Eficiência energética em casa

Economize muita energia
com pouco esforço.

energieschweiz.ch

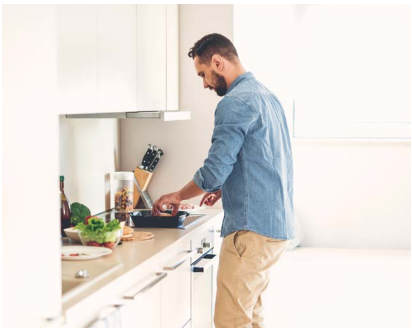
energieschweiz

Eficiência energética desde a nova compra até à reciclagem

Como posso economizar energia em casa? Existem inúmeras possibilidades, sobre as quais poderá ler nas próximas páginas: vamos mostrar-lhe como pode reconhecer um aparelho eficiente na loja, como pode usar os seus aparelhos de forma ainda mais eficiente e como os pode reparar ou eliminar de forma sustentável.

Comprar aparelhos energeticamente eficientes
Na compra de um eletrodoméstico deve ter atenção ao nível de eficiência do mesmo. Afinal, a eficiência energética tem uma grande influência no custo do dispositivo a longo prazo.

Para tal, a etiqueta energética é muito útil, dado que lhe permite comparar a eficiência energética de diferentes aparelhos entre si. Esta brochura dá-lhe uma visão geral sobre o que os símbolos na etiqueta significam, como a nova etiqueta se diferencia da antiga e que etiqueta é válida para que aparelho.



Eficiência energética doméstica
Deixar rapidamente o frigorífico aberto enquanto deitamos um pouco de leite no café. Ou lavar a roupa apenas com o tambor meio cheio porque queremos vestir imediatamente a nossa peça de roupa favorita. Todos conhecemos estas situações que consomem energia desnecessariamente. Especialmente em casa, pode-se economizar muita energia e dinheiro. Descubra como o pode fazer nas dicas sobre os aparelhos individuais.

Sustentabilidade através da reparação e reciclagem
O tempo de vida útil e a reutilização de eletrodomésticos também têm influência na eficiência energética. Descubra nesta brochura que possibilidades tem para a reparação e reciclagem.

ⓘ Receber mais dicas

Nesta brochura existe um código QR junto à maioria dos artigos. Leia-o com a câmara do seu smartphone e receba muitas outras informações e dicas específicas sobre a compra, utilização, reparação e reciclagem dos seus eletrodomésticos.

Procura aconselhamento sobre um outro tema relacionado com energia? Temos a publicação adequada para todas as áreas.

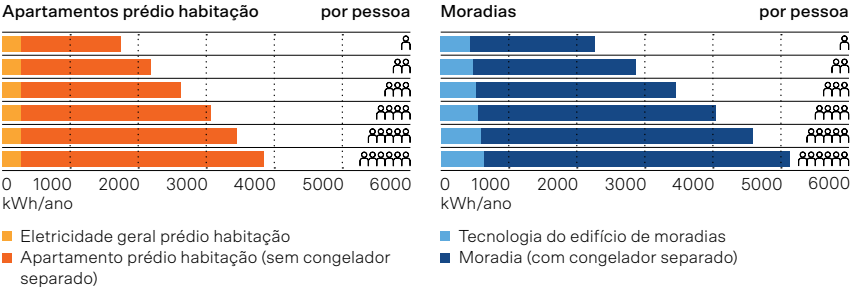
Quanta eletricidade é que consome?

Um agregado familiar típico suíço de duas pessoas consome anualmente cerca de 2190 kWh de eletricidade. Como é o seu consumo de eletricidade? Faça aqui uma comparação.

Um agregado familiar típico é a média?
Existe um motivo simples pelo qual falamos de um agregado familiar típico e não de um agregado familiar médio: os agregados familiares com aquecimento elétrico ou aquecimento elétrico de água consomem muito mais energia e elevam o consumo médio de eletricidade para quase o dobro. No entanto, um agregado familiar típico não está equipado com nenhum dos sistemas acima mencionados. Por isso, são tidos pouco em conta no cálculo, como aquários, camas de água ou desumidificadores.

Compare o seu consumo de eletricidade com o de um agregado familiar típico
Compare o seu consumo anual de eletricidade, conforme a situação de habitação e o número de pessoas do agregado familiar, com o de um agregado familiar típico. Observe que, em apartamentos de prédios de habitação, os custos da eletricidade geral não estão incluídos na fatura anual individual, mas sim nas despesas suplementares.

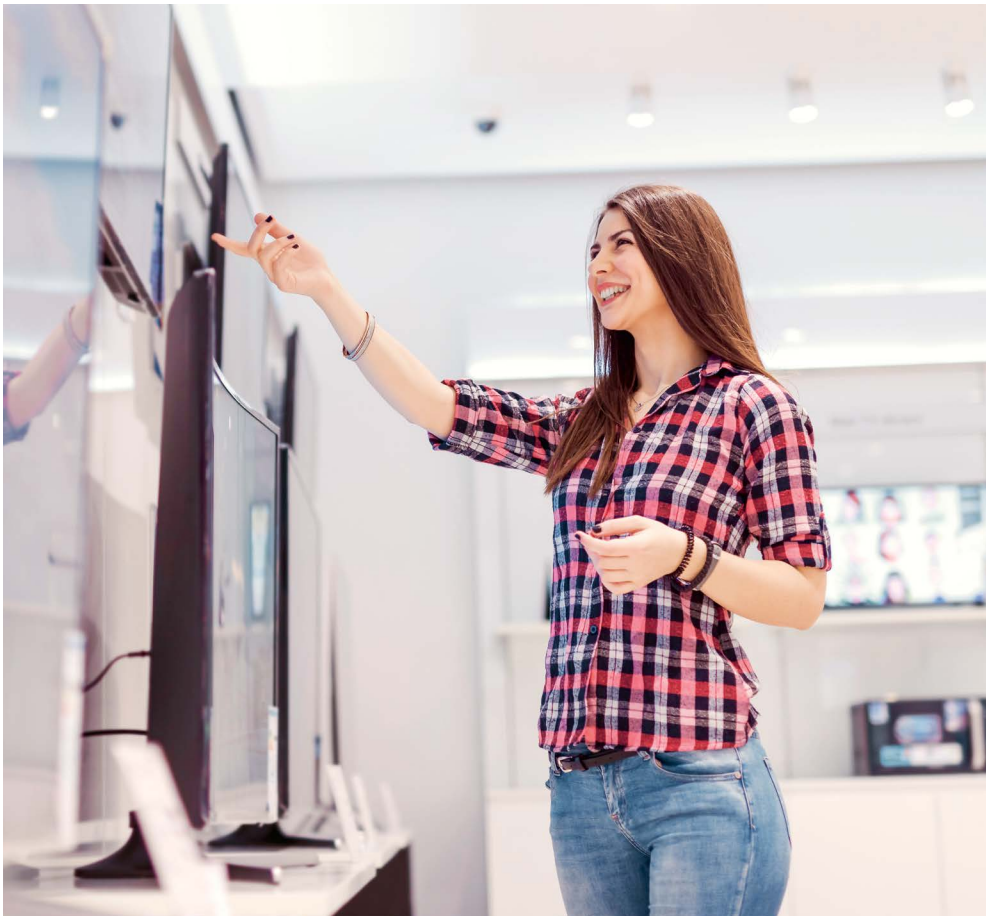
Consumo de eletricidade de um agregado familiar típico



Informações detalhadas
encontra na ficha de factos Agregado familiar

Observe a etiqueta energética

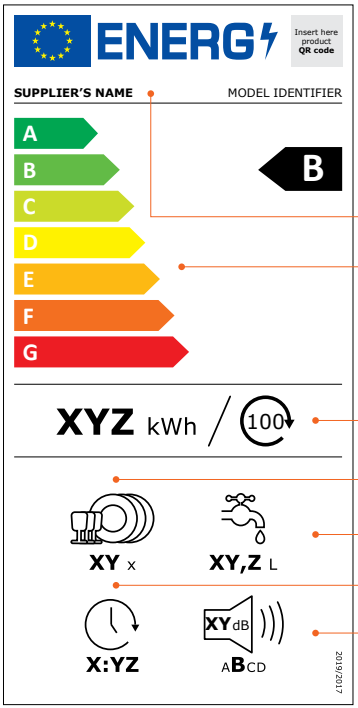
A etiqueta energética fornece-lhe de uma só vez informações sobre o consumo energético e, dependendo do produto, sobre o nível de ruído, o efeito da lavagem ou o consumo de água. Desta forma, ao comprar, pode comparar aparelhos dentro de um grupo de produtos de forma rápida e simples.



Chegou a nova etiqueta energética

Desde 1 de março de 2021 que a etiqueta energética na Suíça tem vindo a ser adaptada às Diretivas da UE. Aqui pode ver a nova etiqueta energética.

Nova etiqueta



Código QR: Link para informações do modelo no banco de dados europeu de produtos para a marcação do consumo energético (banco de dados EPREL), indicação voluntária na Suíça

Nome do modelo do aparelho

Classe de eficiência energética do aparelho

Nome ou marca do fabricante

Escala das classes de eficiência energética de A a G

Consumo energético do programa eco em kWh por 100 ciclos de funcionamento

Número de conjuntos de louça e talheres na carga standard

Consumo de água do programa eco em litros/ciclo de funcionamento

Duração do programa eco

Emissão de ruído em dB(A) re 1pW (potência de ruído)

Designação da **Diretiva europeia**

Encontra todas as informações sobre a etiqueta energética na página de internet da NEW LABEL. A NEW LABEL é uma iniciativa que apoia a transição para a nova etiqueta energética 2021 na Suíça. **www.newlabel.ch** ↗

Que aparelhos com que etiqueta energética?
Nesta tabela pode ver que categorias de aparelhos já possuem a nova etiqueta (classe de eficiência mais alta: A) e quais ainda possuem a etiqueta antiga (classe de eficiência mais alta: A^{+++}).

Classe aprovadas para a venda na Suíça a parir de 01.07.2025	A^{+++}	A^{++}	A^{+}	A	B	C	D	E	F	G
Aparelhos com nova etiqueta										
Frigoríficos e congeladores *				■	■	■	■	■		
Máquinas de lavar roupa *				■	■	■	■	■		
Secadoras / Tumbler *				■	■	■	■	■		
Máquinas de lavar loiça *				■	■	■	■	■		
Televisões e monitores				■	■	■	■	■	■	■
Fontes de luz				■	■	■	■	■	■	■
Smartphones e tablets				■	■	■	■	■	■	■
Aparelhos com etiqueta antiga										
Fornos	■	■	■	■						
Exaustores	■	■	■	■	■	■	■			
Aparelhos de ar condicionado *	■	■	■	■	■	■	■			
Máquinas de café	■	■	■	■	■	■	■			

* Exceções específicas do aparelho em relação aos requisitos mínimos de eficiência energética

Dicas para novas aquisições

- Observe a etiqueta energética.
- Compare aparelhos energeticamente eficientes de acordo com as suas necessidades.
- Escolha aparelhos que preencham os seus requisitos em termos de tamanho ou capacidade. Um aparelho demasiado grande consome muita eletricidade desnecessariamente.
- Para o mesmo tamanho, escolha o aparelho com a classe de eficiência mais alta (verde-escuro).
- No portal de comparação **topten.ch** ↗ pode encontrar e comparar os produtos energeticamente mais eficientes da Suíça, da área da casa e muitas outras categorias. Incluindo critérios de seleção constantemente atualizados e consultor.

A melhor dica para economizar: usar corretamente os aparelhos

Seja novo ou velho: todos os eletrodomésticos têm potencial de poupança de energia. Graças às nossas dicas, pode cuidar facilmente do ambiente e da sua carteira.

Aparelhos de cozinha

Dicas para o forno

- Asse com a ventilação por convecção em vez de calor por cima e por baixo.
- Dispense o pré-aquecimento e economize 20 por cento da energia.
- Desligue o forno cinco minutos antes de terminar e faça uso do calor residual.

Outras dicas
para o forno

Dicas para exaustores

- Ajuste o nível de funcionamento ao modo de cozedura e selecione um nível superior para assar e fritar e um nível inferior para cozinhar legumes.
- Sempre que possível, cozinhe com panelas e frigideiras fechadas. Para além da energia economizada, isto reduz também a libertação de vapor de água, gordura e odores para o ar ambiente.
- Limpe regularmente os filtros ou substitua-os.

Outras dicas
para exaustores

Dicas para aparelhos de refrigeração e congeladores

- Ajuste a temperatura do seu frigorífico para 7 °C.
- No caso do congelador, bastam –18 °C.
- Deixe a comida quente arrefecer antes de a colocar no frigorífico/congelador.
- Coloque os alimentos que pretende descongelar no frigorífico. Desta forma, o interior do aparelho é arrefecido.

Outras dicas
para aparelhos de refrigeração e congeladores

Dicas para máquinas de lavar loiça

- Inicie a máquina de lavar loiça apenas quando esta estiver cheia, mas não a encha demasiado.
- Escolha programas a baixa temperatura ou programas económicos. Demoram mais tempo, mas cuidam do ambiente e limpam mais aprofundadamente.
- Dispense a pré-lavagem com água.
  É mais do que suficiente remover os restos maiores de comida antes de arrumar na máquina.

Outras dicas
para máquinas de lavar loiça

Dicas para máquinas de café

- Se existente, use o modo de poupança de energia. As máquinas de café novas param automaticamente a manutenção da água quente após um período de tempo que pode ser selecionado livremente.
- Descalcifique regularmente a sua máquina de café. Desta forma, prolonga o tempo de vida útil da mesma.
- Desligue sempre a sua máquina de café após a utilização.

Outras dicas
para máquinas de café

Aparelhos de lavandaria

Dicas para máquinas de lavar roupa

- Lave apenas com o tambor da máquina da roupa cheio e selecione, se possível, uma temperatura de lavagem baixa (20–30 Graus). Desta forma, cuida do ambiente e da sua roupa.
- Selecione o programa económico, mesmo que demore mais tempo. O programa curto consome muito mais eletricidade e água.
- No caso de baixas temperaturas, não use mais detergente, dado que a roupa não ficará mais limpa.

Outras dicas
para máquinas de lavar roupa

Dicas para secadoras de roupa

- Sempre que possível, deixe a sua roupa secar ao ar livre.
- Escolha uma secadora de roupa com sensores integrados. Estes medem a humidade da roupa e ajustam automaticamente o tempo de secagem.
- Selecione o programa «Secar para engomar» em vez do «Extra seco».

Outras dicas
para secadoras de roupa

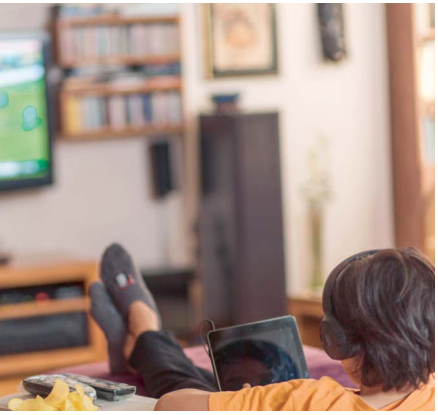
Aparelhos de climatização

Dicas para aparelhos de climatização

- Arrefeça o espaço habitado com medidas simples: desligue eletrodomésticos e candeeiros que não estão a ser utilizados. Feche as portadas, se o sol estiver a incidir sobre a fachada. Não abra a janela, se a fachada estiver quente, e, se possível, areje apenas de manhã cedo antes do nascer do sol.
- Opte por um ventilador em vez de um aparelho de climatização. As deslocações de ar arrefecem nitidamente com um consumo energético muito mais baixo.
- Prescinda de aparelhos móveis. Estes libertam calor para a divisão e são, assim, ineficientes. Além disso, são ruidosos e consomem muita energia.

Outras dicas
para aparelhos de climatização

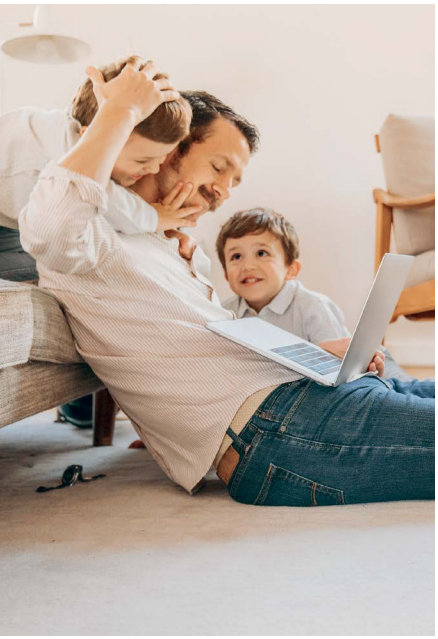
Aparelhos de sala de estar



Dicas para televisões

- Reduza a resolução do ecrã (HD, 4K ou 8K) e reduza, assim, o consumo energético.
- Desligue sempre completamente a sua televisão e a box. Tal pode ser feito facilmente com um interruptor de rede ou uma extensão elétrica.
- Uma televisão com sistema de cinema em casa pode mais do que duplicar o consumo de eletricidade.

Outras dicas
para televisões



Dicas para eletrónica de entretenimento

- Dê preferência a aparelhos operados a bateria. Estes consomem menos eletricidade do que os aparelhos operados a eletricidade.
- No caso de aparelhos eletrónicos de entretenimento, o consumo energético durante o seu ciclo de vida é menor do que a energia cinzenta necessária para a sua produção e o transporte. Por isso, use-os o máximo de tempo possível.
- Tome tempo para se familiarizar com as funções dos seus aparelhos e ative as configurações de poupança de energia.
- Forneça eletricidade a todos os aparelhos de entretenimento (televisão, box, DVD, HiFi, consola de jogos) através de uma extensão elétrica conjunta e com interruptor. Em caso de não utilização, pode desligar todos os aparelhos com apenas um clique.

Outras dicas
para eletrónica de entretenimento

Aparelhos de escritório

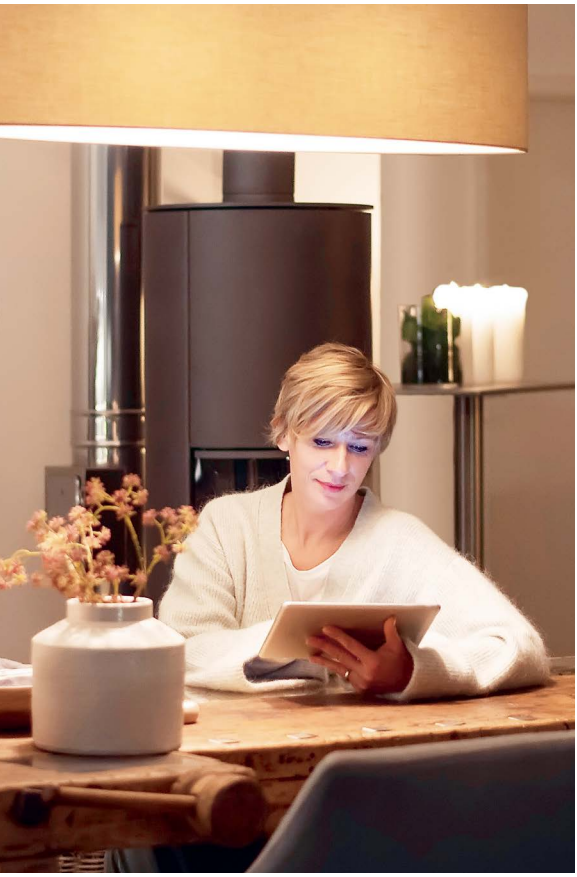
Dicas para o teletrabalho

- Um aparelho multifuncional com impressora, fotocopiadora, scanner e fax economiza muito espaço. Além disso, no modo standby consome pouca eletricidade. Também apresenta vantagens no fabrico: consome menos recursos do que aparelhos individuais.
- Nas impressoras, para além do consumo de eletricidade, a página impressa também tem um impacto negativo no ambiente. Imprima apenas quando necessário. E quando o fizer, imprima dos dois lados em papel reciclado.
- Forneça eletricidade a todos os seus aparelhos de escritório através de uma extensão elétrica que possa ser ligada e desligada. Com apenas um movimento da mão, todos os aparelhos ficam desligados e não consomem desnecessariamente energia no modo standby.

Outras dicas
para o teletrabalho

Economizar energia graças à iluminação eficiente

Com uma luz bonita é possível criar em casa uma atmosfera maravilhosa. Para além de uma sensação agradável de bem-estar, consegue muito mais com algumas dicas simples: pode economizar dinheiro e energia.



É bom saber

Selecione a temperatura de cor adequada para as suas luzes. Esta é indicada em Kelvin e distingue-se entre branco quente (2700 a 3000 Kelvin), branco neutro (4000 Kelvin) e luz diurna branca (6500 Kelvin). Para a sala e o quarto, o branco quente é muito apreciado, na casa de banho são adequados 4000 Kelvin, e para os locais de trabalho a luz diurna branca tem um efeito estimulante.

Nem todas as lâmpadas permitem regular a intensidade luminosa. No entanto, na embalagem da lâmpada existe um aviso se a fonte luminosa não puder ser regulada ou apenas puder ser regulada em determinados variadores de luz. Em caso de dúvida, os fabricantes têm de disponibilizar uma lista de variadores de luz compatíveis na sua página de internet.

Dicas para iluminação

- Para uma iluminação eficiente, não há melhor do que o LED. A tecnologia LED estabelece novos padrões no que se refere à eficiência energética, qualidade e tempo de vida útil.
- O que economiza mais é apagar onde a luz não é necessária. Controladores de tempo, sensores de movimento, controladores de luz de presença e de luz diurna também ajudam. São particularmente úteis em corredores e escadas, na iluminação exterior e, p. ex., na iluminação de escritórios.
- As superfícies claras na divisão ajudam a que se consiga uma iluminação eficiente. Pelo contrário, abajures, superfícies e móveis escuros absorvem a luz.
- Evite luzes que não sejam fáceis de reequipar com lâmpadas LED. Estas incluem luzes com hastes de halogéneo com casquilho R7s. Pode tornar-se igualmente difícil no caso de lâmpadas de halogéneo muito pequenas, com pouco espaço: as variantes LED são muitas vezes maiores (tipos de casquilho G4, GY6.35 e G9).

Outras dicas
para iluminação eficiente na sua casa

Reparar ou comprar novo?

Se vale a pena fazer uma reparação em caso de avaria, depende da idade do aparelho, dos custos de reparação e do desenvolvimento técnico dos novos aparelhos.

Com um pouco de jeito de mãos, pode substituir muitas peças de desgaste, como juntas ou dobradiças de portas por si mesmo. Muitas vezes, é também possível resolver pequenos danos por si mesmo. Aliás, geralmente pode adquirir as peças de substituição adequadas até dez anos após o final da produção de um modelo. Em caso de dúvida, pode sempre consultar um especialista.

Recicle facilmente
Através da reciclagem, a indústria é abastecida com matérias-primas reutilizáveis e valiosas e o meio ambiente é protegido. Por isso, entregue gratuitamente os aparelhos elétricos e as lâmpadas usadas numa loja que ofereça produtos equivalentes. Não importa onde tenha comprado o produto. Também pode entregar gratuitamente num local de recolha especializado.

www.erecycling.ch/en ↗
A SENS eRecycling oferece-lhe uma visão geral de pontos de tratamento de lixo.

www.swico.ch/en/recycling/ ↗
A SWICO Recycling disponibiliza-lhe mais informações sobre a reciclagem de aparelhos eletrónicos.

Créditos das imagens:
iStock: Pág. 2–3 (cima), pág. 11 (cima), pág. 13, pág. 14 (baixo);
Shutterstock: Pág. 3, pág. 5, pág. 9–10, pág. 12 (baixo), pág. 14 (cima), pág. 15, pág. 17, pág. 19;
Getty Images: Imagem de título, pág. 16, pág. 18;
Pexels: Pág. 11 (baixo), pág. 12 (cima);
Simon Iannelli: Pág. 8

EnergieSchweiz
Bundesamt für Energie BFE
Pulverstrasse 13
CH-3063 Ittigen
Postadresse: CH-3003 Bern

Infoline 0848 444 444
infoline.energieschweiz.ch

energieschweiz.ch
energieschweiz@bfe.admin.ch
ch.linkedin.com/company/energieschweiz

Distribuição:
bundespublikationen.admin.ch
Número de artigo 805.902.POR

02.2023 800 860527557