

Calefacción por debajo de los 21 grados, menos horno para cocinar, bombillas LED y evitar el consumo fantasma, algunos trucos para ahorrar en casa en Navidad

- El gasto doméstico medio de las familias en agua, electricidad y gas supera los 9.600 euros al año, siendo el 34% de todo el presupuesto anual. Una buena parte de este gasto se acumula en los meses de diciembre y enero ante la llegada de las bajas temperaturas y el mayor tiempo en el hogar.
- Desde [UCI](#), entidad especialista en financiación sostenible de la vivienda, apuntan trucos y consejos diarios para fomentar el ahorro doméstico durante los meses de Navidad.

Madrid, 15 de diciembre 2021

Electrodomésticos a pleno funcionamiento para las cenas de Navidad con la familia, calefacción puesta casi todo el día, agua muy caliente en las duchas o adornos navideños son los factores identificativos de los hogares españoles en estas fechas, que incrementan notablemente el gasto doméstico debido a las bajas temperaturas y el mayor tiempo en casa.

A esto se suma, el encarecimiento del precio de la energía, que no baja de niveles máximos, pues según los últimos datos del INE, **el gasto medio en agua, electricidad y gas de los hogares supera los 9.600 euros al año y supone ya el 34% de todo el gasto anual de las familias en España.**

Este incremento del gasto energético, junto con los regalos, los sorteos de la Lotería y las cenas de empresas y amigos, podría elevar el gasto medio de las familias españolas hasta un 14% respecto a 2019 en estas Navidades más similares a la era prepandemia, según un estudio de la consultora Deloitte.

Para ahorrar en estas fechas en casa y evitar un gran gasto por Navidad en el bolsillo de los españoles, [UCI](#) (Unión de Créditos Inmobiliarios), entidad especialista en financiación sostenible de la vivienda, a través de su división [Green](#), ha elaborado una serie de consejos y claves para fomentar el ahorro doméstico en los hogares españoles y reducir el impacto ambiental en los meses de diciembre y enero:

1. Aislamiento energético de las viviendas: en España solo un 13% de las casas y un 5% de los pisos y apartamentos tienen el equipamiento necesario para un consumo eficiente de energía. Es decir, la gran mayoría de viviendas generan un derroche energético por no estar construidas con materiales aislantes del exterior que impidan que el calor se escape. Aunque **la solución más acertada sería una reforma para mejorar el aislamiento y ahorrar hasta un 30%**, a corto plazo se pueden hacer pequeños trucos como colocar burletes bajo las puertas, poner alfombras en el suelo para lograr un mayor aislamiento o bajar las persianas cuando ya no hay luz natural.

2. Bombillas LED e iluminación natural: las bombillas LED consumen hasta un 80% menos que las tradicionales y tienen una vida útil entre 10-15 veces más. Se trata de un cambio sencillo y asequible que contribuirá al ahorro en estas fechas navideñas cuando la luz natural es más escasa. En este sentido, también es importante aprovechar al máximo las horas de luz natural, con persianas y cortinas abiertas y evitar dejar las luces encendidas en estancias vacías.

También es importante revisar cuánto consumen las luces navideñas en casa. El tiempo que estén encendidas y la cantidad determinarán el gasto, que no superará un euro en todas las Navidades si se trata, por ejemplo, de luces LED de 24W encendidas casi un mes durante unas 6 horas diarias aproximadamente.

3. Uso y ubicación de grandes electrodomésticos: los electrodomésticos generan una gran parte del consumo energético en los hogares. Por ejemplo, la nevera, el congelador y la televisión pueden llegar a consumir hasta 662 kWh, 563 kWh y 263 kWh al año, según la OCU; sobre todo los más antiguos, que suelen ser más habituales en segundas residencias donde muchos españoles pasarán estas Navidades.

La buena ubicación de estos electrodomésticos es un factor clave para el ahorro. En el caso del frigorífico (el electrodoméstico que más electricidad consume con diferencia) es importante que esté ubicado en un lugar

fresco y ventilado, alejado de fuentes de calor para que la diferencia de temperatura no afecte a su eficiencia. Además, cuantas menos veces se abra, mejor, ya que cada vez que se hace se pierde un 7% de energía.

A la hora de preparar las cenas y comidas navideñas, un buen truco de ahorro es apagar la vitro unos minutos antes de que la comida esté lista para aprovechar el calor residual, así como utilizar sartenes y cacerolas del mismo tamaño que la placa para aprovechar al máximo la cocción. En la medida de lo posible, es recomendable no abusar del horno por su gran consumo eléctrico, y en caso de hacerlo evitar abrirlo muchas veces para que no pierda el calor y gaste de nuevo en calentarse. También, sacar los alimentos de la nevera un rato antes de cocinarlos para estén menos fríos.

4. Los pequeños electrodomésticos también suman: aunque no se tienen en cuenta porque su consumo es bastante menor que los grandes aparatos, lo cierto es que un mal uso de los pequeños electrodomésticos puede repercutir notablemente en la factura de la luz y suponen entre un 5-10% de la energía consumida. Esto se ve especialmente en el consumo fantasma que se genera tras dejar aparatos como la cafetera, freidora, tostadora, consolas, ordenadores o tv en stand-by en vez de apagarlos.

5. Consumo de agua: otro de los elementos que más dinero y energía consume en una vivienda es el agua, ya que se usa para prácticamente todo: cocinar, limpiar, asearse, mantener los radiadores calientes...De hecho, **el consumo medio de agua de los hogares españoles es de 133 litros por habitante y día**, según las últimas cifras ofrecidas por el INE.

Un gasto que se eleva en el caso del **agua caliente, más habitual en invierno; que supone una media anual de 1.877 kWh por hogar, el equivalente a un 26% del consumo de los hogares**, principalmente por su uso en la ducha y en electrodomésticos como la lavadora o el lavavajillas. Para reducir este consumo, es importante cargar por completo la lavadora y el lavavajillas, usar programas de lavado en frío en la lavadora y limpiar regularmente el filtro del lavavajillas para permitir un uso más eficiente. Igualmente, a la hora de ducharse no dejar el grifo abierto todo el tiempo y optar por la ducha en lugar del baño. Así como instalar reductores de caudal y grifos de monomandos con termostato, que ayudan a ahorrar entre 30 y 200 euros en la factura del agua.

6. No abusar de los grados en la calefacción: el gesto automático ante la bajada de las temperaturas en invierno es subir casi hasta el máximo la temperatura del termostato. Una gesto que incrementa también la factura, pues de media se puede ahorrar hasta un 11% de la energía consumida en calefacción por cada grado menos. Además de poco sirve poner la calefacción a 30 grados cuando fuera hace 5º, no solo por el derroche de gasto y energía, sino porque al salir fuera el cuerpo es más vulnerable al cambio brusco de temperatura. De hecho, la cantidad de grados ideal para estar en casa es de 19-21 grados por el día y 16 por la noche, con ropa típica de invierno.

Los meses de diciembre y enero implican grandes gastos a las familias españolas, pero con la incorporación de estos pequeños gestos diarios en casa se podría ahorrar en las facturas. Y esto no solo supondrá un beneficio para los bolsillos, sino también para el medio ambiente, ya que un uso más eficiente de la energía o el agua implica también un menor impacto medioambiental.

Sobre UCI

UCI (Unión de Créditos Inmobiliarios) es una Entidad Financiera con 30 años de trayectoria, presente en España, Portugal, Grecia y Brasil (de la mano del Grupo Provincia) que cuenta con más de 600 empleados, más de 10.000 millones de saldo vivo y más de 350.000 clientes. Su objetivo es satisfacer la demanda de vivienda a través de soluciones de financiación responsables, transparentes y personalizadas. UCI facilita el acceso a la vivienda y contribuye a la renovación del parque inmobiliario para conseguir ciudades más sostenibles a través de sus hipotecas y préstamos reforma a particulares y comunidades. Desde 2015, a través del programa Prado en España, UCI ha emitido más de 2.000 millones de euros en bonos de titulaciones RMBS de máxima calidad.

