

Consejos para **NO pasar CALOR** en VERANO en tu hogar

1. VENTILA

Aprovechar la ventilación natural a las horas más frescas es una forma eficaz de conseguir una refrigeración pasiva en una vivienda.

Abrir a primera hora del día y a última, cuando no hay sol y la temperatura es más fresca, permite que circule el aire fresco y elimine el aire caliente del interior.

Esto puede ayudar a **reducir la temperatura interior** y mejorar la calidad del aire sin necesidad de sistemas de aire acondicionado que consumen energía.

4. SOMBREA

Las persianas, los estores y las cortinas son una estrategia versátil y eficaz para controlar la temperatura interior y reducir el consumo de energía.

Los toldos proporcionan sombra y reducen la cantidad de calor que entra en el interior, lo que ayuda a mantener fresco el espacio. Es importante que sean de colores claros para evitar bolsas de aire caliente bajo la tela.

Mejora el confort de tu vivienda y *ahorra en tu factura energética.*

2. ENFRÍA

Si ya has ventilado tu hogar y necesitas enfriar más la vivienda puedes utilizar ventiladores. **Los ventiladores utilizan hasta 15 veces menos energía que un aire acondicionado.**

Si es necesario incorporar aire acondicionado puedes optar por un climatizador evaporativo, consumen la mitad que un aire acondicionado y son portátiles.

¿Conoces el modo deshumidificador de tu aparato de aire acondicionado? **Este programa reduce la humedad ambiental y genera sensación de frescor a la vez que ahorra un 25% del consumo del equipo.**

No olvides que la temperatura óptima de un aire acondicionado esta entre los 24°C y 26°C. Cada grado de menos aumenta el consumo en un 8%.

Recuerda mantener limpios los filtros de tu equipo. **Un buen mantenimiento puede ahorrar hasta un 15% del consumo energético del aparato.**

3. HUMIDIFICA (si es necesario)

Los días de calor seco y alta temperatura podemos mejorar el confort del hogar incorporando humedad ambiental. **Un truco para lograrlo es colocar delante del ventilador un recipiente con hielo o tejidos húmedos delante de la ventana.**

¿Laminas solares? Es un material de protección solar que puede aplicarse a las ventanas para bloquear los rayos UV e infrarrojos y reducir la ganancia de calor solar. Ayuda a evitar que el interior se caliente demasiado y reduce la necesidad de aire acondicionado. Puede ser una buena alternativa a los toldos y otros dispositivos de sombreado exterior cuando éstos no pueden instalarse. Son económicas y se pueden retirar en invierno para aprovechar la radiación y reducir el consumo de calefacción.

Debes llevar cuidado en la instalación en ventanas donde se puedan dar temperaturas diferenciales.



5. VEGETALIZA

Las plantas son nuestras grandes aliadas para mejorar la temperatura y la humedad. **Cuando transpiran, liberan humedad en el aire que puede ayudar a enfriar el espacio.**

Si tienes balcones, te proporcionarán sombra y hará que tus paredes se calienten menos.

Las plantas con más hojas y mayor superficie, como los helechos, los ficus, el laurel o la sansevieria **liberan más humedad y aumentan el efecto de enfriamiento.**

El movimiento de las hojas hace la función de ventilador natural.

6. AÍSLA

Rehabilitar e incorporar aislamiento en tu hogar puede ser una gran solución contra el calor en algunas viviendas. Los aislantes protegen tu hogar de las temperaturas exteriores tanto en invierno como en verano. **Para que funcionen bien frente al calor es necesario combinar un buen aislante con una buena ventilación.** Acude a tu Oficina de la Energía más próxima para saber si esta actuación sería recomendable en tu caso.

Otra opción de bajo coste es la instalación de burletes. Los burletes son elementos que se utilizan para sellar los huecos alrededor de las ventanas y puertas para evitar que el aire caliente entre a la vivienda.

7. CAMBIA TUS HÁBITOS

Cuidado con el uso de los electrodomésticos: tu cocina, tu horno o tu televisión calientan también tu casa. Evita cocinar durante mucho tiempo, para no tener fuentes de calor prolongadas dentro de casa.

Pasa por cualquiera de nuestras oficinas para conocer como mejorar tu vivienda, reducir tu factura energética y conseguir un hogar confortable y sostenible.

8. ACUDE A TU REFUGIO CLIMÁTICO MÁS CERCANO

Si ya no puedes enfriar más tu hogar, refúgiate en un espacio fresco cerca: parques, piscina, playa. En Valencia el Ayuntamiento ha puesto a tu disposición una Red de Refugios Climáticos. **Hay ya más de 40 equipamientos públicos abiertos para acogerte durante el verano: bibliotecas, museos, y otros espacios públicos frescos.** Y siempre puedes acudir a tu Oficina de la Energía más cerca, formamos parte de esta Red, te esperamos.

CONTACTO

@ oficinaenergia@valenciasostenible.com

☎ 961061582

@ valenciasostenible.com/es/oficina-de-la-energia/



OFICINA AYORA

C/ José María Haro Salvador,
9-11, 46022 València.

OFICINA PARQUE OESTE

C/ d'Enguera, s/n (chalet,
parque del oeste), 46018
València.

OFICINA

TORREFIEL-ORRIOLS

Galería comercial del merca-
do de Torrefiel,
Santo Domingo Savio, 77
46019 València.



**AJUNTAMENT
DE VALÈNCIA** | **capi
casal**



València Sostenible
Oficina de l'Energia