

### Come tagliare i consumi di luce e gas: pochi accorgimenti per massimizzare il risparmio

**Con i costi dell'energia elettrica e del gas naturale in costante crescita, diventa necessario valutare tutte le opzioni a disposizione per alleggerire le bollette evitando gli sprechi e ottimizzando l'uso dell'energia. Bastano pochi accorgimenti, infatti, per alleggerire le bollette: SOStariffe.it ha elaborato l'elenco dei migliori consigli utili a razionalizzare i consumi di luce e gas.**

**Le bollette di luce e gas sono sempre più alte.** Alla base di questa tendenza ci sono i forti rincari registrati dai prezzi di luce e gas per i clienti finali già nel corso del secondo semestre del 2021. Da inizio 2022, inoltre, **le quotazioni delle materie prime energetiche** hanno raggiunto **valori record** causando un'ulteriore stangata in bolletta per le famiglie e le imprese. Gli interventi del Governo hanno solo attenuato i rincari.

Per difendersi dalla crisi del settore energetico ci sono due modi. Il primo è quello di **tagliare il costo dell'energia** scegliendo le migliori [offerte luce e gas](#) del **Mercato Libero**. Il secondo, invece, passa per un **taglio dei consumi**. Questa strada è percorribile da tutte le famiglie che hanno la possibilità di ottimizzare il modo in cui sfruttano luce e gas. **SOStariffe.it** ha individuato alcuni **semplici consigli** da mettere in pratica per **minimizzare i consumi di luce e gas**, eliminando gli sprechi e senza fare rinunce.

### Gli utenti italiani tagliano i consumi per alleggerire le bollette

La scelta di **tagliare i consumi** come strumento di **difesa dalla crisi del mercato energetico** e dall'aumento dei costi di luce e gas è già stata attuata da molte famiglie italiane. Secondo i **dati raccolti dall'Osservatorio SOStariffe.it nel mese di febbraio 2022**, in media, si registra un **leggero calo dei consumi di luce e gas** per le famiglie italiane rispetto ad ottobre del 2021 quando il tema degli aumenti in bolletta iniziò a diventare di attualità. Il calo è ridotto (-1% per l'energia elettrica e -4% per il gas naturale) ma rappresenta una conferma di un trend che spinge i consumatori italiani verso un taglio dei consumi ed un uso attento dell'energia.

### Risparmiare riducendo i consumi: bastano piccoli accorgimenti quotidiani

Il taglio dei consumi di luce e gas non deve essere ottenuto, semplicemente, rinunciando ad utilizzare l'energia necessaria nella vita quotidiana. Con una serie di **piccoli accorgimenti**, infatti, è possibile ottimizzare il modo in cui si utilizzano gli elettrodomestici ed i sistemi di riscaldamento e, in vista della prossima estate, raffrescamento di casa per ridurre gli sprechi e, quindi, i consumi di luce e gas. Bastano semplici gesti quotidiani ed un po' di attenzione per alleggerire la bolletta senza fare sacrifici e rinunce.

## 1. L'importanza dell'efficienza energetica

Il primo elemento da considerare è l'**efficienza energetica**. Si tratta di un parametro centrale per raggiungere l'obiettivo di un utilizzo corretto ed ottimizzato dell'energia. Scegliere soluzioni ad alta efficienza è fondamentale per evitare sprechi ed ottenere gli stessi risultati consumando meno energia. Puntare sull'efficienza significa ridurre i consumi a parità di utilizzo.

Quando si acquista un nuovo elettrodomestico, ad esempio, il primo elemento da analizzare è la sua "**classe di efficienza energetica**", indicata sull'apposita etichetta che il produttore deve allegare al suo dispositivo. In quest'etichetta viene indicata la classe energetica che rappresenta un'indicazione precisa in merito all'efficienza dell'elettrodomestico. Viene fornito anche un dato relativo al consumo di energia annuo per un utilizzo medio che può rappresentare un parametro da considerare per valutare l'impatto in bolletta.

## 2. Non sottovalutare il consumo legato all'illuminazione

Scegliere l'efficienza energetica è essenziale anche per il **sistema di illuminazione**. Puntando su soluzioni a LED è possibile ridurre fino a 5 volte i consumi rispetto alle tradizionali lampadine a incandescenza. Le lampadine LED, inoltre, hanno un ciclo di vita più lungo rispetto ad altre soluzioni meno efficienti. Oltre ai consumi, quindi, si riducono i costi ed i tempi di manutenzione. Evitare di lasciare le luci accese inutilmente è un consiglio sempre valido per mantenere un comportamento giusto mirato al contenimento degli sprechi.

## 3. Anche lo stand-by incide sulle bollette

Un altro dettaglio a cui prestare attenzione per ridurre i consumi e, soprattutto, gli sprechi è rappresentato dalla funzione **stand-by degli elettrodomestici**. Lasciare in stand-by un dispositivo per ore o per giorni, senza utilizzarlo, può comportare un piccolo consumo di energia elettrica che, ripetuto costantemente nel tempo e moltiplicato per il numero di elettrodomestici in stand-by, può avere un impatto significativo in bolletta.

In un periodo in cui il costo dell'energia è alle stelle, il rischio è di ritrovarsi a fine anno a spendere decine di euro in più per via del consumo registrato dai propri elettrodomestici in stand-by. In media, un elettrodomestico in stand-by consuma intorno ai 50 kWh all'anno (con valori più elevati per dispositivi come il TV o lo stereo e molto più bassi per il caricabatterie o il telefono cordless).

## 4. Come ridurre il peso del riscaldamento sulla bolletta del gas in vista del prossimo inverno

Anche se i mesi più freddi dell'anno sono alle spalle, la questione del **riscaldamento** resta un tema attuale e, in ottica futura, rappresenta un aspetto importante per quanto riguarda il risparmio e il taglio dei consumi.

Utilizzare con attenzione il riscaldamento è un aspetto necessario per ottenere un taglio dei consumi. Bastano pochi accorgimenti per risparmiare senza rinunciare a riscaldare casa.

Ridurre di un grado la “**temperatura obiettivo**” da raggiungere in casa permette di ottenere **un risparmio tra il 5% ed il 7%** sui consumi annui di gas legati al riscaldamento. Durante l’inverno, infatti, non serve superare una temperatura di 16-20° C in casa. Oltre questa soglia, i consumi cresceranno in modo esponenziale. È, inoltre, importante effettuare sempre gli interventi di **manutenzione** per l’impianto (caldaia e termosifoni) per mantenere un’efficienza elevata ed evitare dispersioni di calore verso l’esterno.

Affidandosi ad un **termostato con timer** è possibile gestire al meglio i tempi di accensione e spegnimento e regolare il riscaldamento per massimizzare l’efficienza e ottimizzare i consumi. Installando **valvole termostatiche** si potrà regolare il calore dei singoli termosifoni andando, quindi, a ridurre la temperatura (e il consumo di gas) nelle stanze di casa che non vengono utilizzate.

## 5. L’estate è vicina: gli accorgimenti per ridurre l’impatto del condizionatore in bolletta

In vista dell’estate (periodo che sarà, molto probabilmente, caratterizzato da un costo dell’energia elettrica ai massimi storici), diventa fondamentale utilizzare i sistemi di raffrescamento nel modo giusto. **Per tagliare i consumi del condizionatore** è necessario **impostare la temperatura corretta**. È importante non esagerare. **La differenza di temperatura tra interno e esterno non dovrebbe superare gli 8-10° C.**

Il consumo di elettricità, oltre questa differenza, aumenta in modo esponenziale. Può essere utile, inoltre, **alternare l’utilizzo del condizionatore con un ventilatore da soffitto** che consuma molta meno energia e garantisce un buon rinfrescamento. Piccoli accorgimenti nell’utilizzo del condizionatore possono, inoltre, fare la differenza in termini di consumi: raffreddare solo le stanze in cui ci si trova, installare il condizionatore nella posizione giusta, effettuare una manutenzione periodica e pulire i filtri dell’aria.

Utilizzando un timer, inoltre, sarà possibile **programmare gli orari d’accensione** e evitare sprechi di energia. Nella scelta del condizionatore, inoltre, è opportuno affidarsi a **dispositivi ad alta efficienza energetica** e dotati di tecnologia **Inverter** in modo da massimizzare l’efficienza. Migliorando l’isolamento termico di casa sarà possibile prevenire fuoriuscite di aria fredda verso l’esterno.

## 6. Attenzione ai consumi di energia per l’acqua calda

**Riscaldare l’acqua** comporta un **dispendio energetico notevole**. La soluzione più efficiente è rappresentata dalla possibilità di sostituire lo **scaldabagno elettrico** con uno a gas oppure, se possibile, ricorrendo ad un sistema solare termico. Per regolare correttamente la temperatura dell’acqua è importante selezionare il

termostato a **45° C durante l'estate** e a non più di **60° durante l'inverno**.

Fare la doccia invece che il bagno consente di consumare meno acqua ed anche meno energia (utilizzata per riscaldare l'acqua in eccesso). Una doccia di 5 minuti può dimezzare il consumo d'acqua e di energia necessaria per scaldarla. Evitando di far scorrere l'acqua calda inutilmente, inoltre, si può ottimizzare ancora di più il consumo di energia. Per le famiglie numerose, i consumi energetici legati all'acqua calda si moltiplicano e adottare comportamenti corretti è fondamentale per ottimizzare i consumi.

Per maggiori informazioni:

Alessandro Voci

Tel+39.340.53.96.208

E-mail: [ufficiostampa@sostariffe.it](mailto:ufficiostampa@sostariffe.it)

Skype: sostariffe