

## Estalviem energia a la cuina

La cuina és un dels espais amb més activitat de la casa. És on es prepara el menjar i, molt sovint, el punt de trobada de tota la família i, fins i tot, els convidats de confiança acudeixen a la cuina quan venen a dinar o a sopar. Lloc de vida i també de consum energètic de la casa, tots els electrodomèstics que hi ha són aparells que consumeixen força energia.

Posem per cas a la nevera, tot i que la potència del frigorífic i congelador no és massa important, el fet de que funcionin de forma ininterrompuda les 24 hores del dia fa que, contràriament al que pensem, sigui l'electrodomèstic que més energia consumeix a la llar, quasi una tercera part del consum de tots els electrodomèstics. A la cuina també hi tenim la cuina i el forn, siguin elèctrics o de gas, són els electrodomèstics que més activitat calorífica produeixen i entre tots dos suposen més del 15% del consum. Tampoc podem deixar de banda al rentavaixelles, que pot suposar un 6% del consum. Com tampoc a tots els altres aparells elèctrics que tenim a la cuina, que entre els uns i els altres també tenen incidència en la nostra factura final.

### Bons aparells i un bon ús, claus de l'estalvi

Veiem doncs que a la cuina es concentra una bona part del nostre consum energètic i és allà on podem fer estalvis. Una bona mesura és disposar d'aparells eficients, és a dir, aparells que tinguin una etiqueta que els qualifiqui com "A" o més. Ara bé, amb una bona etiqueta no n'hi ha prou, cal utilitzar els electrodomèstics d'una manera adequada i eficient. Per exemple, graduar la nevera a la temperatura adequada. Es recomana tenir el frigorífic a una temperatura entre 4 i 5°C i el congelador a - 18°C. El simple gest de baixar un grau la temperatura pot comportar que el consum s'incrementi en un 6%. El mateix ens podem plantejar amb la cuina i el forn, aprofitant al màxim la seva capacitat, tancar les olles per escalfar més ràpidament el seu interior i estalviar-nos així fins a un 25% d'energia; no obrir el forn durant la



coccí, aprofitar l'escalfor romanent i tancar els fogons abans de completar el cuinat i moltes altres precaucions d'estalvi, són mesures ben senzilles que ens aporten un estalvi interessant.

Si alguns d'aquests electrodomèstics ja tenen un llarg temps en servei o estan obsolets, segur que són molt poc eficients i és interessant de renovar-los i substituir-los per altres de nous molt més eficients. En el moment que decidim renovar algun electrodomèstic hem d'anar en compte i escollir aparells d'alta eficiència, els quals malgrat puguin resultar una mica més cars en el moment de la compra, ens permetran amortitzar molt aviat aquest sobre cost i fer estalvis en el futur, i al mateix temps ens donaran molt millors prestacions. La pàgina [www.icaen.cat](http://www.icaen.cat) té una interessant aplicació que ens pot resultar molt útil a l'hora de comparar els diferents electrodomèstics i, abans de decidir-nos, tenir clares les possibles opcions. Tinguem present que tots els electrodomèstics de la cuina disposen d'etiqueta energètica. Una etiqueta que qualifica, mitjançant una lletra, el seu consum energètic o eficiència. Hi ha 10 categories que van des de la "A+++" fins a la "G", els aparells amb qualificació "A+++" tenen un consum elèctric inferior al 24% de la mitjana dels aparells equivalents, en canvi els aparells amb una etiqueta "G" són els que més consumeixen.