

La tarea urgente en eficiencia energética

Señora Directora:

Hace poco fue el Día Mundial de la Eficiencia Energética, una de las herramientas más costo-efectivas para reducir emisiones. En Chile el sector Energía es el causante del 77% del total de emisiones de gases de efecto invernadero (GEI), impulsado principalmente por fuentes fósiles, como el carbón y el diésel. Cada año que se posterga la adopción de medidas de eficiencia energética implica mayores costos económicos, sociales y ambientales.

A nivel país existen compromisos a gran escala, como la Ley Marco de Cambio Climático, que establece que se debe lograr la carbono neutralidad a 2050. Pero en todos los ámbitos es posible llevar a cabo ciertas acciones, y para ello, es imprescindible dimensionarlas.

Por ejemplo, 1 kilogramo de CO₂ equivale a una ampolleta de 15W encendida por 6 días de corrido, o un viaje de 5 kilómetros en automóvil a gasolina, con un rendimiento de 11 kilómetros por litro. Al año, Chile emite más de 110 millones de toneladas de CO₂.

Así como en los hogares las decisiones cotidianas marcan una diferencia, a nivel industrial, si bien la escala es distinta, existe cada vez más conciencia respecto de

proyectos que sean sostenibles en lo financiero, pero también que estén basados en energías limpias, poniendo a las comunidades y el entorno en el centro, con el propósito de consolidarse en el tiempo.

Avanzar hacia un consumo eficiente no es solo un compromiso de largo plazo, sino una responsabilidad inmediata. La eficiencia energética es una condición habilitante para cumplir las metas climáticas y asegurar un desarrollo sostenible.

Claudia Merino
Líder de Energía de GHD Chile

Cómo salir del “modo sedentario”

Señora Directora:

Tras las vacaciones o un período prolongado con menor actividad física, muchas personas retoman su rutina con sensación de rigidez muscular, menor tolerancia al esfuerzo e incluso cierta torpeza en los movimientos. Este fenómeno es normal, ya que cuando el cuerpo reduce su nivel de actividad durante algunos días o semanas, pierde parte de su coordinación y capacidad de respuesta. Por ello, el regreso al ejercicio debe ser progresivo para evitar molestias o lesiones.

Una forma efectiva de “despertar” el cuerpo es realizar una activación breve que eleve la temperatura cor-