

# Ficha 1



GERENCIA DE ATENCION PRIMARIA  
DEL AREA DE SALUD DE GRAN CANARIA



## Consumo de energía

Un mínimo esfuerzo por cada uno de nosotros sería suficiente para reducir la contaminación y nuestra huella de carbono, además de conseguir un entorno más saludable.

El efecto invernadero, causante del calentamiento global, es uno de los más graves impactos ambientales del momento y se produce por la acumulación de CO<sub>2</sub> en la atmósfera. Cada vez que se acciona un interruptor se contribuye al mismo, por lo tanto somos responsables de forma indirecta de las emisiones de las centrales térmicas generadoras de electricidad.

- 👍 Debemos evitar el uso innecesario y excesivo del alumbrado, apagando las luces cuando no se estén utilizando, incluso durante periodos cortos y especialmente cuando terminemos nuestra actividad.
- 👍 Siempre que sea posible utilizaremos la luz natural.
- 👍 Cuando hagamos paradas cortas, de unos 10 minutos, apagaremos la pantalla del monitor, ya que es la parte del ordenador que más energía consume. Para paradas de más de una hora lo apagaremos por completo.
- 👍 Ajustando el brillo de la pantalla a un nivel medio se ahorra entre un 15-20% de energía.
- 👍 Siempre que puedas, trata de acumular lo que tengas que imprimir y/o fotocopiar. Con los continuos encendidos y apagados de los equipos incrementamos notablemente el consumo.
- 👍 En la mayoría de las ocasiones podemos imprimir o fotocopiar documentos en calidad borrador, por ambas caras y/o con dos páginas por cara, o incluso utilizar el formato digital. Con estas medidas además de energía ahorraremos tiempo.
- 👍 Si tenemos climatización en nuestro centro, es importante regular adecuadamente la temperatura a unos niveles óptimos, para mantener el confort y evitar consumos de energía innecesarios. Una temperatura de 24° en verano es suficiente. Poner el termostato un grado por debajo supone un incremento del consumo de un 10%.
- 👍 Recuerda mantener puertas y ventanas cerradas mientras funcionan los equipos de climatización.
- 👍 No hay que olvidar apagar los sistemas de calefacción o de aire acondicionado de las salas no ocupadas.