

Guía para reducir tu vulnerabilidad energética

Un hogar se puede ver ante la dificultad de pagar las facturas de luz y gas del hogar si se ve obligado a asumir un esfuerzo excesivo para su pago. La crisis económica, los precios y la ineficiencia energética de nuestros hogares, pueden provocar que nos veamos incapaces de asumir su pago, corramos el riesgo de quedarnos sin suministro o habitar en una vivienda con unas condiciones que no protejan nuestra salud.

Ante esto, podemos adoptar una serie de consejos, algunas de ellos sin coste alguno para el hogar

1. Tanto el mercado de la luz como el del gas está liberalizado y **puedes elegir la comercializadora** que más te interese y que te ofrezca unas mejores condiciones. ¿Dónde puedo mirarlo? La web de la Comisión Nacional de Mercados de la Competencia nos ofrece la posibilidad de comparar precios y escoger la comercializadora que mejor se adapte a nuestras necesidades, valorando también aquellas opciones que garantizan energía renovable:
<https://comparadorofertasenergia.cnmc.es/comparador/index.cfm?js=1&e=N>. Mantendrás el mismo servicio y aunque no mejorarás la eficiencia energética podrás reducir el esfuerzo que realizado para el pago de tus facturas.
2. **Revisa las tarifas contratadas y los aspectos de tus facturas de suministro de la energía.** Por ejemplo, debes revisar si tienes servicios adicionales contratados (por ejemplo revisiones anuales, seguros, alquiler de equipos, etc.) que están incrementando mensualmente la factura y que quizás no necesites. También puedes observar si tienes sólo un tramo horario de tarificación o varios (discriminación horaria con un periodo en el que el consumo es más barato y otro/s en el que es más caro) y analiza si estás consumiendo más en las horas más baratas o si podrías optimizar cambiándolo.
3. **En el contrato de la luz** debes analizar si puedes **bajar la potencia contratada** y ajustarla a la que realmente necesitas (lo puedes evaluar conociendo la potencia de cada uno de los electrodomésticos y estimando el momento en el que necesites tener una mayor potencia en funcionamiento simultáneamente). Este es el término fijo de la factura y siempre lo tendrás que pagar, aunque no consumieses nada ese mes. www.bajatelapotencia.org.
4. **Infórmate para saber si puedes acogerte al bono social.** Los hogares con todos los miembros en paro, con una potencia contratada inferior a 3kW, con mayores de 60 años que estén percibiendo pensiones mínimas o las familias numerosas pueden beneficiarse de él siempre que sea su vivienda habitual y estén en lo que se conoce como mercado regulado. Infórmate y si estás en alguno de estos supuestos, solicita el bono social eléctrico. Consulta los supuestos y solicítalo a tu compañía si estás entre ellos <http://www.minetur.gob.es/energia/bono-social/Paginas/bono-social.aspx> Con él conseguirás un **descuento en la factura eléctrica de un 25%**.
5. **Cambia tus hábitos.** Puedes aprovechar el calor residual si tienes cocina eléctrica, protegerte del frío bajando las persianas por la noche o ventilando un tiempo limitado y en las horas centrales. También puedes protegerte del calor en verano con el uso de toldos o aprovechando la ventilación

cruzada durante la noche, adecuar las horas de uso de ciertos electrodomésticos para evitar el uso simultáneo de muchos de ellos y así poder bajar la potencia contratada, etc. Con estas y otras medidas, que sólo exigen cambios de hábitos, reducirás el esfuerzo para el pago de las facturas y/o mejorarás el confort a coste cero.

6. **Ten en cuenta los usos y elementos que generan un mayor consumo** energético en tu vivienda. Aunque siempre actúes bajo la premisa de que “la mejor energía es la que no se consume”, la climatización y el agua caliente sanitaria pueden suponer hasta el 75% del consumo energético de una vivienda, por lo que toda acción que puedas emprender para reducir la demanda de estos dos usos, se notará mucho más en tu factura. Otro ejemplo son los electrodomésticos; aunque no sea el que más consume de forma instantánea, el frigorífico es el electrodoméstico que está en funcionamiento las 24 horas al día los 365 días del año.
7. **Mejora la eficiencia energética de tu hogar y tu confort.** En esta línea tienes multitud de opciones, desde adoptar medidas de microeficiencia energética, de muy bajo coste aunque con impacto limitado (instalar burletes en los marcos de las ventanas, poner cortinas gruesas para protegerte del frío, colocar un elemento reflexivo tras los radiadores, regletas para eliminar consumos fantasmas, etc.) hasta optar por medidas mucho más óptimas, aunque más caras, como son las basadas en reducir la demanda energética de tu edificio (poniendo aislamiento en la fachada y/o cubierta de la vivienda, en la cámara de aire o en el interior del hogar, instalando ventanas con rotura de puente térmico, etc.). Reducirás el esfuerzo en el pago de la factura y con algunas de estas medidas como la incorporación de aislamiento térmico, además, mejorarás tu confort.
www.pobrezaenergetica.info
8. **Consulta las ayudas existentes para medidas de mejora de la eficiencia energética** que ofrezcan organismos estatales, autonómicos y/o locales. Quizás puedas beneficiarte de ellas y apostar por la mejora de la eficiencia energética.
9. **Ten en cuenta la eficiencia energética** a la hora de realizar tus compras. El etiquetado energético de electrodomésticos, bombillas, equipos e instalaciones pueden ayudarte a esta decisión. Adquiriendo los más eficientes reducirás el esfuerzo que realizas para pagar las facturas y tendrás el mismo confort que antes, beneficiando también al planeta. También los edificios en venta o alquiler deben contar con el **certificado de eficiencia energética**, información que te podrá ayudar a decidir la vivienda donde vayas a vivir.
10. Si adoptando alguno o varios de estos consejos no estás pudiendo asumir su coste, **acude a los servicios sociales de tu ayuntamiento.** Ellos analizarán tu caso y te indicarán cómo puedes acogerte a los convenios que la comunidad autónoma tiene con algunas comercializadoras de la energía para evitar que te corten los suministros de luz y/o de gas. También algunas ONG asistenciales podrán prestarte ayuda.