



No estará demás andar con buenos calcetines para ayudar a la sensación térmica.

Es útil poner burletes en las puertas y usar cortinas gruesas

Medidas para mantener el calor dentro de casa

FRANCISCA ORELLANA

Puede tener una vivienda bien aislada con simples procedimientos hogareños: "Una de las medidas más efectivas es sellar puertas y ventanas utilizando burletes, silicona o cintas adhesivas, lo que evita corrientes de aire que enfrían los espacios calefaccionados", dice Elizabeth Correa, académica de climatización y eficiencia energética de Inacap. Añade que cerrar los espacios o mantener las puertas cerradas de las habitaciones que no se estén usando es importante: "Así el calor se concentra solo en los espacios habitados. No intentes calefaccionar toda la casa".

Usar doble cortina o cortinas gruesas ayuda a que el calor no se escape o que el frío entre a las habitaciones desde el exterior: "Unas cortinas gruesas o térmicas durante la noche ayuda a conservar la temperatura", sigue.

Ramón Carreño Gutiérrez, director de la Escuela de Ingeniería en construcción de la U. Católica del Maule, agrega que abrir las cortinas durante el día para aprovechar el calor del sol y cerrarlas temprano para conservarlo, es una buena fórmula. Otra acción sencilla es cubrir los pisos fríos con alfombras, mantas o incluso cartón:

Ocupar alfombras o mantas en los pisos también ayuda porque absorben temperatura, explican especialistas.

"porque el suelo puede absorber gran parte del calor. En las ventanas, se puede instalar plástico o film translúcido, lo cual genera un efecto similar al de un doble vidrio, disminuyendo la pérdida térmica", apunta Correa. Añade también, que lo ideal es calefaccionar dos a cuatro horas al día, en la noche o temprano: "Y usar temporizador o termostato si el equipo lo permite".

No excederse en los grados de la calefacción tampoco: "Hay que mantener una temperatura que no supere los 20°C, que es suficiente para estar cómodo y evitar gastos excesivos. O usar más capas de ropa, calcetines gruesos y mantas, lo que permite bajar un poco la temperatura del calefactor sin perder confort", aconseja Carreño.

Y no olvidar ventilar para tener una calefacción saludable: "sobre todo cuando se utiliza gas, parafina o leña para calefaccionar, y evitar la condensación o humedad superficial en muros", dice Silva.