

Jorge Mediavilla Martínez

# Ahorro y eficiencia energética



Libro electrónico gratuito cortesía de



# Introducción

## La importancia del ahorro

Antes de comenzar a repasar algunas cosas especialmente interesantes sobre el ahorro, decir que **este ebook es solo un avance de todo lo que puedes ahorrar con el servicio de optimización de facturas y coaching energético de [www.optimizador.es](http://www.optimizador.es)**. Esta versión gratuita que se ofrece como cortesía a los usuarios registrados, que podrán fácilmente conseguir por sí mismos sus primeros ahorros en la factura de la luz.

¿Por qué es tan importante el ahorro? **Gastar el dinero con inteligencia y disponer de un colchón de dinero para evitar imprevistos (o invertir) es la clave para conseguir seguridad y tranquilidad económica**, para acercarnos un poco más a eso que nunca se logra plenamente: la felicidad. Disponer de algo de dinero al margen de lo que se necesita para vivir puede marcar la diferencia entre vivir angustiado o no.

Hablamos siempre de mantener una actitud positiva y sana hacia el ahorro sin caer en la tacañería, de **usar el dinero de forma inteligente para vivir mejor**. En el otro extremo es también recomendable no caer de la misma manera en grandes ostentaciones ni despilfarros que solo pueden redundar en consecuencias económica negativas a medio y largo plazo. En este caso, como en muchos otros, la virtud está en el justo medio.

**La situación ideal es comprar con inteligencia lo que uno necesita a un precio razonable y ahorrar (o invertir) el resto**. Ojo: solo comprar lo que uno necesita, no más, porque eso supondría caer en la trampa del consumismo; no hay que guiarse por impulsos y seguimiento irracional de determinadas marcas.

El consumismo emocional y exacerbado también conlleva una serie de cuestiones medioambientales que muy a menudo se ignoran. **Ahorrar no solo es, por tanto, importante para nuestro propio bolsillo, sino que puede tener un impacto medioambiental muy elevado**. Por ejemplo, un mal uso de la electricidad puede conllevar muchas más emisiones de CO2 a la atmósfera debido al uso del carbón y/o

generación de residuos radioactivos, ya que ambas tecnologías son ampliamente utilizadas en España. Otro ejemplo: conducir de la mejor manera puede suponer un ahorro de combustible de en torno al 15% y reduciría la emisión de gases contaminantes en la misma medida.

Ahorrar es también evitar que a uno le tomen el pelo y eso, por desgracia, sucede con demasiada frecuencia -como bien sabemos en optimizador- en las facturas de luz, gas, carburante, etc. Pocos de nuestros clientes tienen perfectamente optimizadas dichas facturas y pagan lo justo por dichos servicios. **A fin de cuentas, la electricidad que llega a nuestro hogar es la misma independientemente de con quien la tengamos contratada. En tal caso: ¿Por qué no estar con el proveedor más barato?** Por otro lado, conseguir el mejor precio en la luz no consiste única y exclusivamente en conseguir el mejor precio en en la energía, también hay que revisar el término fijo y muchas otras variables como la discriminación horaria, el bono social y un largo etcétera.

**Vivir austeramente, con lo que uno realmente necesite, libera de la esclavitud de poseer demasiadas cosas,** de afrontar gran cantidad de costes de mantenimiento y de dedicar demasiado tiempo a dichas cosas. Atender demasiadas posesiones puede convertirse en una actividad a tiempo completo demasiado extenuante.

**Ahorrar no debe ser una moda, sino que debemos convertirlo en un estilo de vida.** Nunca es demasiado tarde para comenzar y depende de cada uno, que debe encargarse de combatir los hábitos perniciosos hasta lograr tomar las riendas de su economía. Esto supone algo tan sencillo (y a la vez tan complicado) como simplemente gastar menos de lo que se ingresa.

**Y si se tienen deudas, sobre todo esas que rozan la usura, la máxima prioridad debe ser acabar con ellas cuanto antes.** Solo así podremos conseguir la independencia y libertad económica que necesitamos para ahorrar. En cualquier caso, ponerse en manos de expertos asesores es siempre una buena idea.

**Más y más motivos para ahorrar y vivir con lo que uno necesita: mucha gente vive al día y tanto ellos como su familia viven a una sola mensualidad de la bancarrota.** Aunque existe la prestación por desempleo, nunca estar en dicha situación es plato de buen gusto, y, por otra parte, el desempleo debe ser solo un estado transitorio para encontrar un nuevo empleo. Ahorrar puede también solucionar este pequeño bache en el que nadie está exento de caer a lo largo de su vida.

En la medida de lo posible, **es muy recomendable trabajar en algo que al trabajador le apasione y emocione**, pues eso es garantía de buen desempeño laboral y buena actitud en el trabajo. Si no fuera posible, se puede practicar algún hobby o emprender en el tiempo libre con la esperanza de que en el futuro dicha ocupación pueda convertirse en la principal forma de ganarse la vida.

**Ahorrar cada vez se hace más importante de cara al futuro para llegar a esa jubilación que todos queremos tranquila y apacible de la mejor manera.** Tal y como avanzan los tiempos, la economía de mercado y el gran capitalismo, es muy probable que las jubilaciones públicas acaben tan mermadas que no sea posible subsistir sin ahorro privado.

Dejemos ahora claro para qué guardar dinero. El dinero está para gastarlo o para invertirlo; para que genere nuevos réditos, y el mercado está lleno de oportunidades, todas ellas con su respectivo grado de riesgo. **Una cosa está clara: dejar el dinero "ocioso" es dejar que pierda valor cada año debido a la inflación.**

**Cada perfil de inversor tiene sus propias preferencias, pero existen en el mercado opciones muy seguras y garantizadas** por el Estado (depósitos) con las que evitaremos que nuestro dinero merme e incluso podremos amasar algo más. Siempre hay que tener cuidado con contratar productos demasiado completos, con tantas condiciones a cumplir que al final el ahorro se pueda tornar en gasto. ¿Quién no recuerda el escándalo de las preferentes o productos con tantas condiciones como la cuenta 1,2,3 del Banco Santander?

**Llegados a este punto queremos tocar un tema tangencial al ahorro: nuestra responsabilidad como consumidores.** Con nuestras decisiones de compra premiamos a ciertas empresas y castigamos a otras al ostracismo o directamente a la bancarrota. Es nuestra responsabilidad premiar a las nuevas empresas, startup sinceras con buenas intenciones y nuevas tecnologías y castigar a grandes corporaciones cuyo único interés es hacer dinero a toda costa para pagar salarios multimillonarios. No hace falta dar nombres, ¿verdad?

## Los mejores trucos de ahorro en luz

En [www.optimizador.es](http://www.optimizador.es) podemos optimizar al máximo tus facturas, pero aún puedes ahorrar más siguiendo estos sencillos consejos que te ayudarán a reducir el consumo de una forma muy significativa. Un buen uso de los diferentes electrodomésticos es clave para ahorrar.

**Hay que procurar comprar los electrodomésticos más eficientes posibles, sobre todo la nevera y aquellos que permanezcan permanentemente conectados.** Un equipo A++ ahora un 70% con respecto a uno estándar.

Cada electrodoméstico tiene sus propios trucos de ahorro:

- **Frigorífico:** Es el electrodoméstico que más consume porque está siempre conectado. Compra el aparato de las dimensiones justas que necesites y asegúrate de comprar uno lo más eficiente posible, ya que el ahorro puede ser importante. Es imprescindible además que sea no frost, ya que la escarcha y el hielo elevan el consumo. La temperatura ideal es de 5º para la nevera y -18º para el congelador. Por último, un buen mantenimiento y limpieza regular contribuirá a que siga siendo tan eficiente como debería. Los mismos consejos sirven para otros aparatos como arcones y congeladores.
- **Horno y vitrocerámica:** La forma más eficiente de cocinar es usar el microondas o bien la placa de inducción, que son mucho más eficientes desde el punto de vista del consumo que la placa vitrocerámica tradicional o la cocina de gas. Usa siempre

el microondas para calentar pequeñas cantidades de alimento. Utiliza el calor residual apagando la fuente de calor un poco antes de lo necesario y procura usar ollas exprés y las tapas de cacerolas. Es importante abrir lo menos posible el horno para evitar grandes pérdidas de calor ya que volver a la temperatura inicial puede consumir mucha energía.

- **Lavavajillas y lavadora:** La mayor parte del gasto que realizar una lavadora es a la hora de calentar el agua, por lo que lo ideal es lavar con un buen detergente que actúe bien con agua templada o fría. Carga siempre bien la lavadora sin sobrecargarla, usa solo el detergente recomendado por el fabricante y centrifuga bien la ropa en vez de usar la secadora. Es recomendable adquirir una lavadora con temporizador para intentar ponerla en marcha en el período valle de la discriminación horaria, cuando la energía cuesta aproximadamente la mitad de dinero. En cuanto al lavavajillas, úsalo también siempre lleno y ten en cuenta que ahorra hasta un 40% que lavando a mano con agua caliente. Es bueno usar siempre que se pueda los programas rápidos y ECO que suelen ofrecer los electrodomésticos modernos.
- Hay que evitar dejar los **electrodomésticos en stand-by**, sobre todo los más antiguos. Usa una regleta para apagarlos completamente. En cuanto a los modernos también es muy recomendable para aparatos como consolas de videojuegos programadas para actualizarse y conectarse incluso estando apagadas.
- **Bombillas:** Se recomienda encarecidamente usar bombillas de ahorro de energía en vez de las incandescentes tradicionales, ya que el ahorro de electricidad puede ser de en torno al 80%. En concreto recomendamos apostar ya por las luces led (Si se dispone de bombillas de ahorro de energía que no sean led, se aconseja conservarlas y luego sustituirlas por led cuando se agoten). Hay que tener en cuenta que las luces de bajo consumo que no son led son altamente contaminantes y deben ser recicladas convenientemente en un punto limpio; por favor no las arrojes a la basura ni las rompas. Consulta una tabla de equivalencias (por ejemplo, una tradicional de 100 vatios equivale a una led de 15 y ahorra el 80%) para saber

qué potencia lumínica necesitas. Ten en cuenta igualmente que las bombillas led tienen su propia temperatura de color.

- **Apaga siempre las luces** de estancias así como cualquier otro electrodoméstico que no estés utilizando en ese momento sin excepciones, incluyendo los tubos fluorescentes.

Al realizar la optimización en [www.optimizador.es](http://www.optimizador.es) ajustaremos una serie de ajustes como evaluar si la potencia contratada es correcta, si puede contratar la tarifa de discriminación horaria y un largo etcétera...

## Los mejores trucos de ahorro en calefacción

- En este aspecto **es muy importante tener toda la casa bien aislada**, de forma que no se pierda calor ni entre frío a la casa. Algunas medidas para aislar el hogar son tan sencillas como instalar burletes en las ventanas, poner alfombras y cortinas o cerrar las persianas por la noche. También se deben cubrir bien las filtraciones de aire e instalar ventanas con perfil de PVC y cristales especiales que aíslen del exterior lo mejor posible.
- En cuanto a la **temperatura**, la ideal desde el punto de vista del ahorro es de entre los 20 y los 22 grados centígrados por el día y de los 15 a los 17 grados para dormir. Se estima que cada grado de más supone un aumento del gasto de un combustible del 7%. La temperatura ideal para el aire acondicionado es de 26 grados desde el punto de vista del consumo.
- El sistema más utilizado es el de gas natural para calefacción y además suele también ofrece servicios de agua caliente y la cocina de gas. Otros sistemas como el gasóleo o la calefacción eléctrica deben ser evitados en la medida de lo posible, ya que salen más caros. **Aún más eficiente que el gas natural es la bomba de calor**, pero es un sistema que "tira" de electricidad, que últimamente está subiendo mucho.
- A la hora de comprar una residencia o alquilarla, hay que tener en cuenta su **orientación** para procurar que tenga la mayor cantidad de horas de luz posible.

- Por otro lado, la casa debe contar con su **certificado de eficiencia** energética, que nos informará de su nivel de eficiencia con pelos y señales.
- **Mantén la caldera correctamente:** podrás evitar que el consumo se eleve hasta un 15%.

## Los mejores trucos de ahorro en agua

Los trucos clásicos de ahorro siguen siendo importantes:

- Ducharse en vez de bañarse. Una ducha consume entre 3 y 4 veces menos agua que el baño.
- Para calentar el agua lo más eficiente es instalar placas de energía solar.
- Evitarlos goteos en grifos.
- Usar lavavajillas y lavadoras cuando estén llenos y evita lavar a mano.
- Instala atomizadores en grifos que reduzcan el caudal.
- Instala dispositivos de ahorro en la cisterna del inodoro.
- Riega plantas y jardines solo cuando se haya ido el sol para evitar demasiada evaporación.

Estos consejos son importantes para ahorrar agua, pero aún lo son más para conservar el medio ambiente.

## Los mejores trucos de ahorro en móviles y ADSL

### Ahorrar en la compra del móvil

- El primer gran consejo es **comprar el móvil libre**, de forma que podamos aprovechar las mejores tarifas en un mercado muy cambiante y competitivo. Además, las necesidades de uso del móvil pueden ir cambiando con el tiempo, lo que es otro motivo para no contratar nunca ningún tipo de permanencia ni en el terminal ni en la tarifa.



- Salvo algunas excepciones, los modelos recién lanzados al mercado suelen ser una mala compra desde el punto de vista económico. Estar a la última tiene su precio, nunca mejor dicho. **La mejor relación calidad-precio la encontramos en la gama media o media-baja.**
- En este caso **no recomendamos tanto como en otros acudir a la segunda mano**, pues puede haber baterías que duran poco o incluso dispositivos robados que pueden acabar bloqueados.
- Es muy recomendable fijarse al comprar el móvil en el historial del fabricante en cuanto a actualizaciones del software y además, procurar que la batería se pueda cambiar con relativa facilidad.
- Algunas marcas de móviles chinos y otros que se comercializan exclusivamente online comienzan a ser opciones por las que apostar con seguridad y ahorrar varios cientos de euros con respecto a otras marcas más populares y asentadas.

## **Ahorrar en la tarifa de tu móvil**

- **Compara tarifas, pero con cuidado**, pues los comparadores tienen sus propios intereses y puede que no te faciliten muchas ofertas de empresas que no aceptan las condiciones para aparecer en sus rankings.
- **Contrata solo la voz y datos que necesites**, no más. Existen en el mercado empresas que ofrecen contratar solo los minutos de voz y datos que puedas necesitar de forma totalmente personalizada. Hazlo siempre sin compromiso de permanencia para aprovechar nuevas ofertas y promociones que puedan aparecer en el mercado.
- **Desconecta los servicios premium y las llamadas a números de tarificación especiales**, así como contestador y otros servicios similares que puedan suponer un aumento del precio al final del mes. Recomendamos hacerlo incluso si son gratis, pues la experiencia nos dice que al final, con el tiempo, esos servicios suelen acabar siendo de pago.
- Si no dispones de tarifa ilimitada de voz y/o datos, **bájate apps para controlar su consumo con alertas**, de forma que no te pases e incurras en aumento de la factura.

- Configura las actualizaciones de apps y sistema operativo para que se realice solo en zona wifi y conéctate siempre a wifi cuando se posible.

## Los mejores trucos de ahorro relacionados con el coche

### Conducción eficiente

El estilo de conducción no solo influye decisivamente en el consumo de carburante (se estima que se puede ahorrar en torno al 15%), sino que también puede provocar un mayor deterioro en el vehículo. Hay que tener en cuenta también que la conducción ineficiente también es muy nociva para el medio ambiente debido a las emisiones de CO2 que provoca en la atmósfera.

- **Arranque del coche:** Al arrancar el coche, no se debe pisar el acelerador y solo en el caso de los diésel es recomendable esperar unos segundos antes de iniciar la marcha. En ambos casos la temperatura ideal se alcanza circulando. Usar solo la primera marcha, que es la que más consume, para arrancar y cambiar lo antes posible.
- **Cambio de marchas:** En el caso de los vehículos de gasolina, el cambio de marchas óptimo se produce alrededor de las 2.000 revoluciones por minuto mientras que en los diésel es mejor hacerla a una 1.500 rpm. Las marchas largas a pocas revoluciones con el acelerador a medio pisar es lo que menos carburante consume. El Instituto para la Diversificación y Ahorro de la Energía (IDAE), dependiente del Ministerio de Industria, Energía y Turismo, aconseja poner la 3ª marcha a partir de unos 30 km/h, engrana la 4ª marcha a partir de unos 40 km/h y subir a quinta cuando se llegue a los 50 km/h.
- Después de cambiar, acelerar de forma ágil. En ciudad, siempre que sea posible, utilizar la 4ª y la 5ª marcha, respetando siempre los límites de velocidad. Es preferible circular en marchas largas con el acelerador pisado en mayor medida (entre el 50% y el 70% de su recorrido), que en marchas
- más cortas con el acelerador menos pisado.

- **Velocidad constante:** El mayor ahorro de gasolina se produce cuando se consigue circular a una buena velocidad de forma constante y uniforme, sin acelerones y deceleraciones bruscas. Esto se puede lograr manualmente o bien usando el limitador de velocidad. Una buena distancia de seguridad hará que consigamos realizar dicha conducción eficiente ya que podremos anticiparnos a frenazos y acelerones. En un tramo con pendiente descendente se recomienda engranar una marcha alta y dejar el coche descender por su propia inercia si apretar el acelerador, pero siempre en condiciones de seguridad.
- **Freno:** Para decelerar de la forma más eficiente posible es recomendable levantar el pie del acelerador y dejar que el freno motor actúe frenando así el coche suavemente. Lo ideal para ahorrar es frenar así usando el freno y evitar en lo posible engranar una marcha menor para conseguir mayor freno motor. Guardar la distancia de seguridad es también vital para frenar
- de forma más eficiente.
- **Paradas:** Se recomienda apagar el motor en interrupciones del tráfico que se prevea que duren más de 60 segundos. Los coches modernos de gasolina cuentan con un Sistema Start&stop, que apaga el coche cuando éste se encuentra parado y en punto muerto.
- **Aire acondicionado:** Puede provocar un gran consumo, de en torno al 20%. Hay que usarlo con moderación y mantener a 21-22 grados según la Dirección General de Tráfico (DGT). En cuanto al uso de ventanillas, si se abren afectan muy negativamente a la aerodinámica del coche provocando un aumento del consumo de alrededor del 5%, por lo que es mejor usar los dispositivos de aireación del vehículo.
- **Mantenimiento del coche:** Un mal mantenimiento del coche influye negativamente en el consumo de carburante y las emisiones contaminantes. Hay que mostrar especial atención a averías ocultas en el motor, control de niveles y filtros, la presión de los neumáticos y una mala distribución de la carga. Especialmente importante es el estado de las ruedas y su presión, ya que se estima que una de 0,3 bares por debajo de la recomendada aumenta el consumo en un 3%.

Por favor, tenga en cuenta que conducir de una forma eficiente produce además menos estrés en el vehículo y producirá lógicamente menores gastos de mantenimiento.

Un consejo final más relacionado con la carga: se estima que por cada 100 kg más de peso en el coche el consumo se eleva un 5% y que la baca puede aumentar el consumo entre un 2 y un 35% dependiendo del peso y la aerodinámica.

¡Ah! Y recuerda que en bajadas pronunciadas el consumo es casi inexistente si no se acciona el acelerador. Mucha gente desciende en punto muerto, pero esto además de innecesario es muy peligroso por las grandes velocidades que se pueden alcanzar sin el freno motor.

### **Prescinde del coche**

Puede parecer un consejo algo radical, pero muchos economistas recomiendan prescindir del coche privado. La razón es el alto coste que tiene en el momento de adquirirlo y en el mantenimiento, pues hay que contar financiación, intereses, seguro, gasolina, averías, multas, impuestos, peajes, zonas de estacionamiento regulado y otros costes de aparcamiento...

Nadie pone en duda que el transporte privado es muy cómodo, pero si contabilizamos todos sus gastos en su conjunto y los comparáramos con alternativas como la combinación de transporte público, compartido y taxi, probablemente más de uno cambiaría de idea.

Y si tienes que comprar un coche porque lo necesitas imperiosamente, ten en cuenta que en el momento de salir del concesionario con él, el coche pasa a valer automáticamente un 30% menos en el mercado de segunda mano. Es precisamente en este mercado donde podremos encontrar las mejores gangas. Existen muchos sitios recomendables y formas de asegurarse de que el coche que se adquiere está en buen estado.

### **Ahorra en el seguro del coche**

Una de las mejores manera de ahorrar en el seguro del coche sin ser un profesional del tema es usar los comparadores de seguros, pero hay que usarlos con cuidado, pues no cuentan con todas las aseguradoras del mercado y tampoco muchas de las más baratas.

Lo mejor es realizar tarificaciones gratuitas en todos los comparadores que se pueda y luego examinar el mercado en busca de esas aseguradoras que se niegan a usar este canal de promoción y que son novedosas en el mercado en calidad y precio.

Acto seguido hay que llamar, o dejar que a uno le llamen gratis, y **asegurarse de que los precios conseguidos en la web son realmente válidos**, pues a veces varían por diferentes circunstancias. Con este presupuesto, tenemos dos opciones: hablar con la actual aseguradora para que baje el precio o bien cambiarse.

**La correcta elección de coberturas influye directamente en el precio y debe ser revisada en cada renovación en busca de ahorro.**

Es importante revisar la calidad en la asistencia de la aseguradora elegida, pues el precio no debe ser el único factor a la hora de elegir.

### **Cuidado con las multas**

No es difícil que al volante, sin darnos cuenta, resultemos multados, pues existen muchas situaciones desconocidas para la gran mayoría de los conductores que pueden ser susceptibles de sanción.

Y, por otro lado, las carreteras españolas están llenas de radares que pueden multarnos con solo pasar la velocidad máxima de la vía en un 8%.

Recientemente la DGT, en su afán por demostrar que no tiene afán recaudatorio, ha publicado los lugares en los que se han instalado radares, por lo que es buen revisar esta información antes de realizar cada viaje.

Muchas gracias por tu atenta lectura. Recuerda que este ebook es solo el comienzo.  
¡Continúa con la optimización de facturas que ofrecemos en [www.optimizador.es](http://www.optimizador.es)!  
¡Esperamos tener noticias tuyas pronto! Estaremos encantados de asesorarse para que ahorres todo lo que puedas y puedas llegar mejor a fin de mes o darte ese capricho que siempre quisiste.