



## COMITÉ PARITARIO DE HIGIENE-SEGURIDAD Y MEJORAMIENTO DE AMBIENTES DE TRABAJO INJUV 2008

### RECOMENDACIONES CAMPAÑA DE ENERGÍA

Haciendo eco del llamado de nuestras autoridades de Gobierno, en torno a generar ahorro de energía, el Comité Paritario del Servicio ha querido entregarles algunas recomendaciones para este efecto:

#### ¿Cómo puedo ahorrar energía en mi casa u oficina?

##### Calefacción en el hogar

- a. Ajuste bien las puertas y ventanas utilizando materiales aislantes como huinchas aisladoras o silicona en las ventanas antes de que llegue el invierno.
- b. Mantenga las ventanas y puertas bien cerradas cuando utilice calefacción. Durante el día, abra puertas y ventanas para tener un ambiente limpio y seco.
- c. Elija un sistema de calefacción adecuado al área que deba calefaccionar, de lo contrario, siempre funcionará en su máxima potencia y no va a temperar adecuadamente el ambiente, lo que en definitiva no ahorra.
- d. Si es posible, invierta en cristales o ventanas dobles.
- e. Utilice la luz natural lo más que pueda.

##### Uso del agua caliente

- a. Utilice termos para conservar el agua caliente, ahorrará tener que calentar agua cada vez que la necesite.
- b. Si utiliza agua caliente en la ducha, lavamanos o lavaplatos, intente regular su temperatura desde el calefont según la estación del año en que esté. La práctica de regular la temperatura del agua caliente con agua fría, exige al calefont a su máxima potencia y gasta inútilmente.
- c. Haga un hábito apagar el piloto cuando no use el calefont.
- d. En las lavadoras de ropa, el ideal para la ropa y para su bolsillo es no utilizar agua caliente. Los detergentes actuales logran excelentes resultados con agua fría.

e. Haga una mantención periódica de su calefont, al menos una vez al año y antes de invierno, para aprovechar su mayor potencia útil.

### **Uso de equipos en el hogar y la oficina**

a. Si su trabajo lo realiza mediante el uso de equipos computacionales, formatee su equipo en "función de ahorro" y apague la pantalla si va a salir por más de media hora.

b. El apagar y/o desenchufar luces y aparatos que no se están utilizando puede generarle entre un 15% y un 20% de ahorro.

c. Si va a utilizar lavadoras, secadoras de ropa o lavavajillas automáticas, utilice carga completa y siempre limpie los filtros de los artefactos que use una vez que termine su uso, sobre todo en el caso de las aspiradoras y secadoras.

d. Si cocina, no abra el horno; averigüe en recetarios cuánto es el tiempo de cocción y el nivel de temperatura para sus comidas favoritas; utilice su experiencia y olfato. Al abrir el horno pierde en segundos cerca de un 30% de la temperatura acumulada.

e. Si tiene un automóvil, asegúrese de que los neumáticos están correctamente inflados y evite detenciones bruscas y aceleradas. Una velocidad constante es la más eficiente.

f. Ilumine adecuadamente los espacios de su hogar y oficina, pero investigue previamente sobre cuáles son las recomendaciones de niveles lumínicos mínimos y máximos de los distintos espacios para descansar, trabajar o compartir. Infórmese, sobre el uso de [ampolletas fluorescentes compactas](#) ( LFC), que aunque un poco más caras que las normales, permiten ahorrar hasta un 80% y, en general, tienen una mayor vida útil.

g. Todos los equipos enchufados, aunque estén en estado "standby", consumen energía.

**Fuente:** [Programa de País Eficiencia Energética](#)

<http://www.economia.cl/aws00/servlet/aawsconver?1,,503405>

**Al interior del INJUV:** Se pide que cuando salgan de sus oficinas a reuniones, colación u otra actividad, apague las luces, monitor de su computador (en caso de que sea prolongado, también lo haga con su equipo); desconecte radios, cargadores de celular u otro artefacto eléctrico (Ej. Ventiladores, o hervidores de agua, etc.)

**Ante dudas o comentarios escribenos a** [comiteparitario@injuv.gob.cl](mailto:comiteparitario@injuv.gob.cl)