

eficiência energética para a sua casa



guia de
boas
práticas

O QUE É A EFICIÊNCIA ENERGÉTICA?

A eficiência energética consiste na utilização de menores quantidades de energia sem pôr em causa as atividades praticadas, o conforto e a qualidade de vida dos utilizadores.

As medidas de eficiência energética dividem-se em duas vertentes:

- Tecnológica (por exemplo, usar equipamentos mais eficientes);
- Comportamental (por exemplo, desligar as luzes quando não são necessárias).

A eficiência não é uma moda, é uma forma de estar.

COMO É QUE A EFICIÊNCIA ENERGÉTICA ME PODE AJUDAR?

Ao adotar comportamentos eficientes, poupa dinheiro enquanto ajuda a preservar o meio ambiente. A eficiência energética tem como objetivo reduzir o consumo de energia eliminando desperdícios e racionalizando o consumo, sem perda de conforto.

Assim, através de alterações simples de comportamento consegue-se reduzir o consumo de energia e com isso obter uma poupança económica.

Este folheto apresenta um conjunto de recomendações, consoante o tipo de utilização, que lhe vai permitir integrar a Eficiência Energética no seu dia a dia.

COMPORTAMENTOS

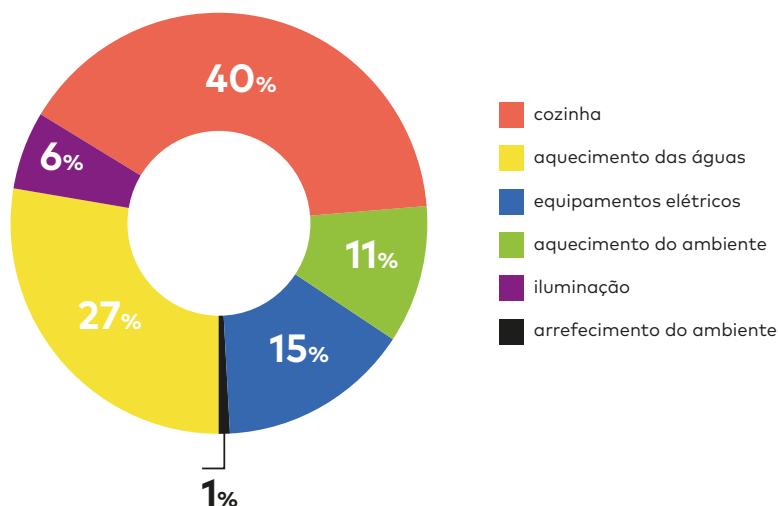
Para começar a integrar a eficiência energética no seu dia a dia, existe um conjunto de boas práticas que poderá adotar no imediato e sem qualquer custo.

Estas práticas exigem interiorização antes de entrar na sua rotina, mas ao adoptá-las estará a ajudar o meio ambiente e a poupar na sua fatura energética.

- Aproveite ao máximo a luz solar;
- Prefira as escadas ao elevador: poupa energia elétrica e, ao mesmo tempo, faz exercício;
- Desligue as lâmpadas sempre que não sejam necessárias;
- Regule a exposição à luz solar, maximizando a entrada no inverno e evitando-a no verão, com o recurso, por exemplo, a persianas e toldos;
- Evite ligar a climatização em zonas da casa que não estão a ser usadas;
- Quando tiver o equipamento de climatização ligado, mantenha as portas e janelas fechadas;
- Reduza o número de vezes que abre a porta do frigorífico e optimize o tempo de abertura;
- Deixe os alimentos arrefecerem antes de os colocar no frigorífico;
- Utilize o micro-ondas preferencialmente para refeições pequenas e de fácil preparação;
- Desligue os equipamentos no botão ou na tomada, não os deixe em standby;
- Utilize o sol e o vento para secar a roupa sempre que possível, é a melhor forma de poupar energia;
- Evite imprimir documentos, está a poupar energia, papel e tinteiros.

CONSUMO DE ENERGIA

DISTRIBUIÇÃO DAS DESPESAS COM ENERGIA NO ALOJAMENTO POR TIPO DE UTILIZAÇÃO¹



A Cozinha inclui:

- Fogão com forno, Placa e Forno independente;
- Fogareiro e Lareira;
- Micro-ondas;
- Exaustor/extrator;
- Frigorífico (com e sem congelador), Combinado e Arca congeladora;
- Máquina de lavar loiça, Máquina de secar roupa e Máquina de lavar roupa.

Os Equipamentos Elétricos incluem:

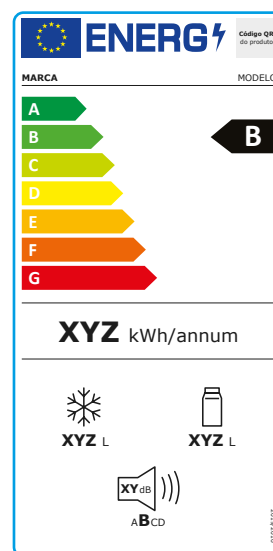
- Aspirador e Aspiração central;
- Ferro de engomar, Máquina de engomar;
- Desumidificador;
- Televisão, Rádio, Aparelhagem, Leitor de DVD, Computador, Impressora e Impressora/Fax.

1. Fonte: INE/DGEG - Inquérito ao Consumo de Energia no Sector Doméstico (2010)

ETIQUETA ENERGÉTICA

A etiqueta energética permite identificar quais os equipamentos com maior eficiência energética. A etiqueta energética é a mesma em todos os Estados-Membros da UE27, sendo específica de cada produto, mas com elementos comuns a todas:

- Nome do fornecedor ou marca e identificação do modelo;
- Setas coloridas: distinguem os produtos mais eficientes (verde escuro, A) dos menos eficientes energeticamente (vermelho, G);
- Consumo anual de energia em kWh;
- Pictogramas: características e desempenhos, próprios de cada categoria de produtos.



ILUMINAÇÃO



- Opte por lâmpadas LED de elevada classificação energética (A+ ou superior);
- Mude de lâmpadas incandescentes para LED, permite ganhos de eficiência energética na ordem dos 85%;

- Pode ainda instalar, se possível, sensores de movimento.

Quando substituir a sua lâmpada, mantenha a cor da luz para ter a mesma sensação de conforto e opte pelo mesmo formato e casquilho, para ter a mesma estética.

CLIMATIZAÇÃO



- Fixe a temperatura de climatização para 24°C a 26°C no verão e 18°C a 20°C no inverno;
- Comece por apostar em soluções de isolamento eficaz e de sombreamento de ajuste sazonal;
- Calafete as portas e janelas de casa;
- Opte por equipamentos de climatização de uma classe de eficiência mais elevada (até A+++);
- Instale, se possível, sensores de temperatura e unidades de gestão da climatização.

ELETRDOMÉSTICOS



- Opte por eletrodomésticos de elevada classificação energética (até A+++);
- Utilize fornos com convecção, minimizando tempos de confeção e consumo energético;
- Use as máquinas (louça e roupa) com a carga máxima indicada pelo fabricante para cada programa, sem sobrecarregar;
- Regule o compartimento do frigorífico para +5°C e do congelador para -18°C;
- Opte por uma placa de indução, mais rápida e eficiente;
- Selecione o programa de lavagem de acordo com o tipo de louça/roupa e a sujidade.

OUTROS EQUIPAMENTOS



MULTIMÉDIA

- Escolha equipamentos de informática com símbolos Energy Star;
- Prefira monitores LED ou LCD de elevada eficiência energética;
- Utilize multtomadas com interruptor ou controladas por comando, ou tomadas inteligentes.

AQUECIMENTO DE ÁGUAS

- Opte por termoacumuladores com elevada classificação energética (até A+++);
- Prefira termoacumuladores elétricos com termostato ou controlo horário.

CERTIFICADO ENERGÉTICO



O Certificado Energético de edifícios é feito por fração, contendo:

- Identificação, indicadores de desempenho e classe energética, distinguindo os mais eficientes (verde, A+) dos menos eficientes energeticamente (vermelho, F);
- Medidas de melhoria (com custos e benefícios) e recomendações;
- Indicadores e soluções construtivas;
- Comportamento térmico, perdas e ganhos de calor.

É obrigatório, por exemplo, em: edifícios novos, sujeitos a grandes intervenções de reabilitação e para contratos de venda e locação. O certificado energético deve ser um aspeto relevante a levar em consideração no momento da aquisição/ arrendamento de uma nova habitação.



Para mais informações e detalhe, consultar a ADENE www.adene.pt.

FAQ



COMO SEI QUE JÁ ESTOU A POUPAR OU COMO POSSO CONTROLAR/MEDIR A MINHA POUPANÇA ENERGÉTICA?

Ao adotar comportamentos mais eficientes, vai começar a observar uma redução na fatura de eletricidade. Certifique-se de que os comportamentos eficientes estão a ser adotados por todos os residentes da sua habitação.

Deve estar atento à evolução do consumo, registando os quilowatts-hora indicados no seu contador, com regularidade (semanalmente ou mensalmente). A poupança real só consegue ser efetivamente notada ao longo de um período anual.

QUE POTÊNCIA É A MAIS ADEQUADA PARA O MEU CONSUMO?

A potência a contratar deverá ser superior ao somatório das potências dos equipamentos que funcionam em simultâneo (com especial atenção para os mais potentes), devendo ser aconselhado por um técnico especializado.

QUE TARIFÁRIO É O MAIS ADEQUADO ÀS MINHAS NECESSIDADES?

O fornecimento de eletricidade em baixa tensão normal pode ser feito através de tarifas simples, bi-horárias e tri-horárias. A escolha da tarifa mais adequada à utilização é fundamental para reduzir os custos da energia elétrica. Em baixa tensão especial, apenas é possível a escolha do ciclo horário diário ou semanal.

Para mais informações, pode consultar a ERSE | www.erse.pt.