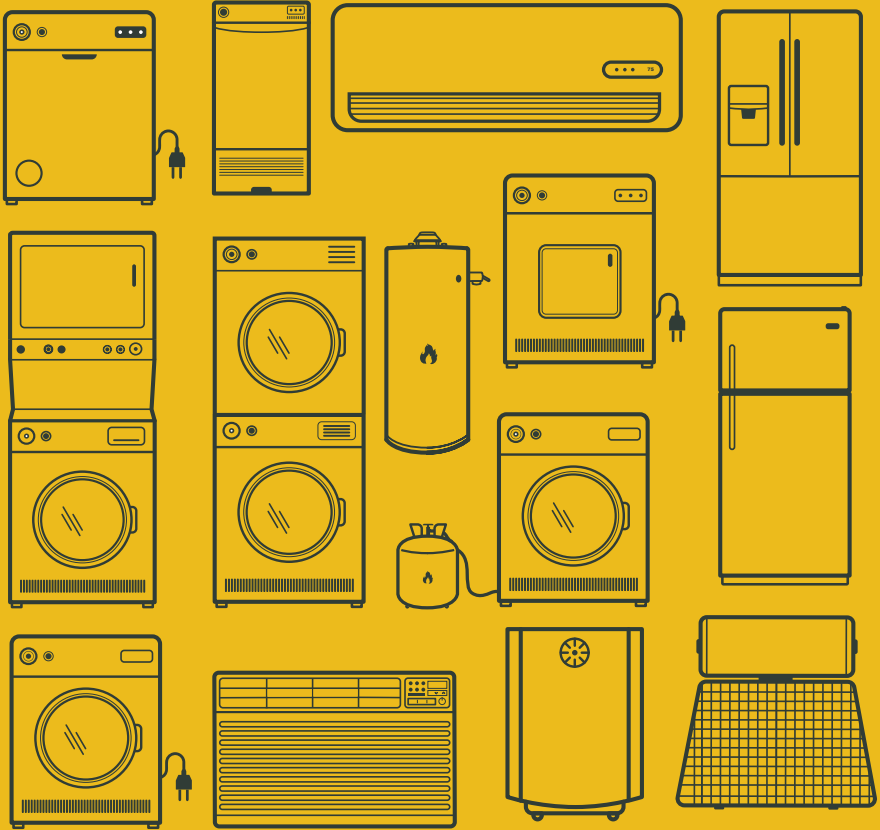




MENOS ES MÁS



# Guía de Cómo Elegir Enseres



pag. 4

## **La importancia de una buena elección**

## **La manera más eficiente de elegir:**

pag. 6 **tu nevera**

pag. 8 **tu estufa y tu horno**

pag. 10 **tu lavadora y secadora**

pag. 12 **tu aire acondicionado**

pag. 13 **tu calentador**

pag. 14

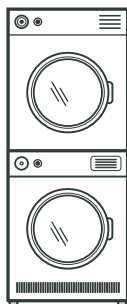
## **La manera más eficiente de iluminar tu casa**

# La importancia de una buena elección

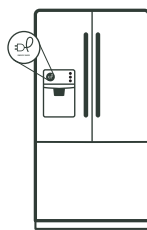
Elegir enseres conscientemente es un paso muy importante hacia una cultura de consumo más responsable. Si tienes en cuenta lo que realmente necesitas para cumplir con tus necesidades, elegirás productos que tengan tamaños y características adecuadas para que no desperdices ni electricidad ni dinero. Hay muchos productos en el mercado que ya están pensados para ser más ecológicos y para hacer parte del trabajo por ti. Lo importante es saber que tener en consideración al momento de comprar para así poder hacer la mejor inversión posible.



LAVADOR /  
SECADORA APILABLE



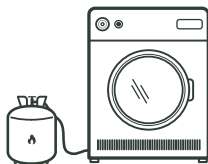
NEVERA



NEVERA ENERGY  
SAVER SWITCH



NEVERA SIN  
"ICE MAKER"



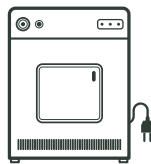
SECADORA  
GAS



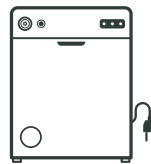
SECADORA  
ELECTRICA



SECADORA  
CARGA FRONTAL



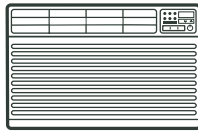
LAVADORA  
CARGA FRONTAL



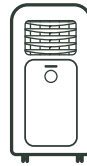
LAVADORA  
CARGA SUPERIOR



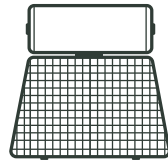
AIRE MINI SPLIT



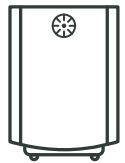
AIRE MINI VENTANA



AIRE PORTATIL



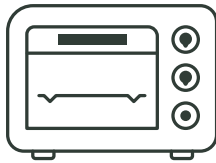
CALENTADOR SOLAR AGUA.



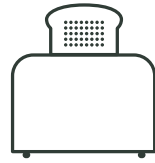
CALENTADOR AGUA LINEA (ELECTRICO)



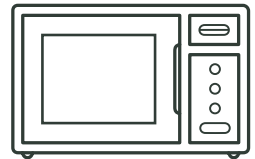
CALENTADOR AGUA - GAS



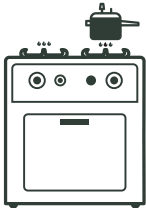
CONVECTION OVEN



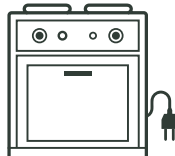
TOSTADORA



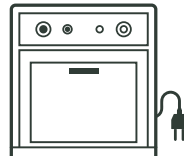
MICROHONDAS



ESTUFA GAS



ESTUFA ELECTRICA



ESTUFA INDUCCIÓN



# La manera más eficiente de elegir tu nevera

Uno de los enseres que más afectan el consumo responsable de la electricidad es la nevera, pues esta está prendida 24 horas al día, 365 días al año. Si te estás mudando o es hora de cambiar la tuya, considera los siguientes consejos al momento de elegir una nueva:



Establece el tamaño que más se ajusta a tus necesidades. Se recomienda dejar una pulgada a cada lado y un poco más en la parte de atrás. Las más eficientes miden entre 16 y 20 pies cúbicos. Cuando calcules el tamaño adecuado, también considera cuantas cosas realmente tienes que guardar dentro. Hay muchos alimentos que a veces metemos en la nevera que a veces pueden ir fuera.

Alimentos que pueden ir fuera de la nevera
Café
Mantequilla de maní
Piques y salsas antes de abrir
Especias (incluyendo las frescas)
Cebollas
Papas
Pimientos
Ajos
Frutas
Miel
Aguacates

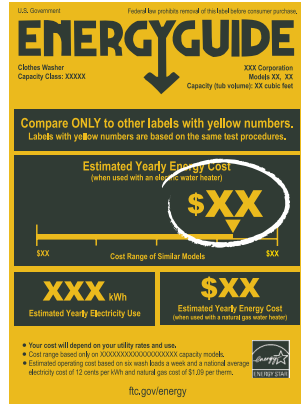
2

Si no te hace falta una hielera, compra una nevera que no tenga, ya que estas consumen entre 14 y 20% menos energía.



3

Busca la guía de Energy Guide. Esta te puede ayudar a saber muchos de los aspectos más importantes del modelo en poco tiempo.



4

Busca el logo de Energy Star ya que estos modelos exceden los estándares de eficiencia de los demás.



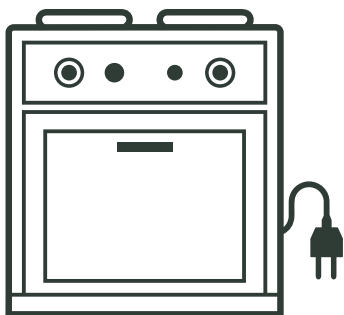
5

Considera un modelo que tenga un Energy Saver Switch. Estos te permiten apagar las bobinas de calentamiento cuando no las estés utilizando para prevenir la condensación.

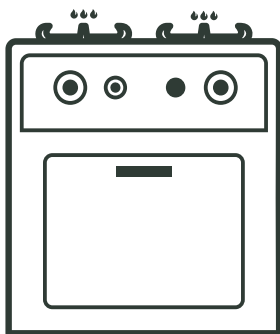


# La manera más eficiente de elegir tu estufa y tu horno

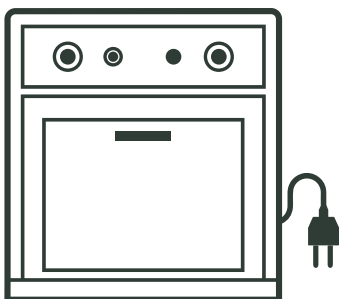
Generalmente puedes elegir entre tres tipos de estufas:



Estufas eléctricas



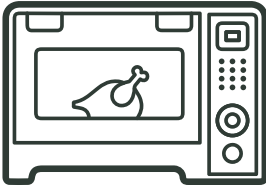
Estufas de gas



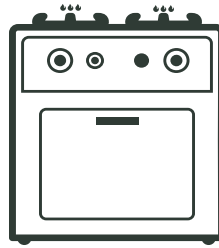
Estufas de inducción

La energía requerida por una estufa eléctrica es tres veces mayor que la energía requerida por una estufa de gas. Aunque los gases comerciales siguen siendo combustibles fósiles de fuentes no renovables, hay alternativas como el biogás recuperado que no hacen daño al medioambiente. Si vas a elegir una estufa eléctrica, considera una estufa de inducción. Estas tienen bobinas magnéticas que calientan solamente las ornillas donde se encuentran las ollas y los sartenes mientras mantienen el resto de las superficies frías.

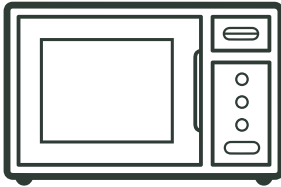
También puedes elegir entre varios tipos de hornos:



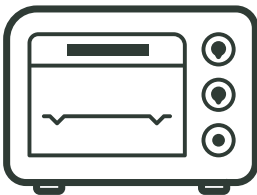
Hornos eléctricos  
regulares y  
de convección



Hornos de gas  
regulares y  
de convección



Hornos de microondas



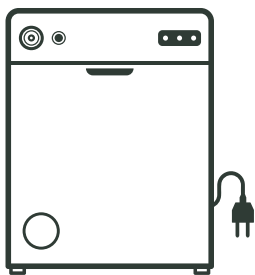
Hornos tostadora

Al igual que las estufas, los hornos de gas son más eficientes aunque utilicen gas. Si vas a comprar un microondas, escoge el más pequeño posible para las necesidades de tu hogar. Los hornos tostadora también te permiten calentar pequeñas cantidades de comida sin desperdiciar el calor que hace falta para calentar un horno convencional. Si vas a comprar un horno eléctrico, considera los de convección. Estos usan un 20% menos energía gracias a un ábanico que circula el aire caliente. También procura que sea self-cleaning. Estos suelen tener mejor aislación y puertas que cierran ajustadamente, evitando que se salga el calor.

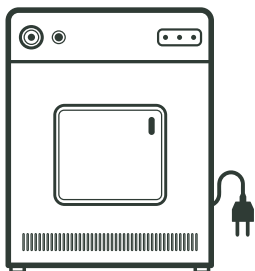
Tanto las estufas como los hornos también se pueden comparar usando el Energy Guide.

# La manera más eficiente de elegir tu lavadora

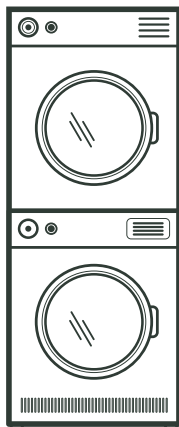
Hay tres tipos de lavadoras:



carga superior



carga frontal



apilables

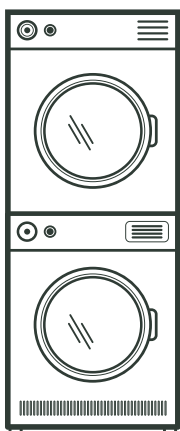
De todas, las más eficientes suelen ser las apilables ya que casi todas son de alto rendimiento y suelen ahorrar tanto en agua como en electricidad.

Otras cosas que debes tener en cuenta en el momento de comprar o cambiar tu lavadora:

- 1** Si tiene el sello de Energy Star, utiliza 25% menos energía y 33% menos agua que las lavadoras que no lo tienen.
- 2** Conocer la capacidad adecuada para el uso proyectado es clave. Las lavadoras compactas (con un tambor entre 1.5 y 2.5 pies cúbicos) son suficientes para hogares donde viven dos personas. En las casas donde viven más de dos personas debe haber lavadoras más grandes para así poder hacer menos tandas.
- 3** Si tiene un ciclo centrífugo potente, podrás ahorrar energía al secar la ropa en la secadora.

# La manera más eficiente de elegir tu secadora

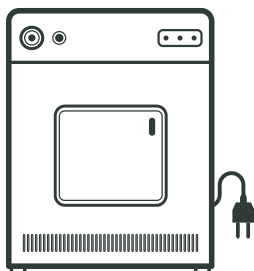
Las secadoras también vienen de:



apilables



carga frontal



carga superior

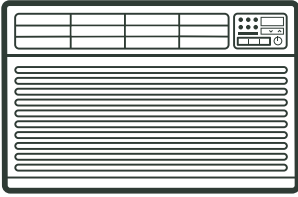
También existen opciones de gas que consumen una tercera parte de la energía que consume una eléctrica.

Otras cosas que debes tener en cuenta en el momento de comprar o cambiar tu secadora:

- 1 Si tiene el sello de Energy Star, utiliza 20% menos energía que las secadoras que no lo tienen.
- 2 Si se apaga automáticamente, tiene un sensor que te puede ayudar a ahorrar entre 10% y 15% de la energía generada.

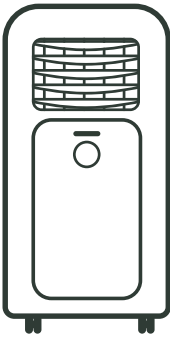
# La manera más eficiente de elegir tu aire acondicionado

Hay tres principales tipos de unidades de aire acondicionado:



De ventana

Los mini-split son los más eficientes, y no bloquean las ventanas por lo cual no impiden que una habitación se ventile naturalmente. Los que son tipo Inverter (pueden ser de ventana o mini-split), también aumentan la eficiencia ya que en lugar de prender y apagar el compresor, regulan la temperatura variando su esfuerzo según la necesidad.



Pórtatiles

Si tienes que comprar un aire nuevo, esto te ayudará a hacer la decisión más responsable a nivel de consumo:

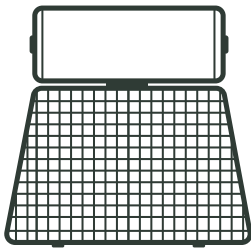
- 1 Considera modelos certificados por Energy Star
- 2 Escoge la unidad con el mejor índice de eficiencia energética (EER)
- 3 Compara distintas unidades usando el Energy Guide
- 4 Escoge adecuadamente la capacidad del equipo: una unidad muy pequeña tiene que trabajar de más para enfriar un espacio mientras que una muy grande deja el espacio húmedo. Este enlace te puede ayudar a calcular el tamaño perfecto para tus necesidades: <https://www.calculator.net/btu-calculator.html>



Mini-split

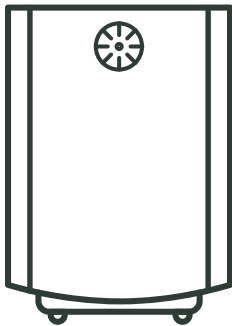
# La manera más eficiente de elegir tu calentador de agua

Hay cuatro principales tipos de calentadores de agua:



Calentadores solares

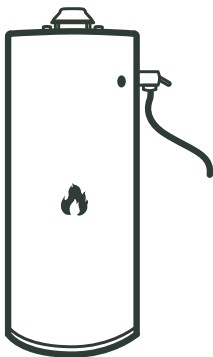
De todos estos, los calentadores solares son los más eficientes, seguidos por los de línea.



Calentadores de línea

Si tienes que elegir un calentador de tanque, ten en cuenta lo siguiente:

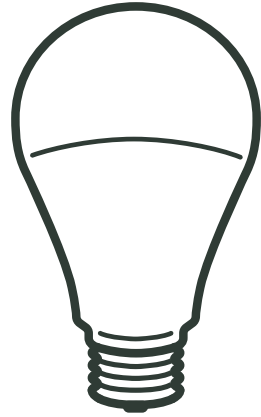
- 1 Que el tamaño sea adecuado para el uso previsto
- 2 Que tenga un buen aislante para evitar pérdidas de calor
- 3 Que el equipo sea programable en temperatura y tiempo de uso



Calentadores de Tanque

# La manera más eficiente de iluminar tu casa

Si tienes que comprar bombillas o lámparas para tu casa, considera lo siguiente:

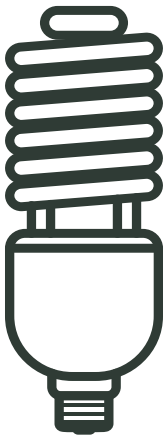


**1**

Comprar productos que tengan el sello de Energy Star

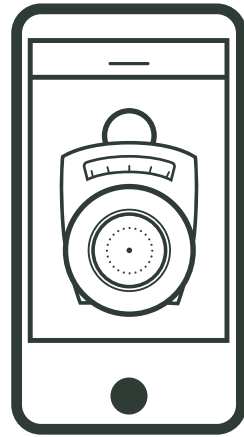
**2**

Comprar bombillas sean de diodos emisores de luz (LEDs). Estas ahorran entre un 70 y un 80% de energía que sus contrapartes incandescentes o de halógeno, y tienen una vida útil entre ocho y 25 veces más larga.



**3**

Si no puedes comprar LEDs porque son muy caras, busca bombillas compactas fluorescentes (CFLs) que siguen siendo mejores que las incandescentes.



**4**

Usar tu teléfono como fotómetro para medir el nivel de iluminación que necesitas para cualquier espacio. Esta página web te permite explorar las diferentes aplicaciones: <https://www.photoworkout.com/best-light-meter-apps/>.



**CAMBIO** es una entidad que busca crear conciencia sobre prácticas de sostenibilidad y energía renovable en Puerto Rico y el Caribe. A través de una campaña educativa extensa y de la creación de recursos accesibles y confiables, su meta es lograr un nuevo entendimiento de la responsabilidad que cada persona puede asumir en su casa para juntos llegar a un sistema energético más auto-suficiente y sano.