



PIERCE ENERGY PLANNING  
HELPING SAVE ENERGY DOLLARS

## CONSEJOS PARA AHORRAR ENERGÍA

1. Una grieta de ¼ de pulgada debajo de una puerta desperdicia la misma energía que un agujero de 2 x 2 pulgadas en la pared.
2. Si todas las regaderas en los Estados Unidos se reemplazaran con ‘cabezas de bajo flujo’ se ahorrarían miles de millones de agua (APS Conservación Energética, 2006).
3. Un galón de pintura o un litro de aceite de motor pueden contaminar 250,000 galones de agua potable.
4. Se necesitan 2 galones de agua de grifo para hacer 1 galón de agua de botella (APS Conservación Energética, 2006).
5. Si todos recicláramos nuestros periódicos de domingo, pudiéramos salvar 500,000 árboles (APS Conservación Energética, 2006).
6. Una ducha de 10 minutos puede utilizar más de 50 galones de agua (APS Conservación Energética, 2006).
7. La propaganda de buzón (junk mail) que reciben los Americanos en un día, pudiera generar suficiente energía para 250,000 hogares (APS Conservación Energética, 2006).
8. Cada año, los americanos desechan tanto papel de oficina que sería suficiente para construir una pared d 12 pies de altura desde Los Ángeles a Nueva York (APS Conservación Energética, 2006).
9. A la velocidad que los Americanos generan basura, se necesitaran 500 basureros nuevos cada día.
10. De toda el agua dulce que hay en el planeta, 99.5% esta almacenada en las capas de hielo y glaciares (APS Conservación Energética, 2006).
11. Más de un billón de árboles se utilizan cada año para generar pañales desechables (APS Conservación Energética, 2006).
12. Bombillas fluorescentes compactas (CFL light bulbs) duran 5 veces más que una bombilla convencional y utilizan 70% menos energía (APS Conservación Energética, 2006).
13. Cada persona en los Estados Unidos consume la energía equivalente a 2,500 galones de petróleo (APS Conservación Energética, 2006).
14. Una familia de 4 personas consume alrededor de 10,000 galones de petróleo al año, lo que sería equivalente a llenar el tanque del coche familiar con 27 galones de gasolina cada día (APS Conservación Energética, 2006).
15. Los Estados Unidos tiene solamente 5% de la población mundial, ¡pero consumimos el 25% de los recursos naturales! (Washington State University, 2008)
16. Al dejar el tiro de chimenea abierto, se escapa 8% de energía utilizada para calentar el hogar (National Association of Home Builders, 2015).
17. En promedio, un hogar Americano consume el doble de la energía necesaria para calentar el hogar (California Energy Commission, 2015).



PIERCE ENERGY PLANNING  
HELPING SAVE ENERGY DOLLARS

18. Un tendedero de ropa tradicional es la manera más eficaz para secar ropa (Albuquerque Public Schools, 2015).
19. Entre más aislamiento tiene un hogar, más energía y dinero se puede ahorrar (US Department of Energy, 2015).
20. Usar un escoba en lugar de una manguera para barrer la entrada de cochera, puede ahorrar cientos de galones de agua al año (Be Water Wise, 2015).
21. El 80% de la energía que utiliza una lavaplatos eléctrica es para calentar el agua (Albuquerque Public Schools, 2015).
22. Una televisión conectada consume energía incluso cuando esta apagada (US Department of Energy, 2012).
23. Un Americano promedio tira a la basura alrededor de 60 libras de embalaje de plástico (University of Oregon, 2012).
24. Alrededor del 75% de agua que se consume en un hogar es en el baño (Eartheasy, 2009).
25. Los refrigeradores en los Estados Unidos consumen energía equivalente al 50% de toda la energía generada en todas plantas nucleares del país (APS Energy Conservation, 2006).
26. Un monitor de computadora apagado durante la noche, ahorra suficiente energía para calentar 6 cenas de microondas (University of East London, 2015).
27. Una fotocopiadora prendida durante toda la noche, desperdicia suficiente energía para imprimir 1,500 copias (Carbon Trust, 2004).

## Mitos y Realidades sobre la Energía

1. **Prender y apagar un foco gasta más energía que dejarlo encendido si solo voy a estar fuera de la habitación por poco tiempo.**

**FALSO:** Esto era cierto con focos/bombillas antiguas, pero ahora le regla es que entre más tiempo quede prendida la luz, mas energía es consumida. La energía que se consume al prender y apagar la luz es menos que la que se consume si la dejaras prendida. ¡Así que apagar la luz ahorra energía!

2. **Dejar la calefacción prendida durante la noche consume menos energía que recalentar un edificio frio por la mañana.**

**FALSO:** ¡Una calefacción que trabaja durante una hora en calentar un cuarto frio no trabaja más que una calefacción que duro prendida 14 horas por la noche! La única diferencia es que una calefacción dura una hora prendida, y la otra 14 horas.

Source: University of East London, 2015



PIERCE ENERGY PLANNING  
HELPING SAVE ENERGY DOLLARS

**3. El prender y apagar las computadoras reduce su ciclo de vida.**

**FALSO:** El dejar las computadoras prendidas continuamente acorta su ciclo de vida porque las partes del sistema están en uso por más tiempo. Las luces dentro del monitor y computadora están diseñadas para poder prender y apagar sin afectar el ciclo de vida.

**4. Las bombillas ahorradoras de energía no se pueden usar con reguladores de intensidad de luz.**

**FALSE:** Hoy en día existen muchos tipos de bombillas ahorradoras de energía, incluyendo algunas que se pueden usar para regular la intensidad de luz.

**5. Un monitor de pantalla consume menos energía cuando se usa el 'salvapantallas' (screensaver).**

**FALSE:** Las pantallas de LCD consumen la misma cantidad de energía, no importa lo que se muestre en la pantallas, así que el salvapantallas consume la misma energía que cuando la pantalla esta en uso. Lo mejor que puedes hacer, es apagar la pantalla si no estará en uso.

### ***¡No te tardes con el refrigerador abierto!***

El dejar la puerta del refrigerador abierto no parece gran cosa, pero hacer eso desperdicia alrededor de 7% de energía utilizada por el refrigerador (Home Energy Magazine, 2014).

Al abrir el refrigerador, el aire frío escapa y es reemplazado por aire caliente. EL refrigerador tiene que trabajar más fuerte para enfriar ese aire caliente, esto incrementa tu factura eléctrica y también incrementa tu huella ambiental,

El abrir y cerrar el refrigerador sin razón, desperdicia entre 50 y 120kWh al año. Para poner en perspectiva, 50 kWh es suficiente para dar 20 ciclos en una lavaplatos, y 100kWh es suficiente para usar la lavadora de ropa 50 veces (University of Florida, Institute of Food and Agricultural Sciences, 2014).

### **Desconecta o apaga usando Regletas de Enchufes (powerstrips)**

- a. Todo lo que está conectado **consume energía – fotocopiadora, impresora, cafetera, microondas, enfriador de agua, etc.**
- b. **Desconecta** al final del día, **O TAMBIEN:**



PIERCE ENERGY PLANNING  
HELPING SAVE ENERGY DOLLARS

- c. **Conecta todo a una regleta de enchufa y apaga la regleta cuando no esté en uso.**
- d. Algunas escuelas tienen pantallas y marquesinas que se dejan encendidas incluso durante la noche. Al final del día, se pueden apagar manualmente o usando reloj automático.

**¡LLEGO LA PRIMAVERA!** Tal vez lo primero que quieras hacer cuando las temperaturas externas cambian a estar más cálidas y cómodas es abrir las puertas y ventanas, pero no lo hagas. Muchas veces, el sistema de aire acondicionado y calefacción sigue encendido durante estos meses de transición de invierno a primavera. Lo que esto significa es que se desperdicia mucho dinero y electricidad porque las unidades de aire acondicionado y calefacción tienen que trabajar más duro para mantener una temperatura fija.

### **Iluminación adecuada para la tarea**

Muchas oficinas, salas de trabajo, o aulas pueden reducir fácilmente la iluminación sin afectar la productividad. Apague las luces innecesarias cuando sea posible. Solo ilumine áreas que se necesitan en el momento. Proporcionar la iluminación adecuada puede ahorrar hasta un 15 por ciento en su factura de electricidad (California Energy Commission, 2015).

Reemplace las bombillas incandescentes con luces CFLs o LEDs. Una bombilla CFL consume 75% menos electricidad que una bombilla incandescente. La bombilla CFL tendrá una vida de alrededor de 10,000 horas, la incandescente tiene una vida de 600 a 1,000 horas (California Energy Commission, 2015). Al reemplazar una bombilla incandescente de 100watts con una CFL equivalente que solo consume 25 watts, puedes ahorrar más de \$90 por bombillas en electricidad durante su ciclo de vida de 10,000 horas. (California Energy Commission, 2015).

### **"Conoce tu Consumo de Energía"**

- Minimiza costos eléctricos al reducir **USO** y manejando la **CARGA**
- **USO** (kWh) es la cantidad de horas en las que tienes luces encendidas, artículos conectados (prendidos y apagados) y que tan fuerte está trabajando el sistema de aire acondicionado.
- **CARGA** (KW) es cuanta energía se consume en un periodo de 15 minutos.

Para reducir **USO (kWh)**

- **Apague** luces innecesarias; **Revise** la temperatura en el termostato. **Mantenga** puertas cerradas para prevenir pérdida de aire, **Desconecte** artículos cuando no estén en uso (o conecta a una regleta y apague todos)



PIERCE ENERGY PLANNING  
HELPING SAVE ENERGY DOLLARS

### Para reducir **CARGA (KW)**

- **Divida y separe** el tiempo en el que usa los aparatos eléctricos (computadoras, lavadoras, luces, etc.) para así no consumir tanta energía a la misma vez.

### Agua

- **Pare las goteras** – Una gotera puede parecer pequeña, pero se sorprenderá al aprender cuánta agua puede desperdiciar. De acuerdo con el [U.S. Geological Survey's Water Science School](#), que desperdicia 4 gotas por minuto desperdicia un total de 138 galones de agua al año.
- **Reemplace inodoros viejos** – Inodoros fabricados antes de 1995 consumen alrededor de 5 galones por enjuague (flush), comparado a solo 1.6 galones por modelos nuevos. De acuerdo con Savingwater.org, reemplazar un inodoro viejo puede ahorrar hasta 10,500 galones de agua al año, dependiendo en hábitos de uso.
- **[De mantenimiento a electrodomésticos](#)** – Los aparatos electrodoméstico que consumen agua pueden generar goteras por la edad de los materiales, conexiones flojas y mangueras rotas. Estas goteras pueden pasar desapercibidas por semanas, desperdiciando agua y potencialmente causando daño a tu hogar. Asegura revisar el calentador de agua, lavadora de ropa, lava platos, y otros electrodomésticos regularmente.

### Conservación de agua en la escuela y en el hogar...

1. Revisa los grifos y pipas.

Una gotera pequeña puede desperdiciar hasta 20 galones de agua al día, una gotera grande puede desperdiciar centenares de galones. (Town of Bristol, 2015).

2. No use el inodoro como cenicero o basurero.

Cada vez que enjuaga el inodoro al tirar basura, se pueden desperdiciar hasta 5 galones de agua. (Montclair Township Office of Environmental Affairs, 2015).

3. Revise si hay goteras o fugas en el inodoro.

Ponga un poco de colorante de comida en el tanque. Sin enjuagar, espere 30 minutos y vea si el agua en el tazón cambia de color. Si el agua en el tazón cambia de color, hay una fuga de agua que se tiene que reemplazar (Eartheasy, 2015).

4. Instale regaderas ahorradoras de agua y grifos de bajo flujo con aireador.

Una ducha consume 5 a 10 galones cada minuto. Regaderas ahorradoras y de bajo flujo consumen solamente 2.5 galones por minuto. (Natural Resource Defense Council, 2015).



PIERCE ENERGY PLANNING  
HELPING SAVE ENERGY DOLLARS

5. Todos los grifos deben tener aireadores de flujo. ¡Este simple método de conservación de agua es muy fácil y tiene muy poco costo!

6. Toma duchas más cortas.

Una manera fácil de ahorrar agua en la ducha es cerrar la llave mientras te enjabonas, y luego prenderla de nuevo para enjuagar. (Eartheasy, 2015).

7. Cierra el grifo mientras te cepillas los dientes.

¡Aún mejor es usar un vaso para enjuagar!

8. Usa la lavadora de ropa y lavaplatos solo con cargas llenas.

Lavadoras de ropa y lavaplatos eléctricas se deben usar con cargas llenas, así ahorrarán más agua que usarlas varias veces con cargas pequeñas.

8. Mantén una botella de agua potable en el refrigerador.

Si tomas agua filtrada del grifo, ¡dejarla correr hasta que se enfríe desperdicia mucha agua!