



**SIERRA  
CLUB**  
FOUNDED 1892

## *Lista de Consejos para Hacer Su Hogar Más Natural*

### *En Toda la Casa - Cuarto de Controles*

- Instale un termostato programable. La temperatura en invierno debe ser 68° F, y 60° F o menos mientras duerme. En el verano, fije el aire acondicionado a no menos de 78° F.
- Ajuste el hidrostato del su calentador de agua a 120° F.
- En calentadores viejos, instale una manta aislante en el tanque y aisle las tuberías.
- Considere instalar un calentador de agua del tipo *Energy Star* (los que cumplen con normas de alta eficacia). En el mejor de los casos, compre un calentador llamado "flash" (también llamado "on-demand" o "sin tanque") o un sistema de calentador de energía solar.
- Chequee el aislamiento en el ático, el sótano y las paredes de su casa. ¿Son los adecuados?
- Selle cualquier hueco en las paredes. Preste especial atención a los terminales de las tuberías, los ventanales y los enchufes de sistemas de iluminación.
- Selle los conductos para asegurarse de cumplir con las normas de eficacia más exigentes.
- Mantenga limpios los filtros de calefacción y aire acondicionado.
- Instale sellado térmico en ventanas y puertas por donde se cuele el aire.
- Reemplace ventanas de un solo panel con ventanas de doble panel diseñadas para el tipo de clima de su localidad.

### *Sala de Estar - Baños - Sala Familiar*

- Considere instalar ventiladores de techo.
- Use cortinas, visillos y persianas para lograr aislamiento y sombra.
- Use las luces cuando hagan falta, no cuando sirvan sólo de decoración.
- Cambie sus bombillos convencionales por bombillos incandescentes, especialmente en las lámparas que más use.
- Apague las luces cuando no las necesite, o considere instalar luces de prendido y apagado automático donde sea apropiado.

### *Baños*

- Instale duchas y grifos de alta presión para reducir el consumo de agua.
- Dúchese en lugar de bañarse.
- No use el ventilador del baño más de lo necesario.

### *Cocina*

- Siempre compre electrodomésticos del tipo *Energy Star*.
- Use las funciones de ahorro de energía de los lavaplatos. (No use el lavaplatos sólo para secar los platos.)



SIERRA  
CLUB  
FOUNDED 1892

- Úselo sólo cuando esté lleno.

#### *Oficina en el Hogar*

- Considere usar una computadora portátil en lugar de una convencional.
- No compre un monitor más grande de lo que necesite.
- Programe su computadora para que descanse cuando no la necesite.
- Apague la computadora y los aparatos periféricos cuando no los necesite.
- Apague las impresoras y copiadoras cuando no las necesite ya que consumen grandes cantidades de energía incluso cuando no se utilizan.

#### *Patios*

- Use luces de alta eficiencia fuera de la casa.
- Si puede, instale luces activadas por el movimiento.

#### *Lavandería*

- Compre electrodomésticos del Tipo *Energy Star*. En general, las lavadoras que se cargan desde el frente son más eficaces que las que se cargan desde arriba.
- Lave y aclare la ropa en agua fría o, si no tiene más remedio, tibia.
- Lave cargas de ropa completas, y si debe lavar menos ropa, ajuste los niveles de agua.
- Instale y use una cuerda o pita para colgar la ropa lavada.

#