



COMUNICACIÓN Y ENTRETENIMIENTO

COMUNICACIÓN Y ENTRETENIMIENTO

1



Desconecta los aparatos electrónicos cuando no los utilices.



2



Si no vas a utilizar tu televisor o computadora durante un periodo mayor a media hora, apágala o utiliza el modo de suspensión para que la pantalla o el monitor no consuman energía.



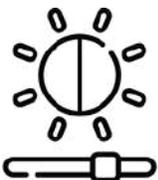
3



En la mayoría de los aparatos electrónicos (televisores, laptops, PC y *tablets*), encontrarás una opción de ahorro de energía en la configuración. ¡Actívala!



4



En teléfonos, pantallas y *tablets* activa la configuración de brillo automático para ajustar la luz de la pantalla.



5



Activa el modo "ahorro de energía" en tu teléfono celular; con ello, mejora el consumo de batería y se evita el sobrecalentamiento al cambiar la velocidad de procesamiento.



6



Desactiva el GPS, WI-FI y Bluetooth en tu teléfono celular cuando no sean indispensables. Estas herramientas consumen grandes cantidades de energía y datos.



7



Otras acciones de ahorro de energía en los teléfonos celulares incluyen minimizar la cantidad de notificaciones, reducir el tiempo de espera de la pantalla, desactivar funciones innecesarias y cerrar aplicaciones no utilizadas.



8



Al escuchar música a bajo volumen, elige un dispositivo que requiera menos potencia eléctrica. La potencia promedio de un equipo de sonido es de 80 Watts, la de una grabadora es de 30 Watts y la de un radio con reloj de sólo 10 Watts.



9



El consumo de energía varía significativamente entre utilizar una televisión grande con un equipo de sonido potente y usar una tablet o laptop con audífonos personales. Si es posible, utiliza los aparatos más pequeños.



10



En las vacaciones, o durante periodos largos en los que no estarás en casa, apaga y desconecta todos los equipos electrónicos y reguladores. Además de ahorrar energía, evitarás accidentes.



11



Las impresoras son equipos de alto consumo de energía. Imprime sólo lo indispensable, con ello ahorras energía, papel y otros consumibles que dañan el medio ambiente.



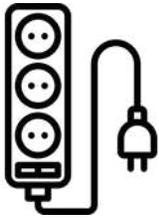
12



Si utilizas reguladores de voltaje, es importante que también los apagues y desconectes cuando ya no utilices los equipos.



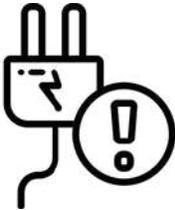
13



Analiza la necesidad de utilizar una fuente de alimentación ininterrumpible, como pueden ser los *No Break* o *UPS*, ya que no todos los equipos la requieren. Considera que un regulador consume menos energía y también protege tus equipos, al igual que un multicontacto con supresor de picos, que consume incluso menos energía.



14



Una vez que recargues por completo la batería de tu computadora, tablet o teléfono celular, desconecta el equipo y el cargador. Al dejarlos conectados siguen consumiendo energía y disminuye la vida útil de las baterías.



15



Si tu televisor es de LCD (pantalla de cristal líquido), plasma o una tecnología anterior, es recomendable cambiarlo por uno nuevo de LED, QLED u OLED, ya que utilizan una tecnología de iluminación más eficiente, lo que significa un menor consumo energético.



16



Si vas a adquirir una televisión, computadora u otro equipo electrónico, verifica que cuente con la etiqueta de eficiencia energética, el Sello Fide o Energy Star. Para más información consulta las normas de eficiencia energética en: <https://www.gob.mx/conuee>



¿SABÍAS QUÉ...?

Una computadora puede llegar a consumir más energía estando en "modo espera" durante 23 horas, que estando encendida una hora.