

Estalvi energètic

Eficiència a la cuina

Les neveres i els congeladors

La potència del frigorífic i del congelador no sol ser gaire elevada, acostuma a estar sobre els 150 W, però són dels electrodomèstics que més poden arribar a consumir perquè estan connectats les 24 hores del dia. Per això, és molt important assegurar-se que s'instal·len adequadament i se'n fa un ús idoni.

En primer lloc, cal prendre la precaució de no triar una nevera massa gran per les necessitats familiars, perquè es produirà un consum innecessari, desaprofitat.

L'etiquetatge energètic ens indica l'eficiència de l'aparell. Per exemple, una nevera-congelador de la classe A consumeix uns 340 kWh a l'any, un 48% menys que una de classe D i un 60% menys que una de classe G. En els deu anys de vida útil que se li pressuposa, consumiria 5.100 kWh menys



Les neveres i congeladors poden arribar a acumular un alt consum energètic perquè estan connectats les 24 hores del dia

(l'equivalent a uns 400 euros) que una nevera semblant de la classe G.

Un altre element que influeix sobre el consum d'aquests aparells és la "classe climàtica", és a dir, la temperatura ambient en què els fabricants estimen el rendiment òptim del refrigerador. Aquestes magnituds s'indiquen amb rangs de lletra:

SN'	10° C - 32° C
N'	16° C - 32° C
ST'	18° C - 38° C
T'	18° C - 43° C

El frigorífic ha d'estar allunyat de focus de calor –com els fogons o els forns– i fora de l'abast de la radiació solar. També cal deixar un espai fins la paret perquè hi pugui circular l'aire. La part posterior d'aquests aparells ha d'estar neta i ventilada, perquè si estan en males condicions poden arribar a consumir fins un 30% més.

Les portes han de tancar bé i cal evitar obrir-les i tancar-les contínuament.

En el cas dels aliments cuinats, cal deixar-los refredar a la temperatura ambient abans de posar-los al frigorífic o al congelador, i si volem descongelar un aliment per a consumir-lo l'endemà, és recomanable deixar que es descongeli al frigorífic, per aprofitar el fred que aporta.

La temperatura del frigorífic s'ha de mantenir entre els 3° C i els 5° C, i no convé reduir la temperatura del congelador per sota dels -18° C. Per cada grau més de fred, el consum pot augmentar un 6%.

En cas que es formi gelbre o gel dins el congelador, s'haurà de descongelar abans que la capa sigui de tres mil·límetres; d'aquesta manera s'evita un consum excessiu de fins a un 30%. Des de fa anys, el mercat ofereix els models *no-frost*, que eviten la generació de gel o gelbre.

El rentaplats

A l'hora d'adquirir el rentaplats, a més de parar atenció a la qualificació que consta en l'etiquetatge energètic que porten tots els electrodomèstics, ens assegurarem que adquirim un model amb la grandària adequada, per a evitar sobretot rentades a mitja càrrega.

Cal, doncs, assegurar-nos que només fem servir el rentaplats quan és ben ple. Els programes de mitja càrrega



Els rentaplats actuals ofereixen diversos recursos d'estalvi energètic

gasten menys aigua, però consumeixen pràcticament la mateixa energia.

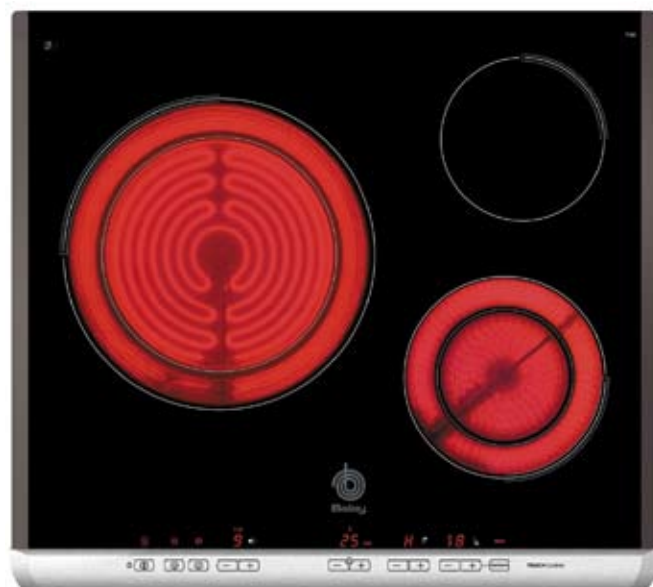
El cost energètic més important de l'ús del rentaplats es deriva de l'energia necessària per a elevar la temperatura del aigua. Per això, molts fabricants ofereixen els programes ecològics o econòmics, en què l'aigua no supera els 50° C. També existeixen els rentaplats bitèrmics, que tenen una presa independent per a l'aigua calenta, de manera que arriba directament de l'escalfador o la caldera i s'estalvia energia. És convenient esbandir la vaixel·la a l'aigüera abans de posar-la al rentaplats, perquè així podreu triar els programes de menor consum.

Cuines i forns

Els forns microones estalvien temps i consumeixen menys energia que els convencionals. Cal evitar obrir el forn més vegades de les imprescindibles, perquè cada vegada que s'obre la porta del forn es perd fins el 20% de la calor acumulada. El rellotge amb timbre avisador



Obrir innecessàriament la porta del forn provoca la pèrdua aproximada del 20% de la temperatura assolida.



És aconsellable desconnectar les plaques vitroceràmiques uns cinc minuts abans de la finalització de la cocció per a aprofitar el calor residual.

del forn és un bon recurs per a evitar aquestes despeses innecessàries d'energia.

Quan ens disposem a fer servir el forn, cal programar exactament la temperatura de cocció òptima. Pel fet de programar temperatures superiors, el forn no s'escalfarà més de pressa. El forn, a més, es pot apagar uns cinc minuts abans de la finalització de la cocció per a aprofitar el calor residual.

Quan sigui possible, farem servir recipients de vidre, que retenen la calor amb més facilitat i permeten cuinar a temperatures més baixes.

També es poden prendre precaucions per a evitar malbaratament econòmic als fogons de la cuina. Les olles a pressió estalvien energia. Cal emprar recipients

que cobreixin la totalitat de l'àrea de foc o escalfor i que siguin adients pel tipus de cuina (gas, elèctrica o vitroceràmica), i que tinguin tapadores que ajustin bé. Un recipient que deixa a l'aire dos o tres centímetres de la zona de cocció està provocant la pèrdua de la meitat de l'energia consumida. Intentarem cobrir els recipients amb les tapadores sempre que sigui possible i fer servir l'aigua estrictament imprescindible per a la cocció.

Si disposeu de cuina elèctrica o vitroceràmica, podeu apagar-la uns cinc minuts abans de completar-se la cocció, de manera que s'aprofita el calor residual.

A l'estiu, a més, cuinar a les hores en què l'ambient és més fresc, fer servir el microones en comptes del forn i, en general, evitar emissions de calor innecessàries repercuteix en l'estalvi energètic en l'ús de l'aire condicionat.



Els forns microones consumeixen menys energia que els forns tradicionals.