- Pinta techos y paredes de colores claros. Tendrás mejor iluminación.
- Apaga las luces de las habitaciones que no se ocupen.
- Si no se están usando, apaga y desconecta la televisión, radio, computadora, tostador, hornos de microondas, DVD.
- Evita en lo posible el uso de pilas. Son mucho más caras que la corriente eléctrica.
- Si necesitas usar pilas, procura que sean recargables.
- Asegúrate que la puerta del refrigerador cierre herméticamente para que no utilice energía de más.
- Cuando introduzcas o saques alimentos del refrigerador, hazlo rápido; no dejes abierta la puerta más tiempo del necesario.
- Nunca introduzcas alimentos calientes, ya que el refrigerador usará más energía.
- Ajusta el termostato del refrigerador al mínimo requerido, según el lugar en donde vivas. Consulta el instructivo de uso. Uno de cada seis refrigeradores en México están a temperaturas demasiado altas y el consumo de energía puede incluso duplicarse.
- Apagar las luces y aparatos que no se están usando disminuye la emisión de toneladas de bióxido de carbono a la atmósfera.
- Coloca el refrigerador alejado de la estufa, del calentador de agua o de una ventana en donde le dé el sol directamente.
- El refrigerador es más eficiente mientras más delgada sea la escarcha en el congelador. Es importante descongelarlo y limpiarlo para evitar que la escarcha tenga un espesor mayor a los cinco milímetros.
- Si vas a comprar un refrigerador, procura adquirir el de tamaño adecuado a tus necesidades.
- Infórmate sobre el rendimiento de tu refrigerador en la etiqueta amarilla del Fideicomiso para el Ahorro de Energía Eléctrica (FIDE).
- Sigue las recomendaciones de uso, mantenimiento y seguridad que aconseje el fabricante.
- Procura sustituir los aparatos viejos por nuevos, ya que consumen menos energía.
- No abuses de los aparatos electrodomésticos.
- Enciende el televisor sólo cuando realmente desees ver algún programa.
- Plancha la mayor cantidad posible de ropa en cada sesión; así aprovecharás el calor acumulado.
- Plancha primero la ropa que requiera menos calor y hazlo durante el día. Al aprovechar la

luz natural evitas encender un foco.

- Cambia los filtros sucios y limpia los depósitos de polvo y basura de la aspiradora. Esto hace que el aparato trabaje con mayor eficiencia y ahorre energía.
- Seca la ropa con la energía solar, hacerlo con secadora representa grandes cantidades de energía eléctrica para algo que se puede gratuitamente

### AIRE ACONDICIONADO

- Verifica que el aparato funcione correctamente (motor, cableado y termostato).
- Mantén la habitación cerrada para conservar la temperatura.
- Apágalo al salir de la habitación si vas a permanecer fuera mucho tiempo.
- Regula la temperatura de tal manera que sea agradable y puedas estar sin suéter y sin cobijas.
- Apaga el aparato cuando la habitación ya esté fría y enciende en su lugar el ventilador. Éste consume mucho menos energía.
- Limpia el filtro de aire cada 15 días. Los filtros sucios y los depósitos saturados de polvo provocan que el motor trabaje sobrecargado y reduzca su utilidad.
- Da mantenimiento cada año a todo el equipo. Los acondicionadores de aire que tienen dos años o más sin mantenimiento consumen mayor energía.
- No compres equipos de segunda mano. Son de tecnología obsoleta y consumen mucho más energía.
- Si vas a comprar un aire acondicionado, comprueba que tenga la capacidad de enfriamiento que requieres.
- Revisa la etiqueta amarilla para conocer la eficiencia energética del aparato.

### GAS

- Elige una estufa con encendido eléctrico o sin piloto; ahorras gas y reduces la emisión de los contaminantes generados por su combustión.
- Cambia tu calentador de agua por uno de paso, sólo se enciende cuando requieres agua caliente y así ahorras en el consumo de gas.
- Tapa las ollas cuando cocines; así aprovechas mejor el calor, consumes menos gas y ahorras dinero.
- Evita las corrientes de aire cuando cocines; aumentan el tiempo de cocción de los alimentos y el consumo de gas.
- Revisa periódicamente las instalaciones de gas para evitar fugas.
- Da mantenimiento al tanque estacionario, a la estufa y al calentador.
- Prefiere los calentadores de gas a los eléctricos para calentar habitaciones.

## TRANSPORTE Y ENERGÍA

- El transporte motorizado es una la actividad que más contamina el aire y provoca graves daños a nuestra salud. Una de las consecuencias graves de esta contaminación tiene que ver con el calentamiento global y el cambio climático, considerados entre las amenazas más serias a la vida en el planeta.

### *PARTICIPA EN LA SOLUCIÓN DE ESTE PROBLEMA*

- Utiliza el automóvil sólo lo indispensable y compártelo cada que puedas.
- Si vives en grandes ciudades utiliza el metro, el tren ligero o el trolebús. Son medios de transporte más económicos y amigables con el medio ambiente.
- Infórmate sobre rutas alternas para desplazarte en tiempos más cortos.
- Camina las distancias cortas; haces ejercicio y no contaminas.
- Utiliza la bicicleta en trayectos cortos y seguros.
- Afina el motor de tu automóvil, cuando menos cada seis meses.
- No frenes ni aceleres con brusquedad; esto aumenta la producción de gases contaminantes y el consumo de gasolina.
- No te estaciones en doble fila; contribuyes a crear embotellamientos y más contaminación. Por ningún motivo dejes el tanque de la gasolina sin tapón, pierdes combustible por evaporación y contaminas el ambiente.

Para más información sobre este tema consulta las páginas: [www.ahorraenergiaya.com](http://www.ahorraenergiaya.com) y [www.fide.org.mx](http://www.fide.org.mx)

Fuente: Más de 100 consejos para cuidar el ambiente desde mi hogar (SEMARNAT)