

La mayor parte de la energía que se usa en las viviendas españolas se dedica al uso de la calefacción y a la producción de agua caliente sanitaria. De hecho, ambas partidas suman el 66% del gasto energético familiar, mientras que el 34% restante se invierte en el uso de los electrodomésticos (16%) de la cocina (10%) la iluminación (7%) y el aire acondicionado (1%).

En cualquier caso, la cantidad de energía que se gasta en el calentamiento de las viviendas varía mucho de unas zonas geográficas a otras. Todos sabemos, que en algunos lugares de España no se requiere apenas calefacción a lo largo del año.

Así ocurre también con el resto del consumo energético: La zona climática donde se ubica nuestra vivienda, el régimen de uso que hagamos de ella, su calidad constructiva y su nivel de aislamiento, entre otros factores, condicionan nuestro gasto energético familiar.

Asimismo, el coste de los diferentes sistemas y equipamientos de que dispone nuestra casa y el uso que les damos, contribuye de manera decisiva en este mismo sentido.

Lo más importante, por tanto, es que tomemos conciencia de que en todos estos factores podemos tomar decisiones a favor o en contra del uso eficiente de la energía.

Y, como en el año 2001 el número de primeras residencias existente en España ascendía a un total de 13,5 millones, con un consumo medio de electricidad de 3.300 kWh/año, el ahorro energético que podemos generar entre todos con un uso eficiente de los equipamientos de nuestras viviendas puede ser muy alto.



## Con el buen uso del frigorífico

✚Tenga en cuenta que casi el 19% de la electricidad consumida en las viviendas españolas se destina a la refrigeración y congelación de los alimentos, por lo que su buen uso es relevante para nuestra economía familiar.

✚A diferencia de otros aparatos, las prestaciones del frigorífico dependen del lugar donde se ubique. Es necesario permitir la circulación de aire por la parte trasera del equipo y alejarlo de focos de calor o de la radiación solar directa.

✚Mantenga la parte trasera del frigorífico y el congelador limpia y ventilada. Instalados en malas condiciones, consumen hasta un 15% más.

✚ Si se forma escarcha en el congelador, descongele antes de que la capa de hielo alcance 3 mm de espesor: podrá conseguir ahorros de hasta el 30%.

✚ Compruebe que las gomas de las puertas están en buenas condiciones y hacen un buen cierre: evitará pérdidas de frío.

✚ No introduzca nunca alimentos calientes en el frigorífico: si los deja enfriar fuera, ahorrará energía.

✚ Cuando saque un alimento del congelador para consumirlo al día siguiente, descongélalo en el compartimento de refrigerados, en lugar de hacerlo en el exterior. De este modo, tendrá ganancias gratuitas de frío.

✚ Ajuste el termostato para mantener una temperatura de 6°C en el compartimento de refrigeración y de -18°C en el de congelación. Cada grado que reduzca la temperatura, aumentará, innecesariamente, un 5% el consumo de energía.

✚ Abra la puerta lo menos posible y ciérrela rápidamente: unos segundos bastan para perder buena parte del frío acumulado.

## Al cocinar

✚ Procure que el fondo de los recipientes sea ligeramente superior al fuego o zona de cocción: aprovechará al máximo el calor de la cocina.

✚ Habitúese a la olla a presión. Y mejor, si se trata de las super rápidas (sin apenas pérdidas de vapor durante la cocción): consumen menos energía y ahorran mucho tiempo.

✚ Tape las cacerolas durante la cocción: consumirá menos energía.

✚ En las cocinas eléctricas, utilice baterías de cocina con fondo grueso difusor: logrará una temperatura más homogénea en todo el recipiente.

✚ Aproveche el calor residual de las cocinas eléctricas apagándolas unos cinco minutos antes de terminar de cocinar los alimentos. Si dispone de vitrocerámica, use el programa económico.

✚ Tenga siempre en cuenta que utilizar el microondas en lugar del horno convencional supone un ahorro entre el 60 y 70% de energía y un ahorro considerable de tiempo.

✚ Procure aprovechar al máximo la capacidad del horno y cocine, si es posible de una vez, el mayor número de alimentos.

✚ Para cocciones superiores a una hora, no suele ser necesario precalentar el horno.

✚ Evite abrir la puerta del horno innecesariamente. Cada vez que la abre se pierde, como mínimo, el 20% del calor acumulado en su interior.

✚ Apague el horno un poco antes de finalizar su cocción: el calor residual será suficiente para acabar el proceso.

✚ Si dispone de tiempo, descongele los alimentos dentro del propio frigorífico. Evitará el consumo de energía del horno o del microondas para descongelar.

## Al fregar

✚ Lave la vajilla en el lavavajillas. Lavar a mano con agua caliente puede resultar hasta un 60% más caro que hacerlo con un lavaplatos moderno a plena carga.

✚ No ponga en marcha el lavavajillas hasta que no esté totalmente lleno. Pero no lo cargue en exceso ni superponga piezas. Probablemente tendrá que volver a lavarlas, provocando más consumo de energía.

✚ Si necesita lavar la vajilla cuando el lavaplatos está a media carga, use los programas cortos o económicos.

✚ Si necesita aclarar la vajilla antes de meterla en el lavaplatos, utilice agua fría.

✚ Siempre que pueda utilice los programas económicos o de baja temperatura.

## Con la colada

✚ Después del frigorífico y el televisor, la lavadora es el electrodoméstico que más energía consume.

✚ La mayor parte de la energía que consumen (entre el 80 y el 85%) se utiliza para calentar el agua, por lo que es muy importante lavar, siempre que se pueda, con los programas de baja temperatura.

✚ El ciclo de lavado a 90°C consume casi el doble de energía que el de 60°C.

✚ Procure que su lavadora trabaje siempre a plena carga y en los programas económicos.

✚ Limpie regularmente el filtro de la lavadora: funcionará mejor y ahorrará energía.

✚ Si tiene contratada la tarifa nocturna, procure poner la lavadora y el mayor número posible de electrodomésticos en las horas de descuento.

✚ La secadora es un gran consumidor de energía. Por tanto, es recomendable limitar su uso a situaciones de urgencia.

✚ Si emplea la secadora, centrifugue previamente la colada para no hacerla trabajar más. Gastará mucha menos energía.

☞ Aproveche al máximo la capacidad de su secadora y procure que trabaje siempre a carga completa.

☞ No seque la ropa de algodón y la ropa pesada en las mismas cargas de secado que la ropa ligera. Estas últimas se secan antes.

☞ Use el sensor de humedad para evitar que su ropa se seque excesivamente. Ahorrará tiempo y energía.

☞ Periódicamente limpie el filtro de la secadora e inspeccione el orificio de ventilación para asegurarse de que no está obstruido. Mejorará su rendimiento.

## Con las basuras domésticas

☞ Cada español genera diariamente una media de 1,7 kilos de residuos domésticos, lo que representa un total de 620 kilos de basura por habitante y año.

☞ Los residuos son una fuente potencial de energía y materias primas que puede aprovecharse en los ciclos productivos. De hecho, más del 65% de toda la basura que se genera en España es recuperable o reciclable.

☞ Los residuos orgánicos se pueden recuperar principalmente como abono o compost.

☞ El papel y el cartón también se reciclan fácilmente. De hecho, en España, se reciclan cada año más de dos millones y medio de toneladas de papel, aunque una cantidad similar se envía a vertederos o incineradoras.

☞ Cada tonelada de papel que se recicla evita que se corten 14 árboles, se consuman 50.000 litros de agua y más de 300 kg de petróleo.

☞ Hay que tener en cuenta que algunos tipos de papel, como los plastificados, los adhesivos, los encerados, los de fax y los autocopiativos, no pueden reciclarse.

☞ Además de la tala de árboles, el reciclado de papel disminuye el consumo de agua del sector papelero en un 86% y el de energía en un 65%.

☞ El vidrio es reciclable al 100%. Por cada botella que se recicla se ahorra la energía necesaria para tener un televisor encendido durante 3 horas o la energía que necesitan 5 lámparas de bajo consumo de 20 W durante 4 horas.

☞ Reciclando las 3.000 botellas que caben en un "iglú" de recogida selectiva se ahorran del orden de 130 kg de petróleo y 1.200 kg de materias primas.

☞ El reciclaje de plásticos, sin embargo, es complejo. Además, todos los plásticos se fabrican a partir del petróleo. Por ello, al consumir plásticos, se contribuye al agotamiento de un recurso no renovable.

☞ Los plásticos tardan mucho en degradarse, y si se opta por incinerarlos se emiten a la atmósfera, además de CO<sub>2</sub>, contaminantes muy peligrosos para la salud y el medio ambiente.

✚ Por ello, rechace las bolsas de plástico que no necesite. Procure llevar siempre su propia bolsa de la compra.

✚ Ponga mucha atención a la hora de adquirir productos de los llamados de "usar y tirar"; piense si le resultan verdaderamente imprescindibles.

✚ La fabricación del aluminio es uno de los procesos industriales de mayor consumo energético y de mayor impacto ambiental. Modere la utilización de papel de aluminio y plástico para envolver.

✚ Tenga en cuenta que con la energía necesaria para fabricar una lata de refresco de aluminio, se podría tener funcionando un televisor durante dos horas.

✚ Recuerde que los briks se fabrican a partir de finas capas de celulosa, aluminio y plástico que son muy difíciles de separar, lo que dificulta enormemente su reciclado.

✚ Prefiera siempre un envase de vidrio a uno de metal; y uno de papel a uno de plástico.

✚ La pilas, algunas de las cuales tienen en su composición componentes peligrosos, sobre todo si entran en contacto con el agua, deben tener un tratamiento diferenciado y una recogida y confinamiento específicos para que no produzcan deterioros medioambientales ni afecten a la salud humana.

✚ Los productos de limpieza, desinfectantes, medicamentos, aceites usados, etc., muy habituales en las viviendas son materiales tóxicos, por lo que no deben tirarse al fregadero ni al cubo de la basura. Ya existen en muchas ciudades servicios específicos de recogida de este tipo de residuos. Infórmese.

✚ Aproveche todas las posibilidades que ofrezca su municipio para la recogida selectiva de basuras, depositándolas en los contenedores especiales. Exija la presencia de contenedores si todavía no han llegado a su barrio.

✚ La clave para abordar, de forma sistemática, el problema de las basuras desde nuestra casa, se basa en las famosas "Tres R": "Reducir", "Reutilizar", "Reciclar", adoptadas también por la Unión Europea en sus documentos oficiales.

✚ **REDUCIR** las basuras: consiste en rechazar los distintos tipos de envases o empaquetados cuando éstos no cumplan una función imprescindible desde el punto de vista de la conservación, de la facilidad para el traslado o para el consumo.

✚ Los envases familiares son preferibles a los envases individuales; deberían evitarse, así mismo, los envases duplicados: los tubos que luego vienen envueltos en cajas, las bandejas de plástico recubiertas de cartón, etc.

✚ **REUTILIZAR** los productos antes de que se conviertan en residuos, consiste en sacarles todo su partido; en primer lugar en nuestras casas o, si no, retomándolos al circuito comercial en el que los hemos adquirido.

✚ La utilización de pilas recargables, en aquellos equipos que lo permitan, es otra buena forma de reutilización de productos. Siempre que pueda opte por un reloj, calculadora o aparato que, o bien no funcione con pilas, o que utilice pilas recargables.

✚ La bolsa de plástico que traemos de la compra la podemos reutilizar como bolsa de la basura.

♻️ **RECICLAR** las basuras: consiste en devolver al ciclo productivo los materiales presentes en los residuos para que, después de un tratamiento, puedan incorporarse al mismo proceso.

♻️ Al vertedero o a la incineradora sólo deberían ir aquellos desechos o productos de los que ya no se puede extraer nada aprovechable.

♻️ El contenedor naranja debe usarse para depositar la basura de carácter orgánico.

♻️ El contenedor amarillo está concebido para depositar los envases del tipo Tetra-Brick, botellas de plástico y botes metálicos.

♻️ EL contenedor azul es aquél en el que debemos depositar el papel y los cartones.

♻️ En el contenedor verde deben depositarse los envases de vidrio.

## En el cuarto de baño

♻️ El ahorro de agua, aunque no se trate de agua caliente, conlleva un ahorro energético, ya que el agua es impulsada hacia nuestras viviendas mediante bombas eléctricas, que consumen energía.

♻️ Racionalice el consumo de agua. No deje los grifos abiertos inútilmente (en el lavado, en el afeitado, en el cepillado de dientes).

♻️ Recuerde que una ducha consume del orden de cuatro veces menos agua y energía que un baño.

♻️ Además, existen en el mercado cabezales de ducha de bajo consumo que permiten un aseo cómodo, gastando la mitad de agua y, por tanto, de energía.

♻️ Tenga también en cuenta que en los grifos se pueden colocar reductores de caudal (aireadores).

♻️ Evite goteos y fugas de los grifos. El simple goteo del grifo del lavabo significa una pérdida de 100 litros de agua al mes.

♻️ Si en su cuarto de baño todavía tiene grifos independientes para el agua caliente y el agua fría, cámbielos por un único grifo de mezcla (monomando).

♻️ Recuerde que una temperatura entre 30° y 35°C es más que suficiente para tener una sensación de comodidad a la hora de la higiene.

♻️ Los reguladores de temperatura con termostato, principalmente para la ducha, pueden ahorrar entre un 4% y un 6% de energía.

✚ Calentar el agua con gas en lugar de hacerlo con electricidad, evita que cada familia emita a la atmósfera, como media, hasta media tonelada de CO<sub>2</sub> al año.

✚ Si tiene un termo eléctrico, instale un reloj programador que permita conectarlo sólo cuando se necesite agua caliente.

✚ Los sistemas de doble pulsador o de descarga parcial para la cisterna del inodoro ahorran una gran cantidad de agua.

## Con la iluminación

✚ Siempre que sea posible, aproveche la iluminación de la luz del sol, que es más natural, menos contaminante y, además, gratuita.

✚ Utilice colores claros en las paredes y techos: aprovechará mejor la iluminación natural y podrá reducir el alumbrado artificial.

✚ Es necesario analizar las necesidades de luz en cada una de las partes de la vivienda, ya que no todos los espacios requieren la misma cantidad, ni durante el mismo tiempo, ni con la misma intensidad.

✚ Regule la iluminación a sus necesidades y dé preferencia a la iluminación localizada: además de ahorrar conseguirá ambientes más confortables.

✚ No deje luces encendidas en habitaciones que no esté utilizando, reduzca al mínimo la iluminación ornamental en exteriores: jardines, etc. y coloque puntos de luz de manera que iluminen otras habitaciones colindantes, como vestíbulos y pasillos.

✚ Mantenga limpias las lámparas y las pantallas, aumentará la luminosidad sin aumentar la potencia.

✚ Recuerde que la eficacia luminosa de una lámpara es la cantidad de luz emitida por unidad de potencia eléctrica (W) consumida. Se mide en lúmenes por vatio y permite comparar la eficiencia de unas fuentes de luz con respecto a otras.

✚ La eficacia luminosa de las bombillas incandescentes se sitúa entre los 12 lúmenes/vatio y los 20 lúmenes/vatio, mientras que para las lámparas fluorescentes va desde los 40 lúmenes/vatio a los 100 lúmenes/vatio.

✚ Las bombillas incandescentes sólo aprovechan en iluminación un 5% de la energía eléctrica que consumen, el 95% restante se transforma en calor, sin radiación luminosa. Sin embargo, las lámparas de bajo consumo se encienden instantáneamente y apenas desprenden calor.

✚ Sustituya las bombillas incandescentes por lámparas de bajo consumo. Para un mismo nivel de iluminación, ahorran hasta un 80% de energía y duran 8 veces más. Cambie, con prioridad, las que más tiempo están encendidas.

✚ En ubicaciones con encendidos y apagados frecuentes es recomendable poner lámparas del tipo electrónico, en vez de las de bajo consumo convencionales, ya que éstas ven reducida de manera importante su vida útil con el número de encendidos.

✚ Use tubos fluorescentes donde necesite más luz y esté encendida muchas horas; por ejemplo, en la cocina.

## Con los sistemas de calefacción

✚ Entre el 25% y el 30% de nuestras necesidades de calefacción son debidas a las pérdidas de calor que se originan en las ventanas. Revise y mejore sus aislamientos en caso de que detecte deficiencias en los mismos.

✚ Aunque la sensación de confort sea subjetiva, se puede asegurar que, en invierno, una temperatura de entre 19°C y 21°C es suficiente para la mayoría de personas. Por la noche, basta tener una temperatura de 15°C a 17°C para sentirnos bien.

✚ En condiciones normales, es suficiente encender la calefacción por la mañana. Por la noche, salvo en zonas muy frías, se debe apagar la calefacción, ya que el calor acumulado en la vivienda suele ser más que suficiente (sobre todo si se cierran persianas y cortinas).

✚ La temperatura a la que programamos la calefacción condiciona el consumo de energía de nuestro sistema de calefacción. Por cada grado que aumentemos la temperatura, se incrementa el consumo de energía aproximadamente en un 7%.

✚ Si se ausenta por unas horas, reduzca la posición del termostato a 15°C (la posición "economía" de algunos modelos corresponde a esta temperatura).

✚ Si tiene habitaciones vacías o que se usen poco, la temperatura se puede bajar; o incluso se puede cerrar la válvula del radiador o apagar el equipo calefactor.

✚ Apague completamente la calefacción si va a dejar desocupada la vivienda más de un día.

✚ Las calderas deben someterse a revisiones periódicas. Es aconsejable una revisión anual al inicio de la temporada de calefacción. Una caldera sucia tiene dificultades para la combustión y, por tanto, consume más.

✚ No espere a que se estropee el equipo: un mantenimiento adecuado de su caldera individual le ahorrará hasta un 15% de energía, lo que representa más de 100 euros anuales en combustible.

✚ El aire contenido en el interior de los radiadores dificulta la transmisión de calor. Es conveniente purgarlo al menos una vez al año, al inicio de la temporada de calefacción. En el momento que deje de salir aire y comience a salir sólo agua, habrá terminado la purga.

✚ Si sustituye los radiadores eléctricos por acumuladores de calor o bomba de calor puede rebajar sustancialmente su gasto en electricidad.

✚ Por motivos de confort, la mejor colocación de los radiadores, es debajo de las ventanas, haciendo coincidir la longitud del radiador con la de la ventana, para favorecer la correcta difusión del aire caliente por la habitación.



✚ Es conveniente no tapar ni obstruir los radiadores para aprovechar al máximo el calor que emiten. En el caso de que estén situados en huecos u hornacinas, es importante colocar elementos reflectantes detrás de los mismos.

✚ Para ventilar completamente una habitación es suficiente con abrir las ventanas alrededor de 10 minutos: no se necesita más tiempo para renovar el aire y se malgasta energía.

✚ La calefacción central colectiva, con medición y regulación individualizadas para cada una de las viviendas es, desde el punto de vista energético y económico, un sistema mucho más eficiente y barato que los sistemas individuales o independientes.

✚ La ventaja de la bomba de calor con respecto a otros sistemas eléctricos es su alta eficiencia: por cada kWh de energía consumida se transfiere entre 2 y 4 kWh de calor. Además, la bomba de calor no sólo permite calentar la vivienda sino también enfriarla.

✚ Es muy importante disponer de un sistema de regulación de la calefacción que adapte las temperaturas de la vivienda a nuestras necesidades. Los termostatos programadores son soluciones accesibles, fáciles de colocar y que pueden amortizarse rápidamente por los importantes ahorros de energía que generan (entre un 8 y un 13%).

✚ Para los sistemas de caldera y radiadores de agua caliente, un procedimiento sencillo para mantener la temperatura deseada en cada una de las habitaciones consiste en la instalación de válvulas termostáticas sobre los propios radiadores.

✚ Para aquellos casos en los que la vivienda esté vacía durante un número de horas elevado, es interesante considerar la sustitución del termostato normal por otro programable, en el que se pueden fijar las temperaturas en diferentes franjas horarias e incluso para fines de semana o días especiales.

✚ También existen en el mercado sistemas de control y regulación centralizados, conocidos como sistemas domóticos. Estos sistemas permiten diferenciar distintas zonas, registrar y dar la señal de aviso en caso de averías y también integrar funciones de seguridad contra robo, de confort y manejo de equipos, incluso a distancia.

✚ En general, los sistemas eléctricos de calefacción y producción de agua caliente sanitaria no son recomendables desde el punto de vista energético. Dentro de las variantes de calefacción eléctrica, los sistemas más adecuados son la bomba de calor y la acumulación con tarifa nocturna; y los menos, los elementos individuales (radiadores eléctricos, convectores, etc.) distribuidos por las habitaciones.

## **Con el aire acondicionado**

✚ En verano, ventile la casa cuando el aire de la calle sea más fresco (primeras horas de la mañana y durante la noche).

✚ Un ventilador, preferentemente de techo, puede ser suficiente para mantener un adecuado confort. A lo mejor ni siquiera necesita climatizador.

✚ Cerrar persianas y correr cortinas son sistemas eficaces para reducir el calentamiento de nuestra vivienda en verano y para evitar que se escape el calor en invierno.

☞ Recuerde que los colores claros en techos y paredes exteriores reflejan el sol y, por tanto, evitan el calentamiento de los espacios interiores.

☞ Es importante dejarse aconsejar por un profesional cualificado sobre el tipo de equipamiento y potencia que mejor responda a nuestras necesidades de frío y de calor, en función de las características de las habitaciones a climatizar.

☞ Hay que tener en cuenta que, para el mismo nivel de prestaciones, hay aparatos que consumen hasta un 60% más de electricidad que otros.

☞ Es importante colocar los aparatos de refrigeración de tal modo que les dé el sol lo menos posible y haya una buena circulación de aire. En el caso de que las unidades condensadoras estén en un tejado, es conveniente colocar un sistema de ensombreamiento.

☞ Cuando encienda el aparato de aire acondicionado, no ajuste el termostato a una temperatura más baja de lo normal: no enfriará la casa más rápido y podría resultar excesivo y, por tanto, un gasto innecesario.

☞ Desconecte el acondicionador cuando no haya nadie en la casa o en la habitación que esté refrigerando.

☞ Con la instalación de toldos y acristalamientos adecuados, así como aislando adecuadamente los muros y techos, se pueden conseguir ahorros de energía en el uso del aire acondicionado superiores al 30%.

☞ Existen láminas adhesivas transparentes que, pegadas en el exterior de los acristalamientos, disminuyen el flujo de calor hacia el interior de la vivienda.

☞ La adaptación del cuerpo a las condiciones climáticas del verano y el hecho de llevar menos ropa y más ligera, hacen que una temperatura de 25°C, en esta época, sea más que suficiente para sentirse cómodo en el interior de una vivienda. En cualquier caso, una diferencia de temperatura con el exterior superior a 12°C no es saludable.

☞ El mantenimiento adecuado y la limpieza de los equipos prolonga su vida y ahorra energía.

## Con un buen aislamiento

☞ Una vivienda mal aislada necesita más energía: en invierno se enfría rápidamente y puede tener condensaciones en el interior; y en verano se calienta más y en menos tiempo.

☞ Pequeñas mejoras en el aislamiento, pueden conllevar ahorros energéticos y económicos de hasta un 30% en calefacción y/o aire acondicionado.

☞ Solemos asociar los aislamientos a los muros exteriores de las viviendas; sin embargo, también son necesarios los aislamientos en otras zonas del edificio contiguas a espacios no climatizados.

☞ Un buen aislamiento de los muros que separan viviendas contiguas, además de disminuir el ruido, evita pérdidas de calor. La instalación en paredes y techo de una capa de 3 cm de corcho, fibra de vidrio o poliuretano tiene la misma capacidad aislante que un muro de piedra de un metro de espesor.

✚ La cubierta supone la mayor superficie de intercambio de calor entre el interior y el exterior de un edificio: es por donde se pierde o gana más calor, si no está bien aislada.

✚ El aislamiento térmico de una ventana depende de la calidad del vidrio y del tipo de carpintería del marco. Durante el invierno, a través de un cristal simple se pierde, por cada metro cuadrado de superficie, la energía contenida en 12kg de gasóleo.

✚ Los sistemas de doble cristal o doble ventana reducen, prácticamente a la mitad, la pérdida de calor con respecto al acristalamiento sencillo y, además, disminuyen las corrientes de aire, la condensación de agua y la formación de escarcha.

✚ En cuanto al tipo de carpintería, son de destacar las denominadas de rotura de puente térmico, que contienen material aislante entre la parte interna y externa del marco.

✚ Procure que los cajetines de sus persianas no tengan rendijas y estén convenientemente aislados: ahorrará energía.

✚ Para tapar las rendijas y disminuir las infiltraciones de aire de puertas y ventanas, puede emplear medios sencillos y baratos como la silicona, la masilla o el burlete. Ahorrará entre un 5% y un 10% de energía.

✚ Utilice láminas adhesivas de material plástico transparente para pegarlas a marcos y acristalamientos. Así conseguirá disminuir de forma considerable las pérdidas de calor (si se colocan en el interior) o las ganancias (si se colocan en el exterior).

✚ Si tiene chimenea, cierre el tiro de la misma cuando no la esté usando.