

Hoja de trabajo de la lista de comprobación del uso de energía

Hábitos de consumo de energía	Estimación	Real
Nevera		
Si tienes nevera, ¿cómo está de llena? (vacía, 25 %, 50 %, 75 % o 100 %)		
Número de veces que se abre al día		
¿Con qué frecuencia metes comida caliente en la nevera?		
Congelador		
Si tienes congelador, ¿cómo está de lleno? (vacío, 25 %, 50 %, 75 % o 100 %)		
Número de veces que se abre al día		
Lavavajillas		
Si tienes lavavajillas, número de veces que se utiliza a la semana		
Número de veces que se utiliza el ajuste de ahorro de energía por semana		
Lavadora		
Si tienes lavadora, número de cargas a la semana		
Número de veces cargas con agua fría		
Número de cargas pequeñas o parciales a la semana		
Secadora		
Si tienes secadora, número de cargas secadas a la semana		
Calefacción y Refrigeración		

Si tienes termostato y calefacción, ¿a qué temperatura está ajustado el termostato?		
Si tienes termostato y aire acondicionado, ¿a qué temperatura está ajustado el termostato?		
¿Dejas puertas o ventanas abiertas cuando la calefacción o el aire acondicionado están encendidos?		
¿Con qué frecuencia utilizas ventiladores o abres las ventanas para refrescar tu casa?		
¿A qué temperatura está ajustado el calentador de agua?		
Luces y bombillas		
Número de bombillas incandescentes en tu casa (las bombillas incandescentes son un tipo de bombilla más antiguo. La mayoría tienen en su interior filamentos de alambre finos que se iluminan).		
Número de bombillas de tu casa		
¿Cuántas horas al día está encendida una luz eléctrica en una habitación en la que no hay nadie?		
Carga fantasma		
Número de dispositivos de carga fantasma que se mantienen enchufados (la carga fantasma es la energía que consumen los objetos que se mantienen enchufados, y puede incluir televisores, computadoras, videoconsolas, impresoras, cargadores y otros artículos).		
Otras ideas		

¿Qué otras cosas se te ocurren para investigar el uso de recursos en tu hogar? Enuméralas aquí:		
---	--	--

Ideas para ahorrar energía:
