



PATROCINADO POR:

IAHORRO &gt;

# Reformas (baratas) y trucos para proteger tu vivienda del calor

Existen soluciones, además del aire acondicionado, para sobrevivir a las altas temperaturas del verano

**LAURA DELLE FEMMINE****Madrid** - 21 JUN 2016 - 14:33 CESTToldo con brazos extensibles. / **HABITISSIMO**

---

**MÁS INFORMACIÓN**

Cinco consejos para ahorrar en aire acondicionado

¿Quieres pagar menos en luz? Tres trucos para rebajar tu recibo

Así es como

Este martes arranca el verano. Al calor le está costando arrancar, pero el sol se asoma y deja entrever que pronto llegarán los días de ventilador y aire acondicionado. La Agencia Estatal de Meteorología alerta de que durante estos meses estivales se podrían alcanzar [temperaturas superiores a las normales el noreste y Levante del país](#). Aquellos que no puedan escaparse a un lugar más fresco tienen varios métodos para encontrar refrigerio: más allá del [aire](#)

malgastas energía (y dinero) en la cocina

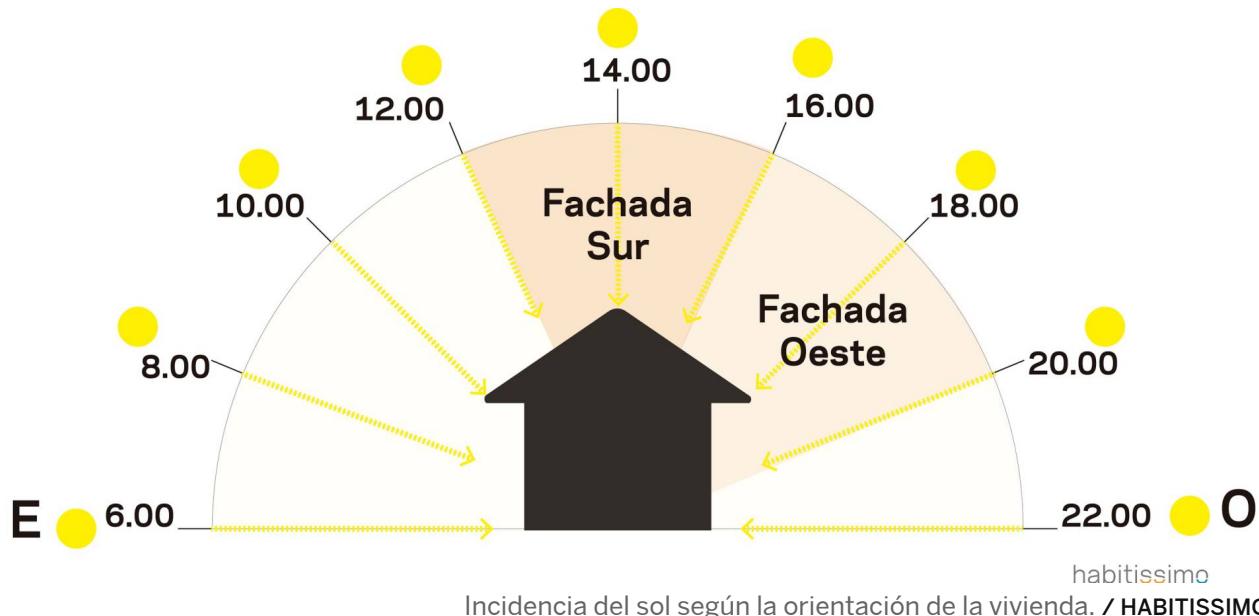
¿Sabes ahorrar energía en casa?

Reformas eficientes para vivir mejor

acondicionado —válido aliado si no fuera por los problemas que causa su uso masivo al medio ambiente y los disgustos que puede darnos a final de mes en el recibo de la luz—, existen otras estrategias que con una pequeña inversión o un poco de esmero pueden suponer un alivio.

## Primero, estudia tu vivienda

Residas en una casa unifamiliar o en un piso, es fundamental tener en cuenta la orientación del edificio antes de ponerse manos a la obra. Las viviendas orientadas hacia el sur serán las más golpeadas por el sol durante las horas de calor más intenso —de 12.00 a 14.00 horas—, pero las construcciones que dan hacia el oeste resultan las más complicadas de proteger, debido a que la fachada se calentará a lo largo de todo el día.



“Una orientación este-oeste va a hacer que el calor entre durante todo el día en el salón y al atardecer se dirija a las habitaciones incrementando su temperatura justo antes de ir a dormir”, explica el equipo de proyectos de Habitissimo, portal que pone en contacto clientes con expertos en el sector de obras. En este último caso, se recomiendan toldos verticales o persianas, al estar el sol muy bajo. Pero, ¿es la única solución? ¿Cómo elegir?

## Aliados para alejar el calor

Los toldos o las persianas son solo algunos de los aliados contra el calor estival,

pero es necesario saber elegir en función de las necesidades. Asimismo, una revisión de las ventanas y de sus marcos, una elección adecuada de las telas protectoras de los toldos, el uso de burletes o de una decoración más adecuada a las altas temperaturas pueden ayudarnos a reducir la sensación térmica en hasta 10 grados centígrados.

**Toldos.** Así como no todas las viviendas son iguales, tampoco los toldos lo son. Ni en funcionalidad ni en precio. “La tela de poliéster es la más económica pero también es más frágil que el resto. Por el contrario, los materiales acrílicos o microperforados son más caros pero protegen mejor frente a los rayos solares”, detallan en Habitissimo. “Los colores oscuros neutralizarán mejor los rayos del sol, y un toldo de calidad puede reducir el calentamiento hasta en 10 grados y evitar el “efecto lupa”, ya que detiene la radiación antes de cruzar el cristal.

En función de la orientación de la vivienda, será recomendable el uso de un tipo u otro de toldo. Para ventanas expuestas a la luz directa del sol es aconsejable el toldo de punto recto, que cae en vertical, mientras los extensibles son más adecuados para terrazas o ventanas expuestas al sol solo durante ciertas horas. “Las pérgolas que permiten también incluir protección en los laterales son muy aconsejables para ventanas con orientación oeste ya que el sol está más bajo y los rayos impactan de forma más directa”, aclaran en Habitissimo.

Tipo de tela	<u>De poliéster</u>	<u>Acrílica</u>	<u>Microperforada</u>
			
Ventaja	Económica. Sus prestaciones y durabilidad son más limitadas	Filtrá el 80% de los rayos UV (protección solar). Resiste muy bien los desgarros, el viento y la humedad	Filtrá el 94% de los rayos UV y permite una óptima ventilación (permite evacuar el aire caliente acumulado bajo la tela, por lo que reduce la temperatura)
Durabilidad			
Permanencia de los colores			

Tipos de tela para toldos. / LEROY MERLIN

Javier Hernández, arquitecto de [GAHECOR](#) y ponente de [Anerr \(Asociación Nacional de Empresas de Rehabilitación y Reforma\)](#), recomienda que el toldo sea motorizado y dotado de una sonda lumínica para que, por sí solo, vaya abriéndose cuando da el sol. El equipo de [Leroy Merlin](#) asegura que una buena elección en este sentido permitirá ahorrar hasta un 80% en el consumo de climatizadores, ya que la fachada no soportará temperaturas tan altas. El precio oscila en función de la dimensión. Por tres metros de ancho y con motor podemos encontrar ofertas por menos de 1.000 euros.

**Persianas y cortinas.** Es recomendable que las cortinas tengan colores claros para no atraer la luz del sol. Hernández recuerda sin embargo que “solo se trata de capas adicionales, pero que es mejor eliminar el calor antes de que entre en casa”. En Leroy Merlin aseguran que en invierno las persianas permiten ganar hasta cuatro grados de temperatura frente a una ventana sin persiana, y en verano reducen en un 70% la entrada de calor. Su consejo es, como con los toldos, automatizarlas con un detector “con función solar/crepuscular”, para que se cierren automáticamente cuando llega el sol y se reduzca así el uso de aire acondicionado. La opción de motorizarlas, eso sí, tiene un coste importante en comparación con los sistemas básicos tradicionales.

**Ventanas.** Aunque se hable mucho del aislamiento de las ventanas como método para retener el calor en invierno, también es un aliado óptimo para el calor en verano. Desde [la plataforma Houzz, una web que pone en contacto potenciales clientes con arquitectos, diseñadores y constructores](#), señalan que unos buenos cristales y cerramientos pueden reducir la temperatura del ambiente interior entre cinco y siete grados. “Es una de las cosas que parecen muy caras, pero no lo son”, garantiza Hernández, quien aconseja instalar vidrios bajo-emisivos para protegerse del calor. En cuanto al marco, los materiales que mejor aguantan son el policloruro de vinilo (PVC) y la madera. En el caso de una vivienda en bloque de 90 metros cuadrados, esta actuación saldría por unos 4.000 euros. “Es un desembolso que vale para todo el año”, remacha Hernández.

**Remover alfombras y telas sintéticas o de lana mejorará la condición térmica de la vivienda**

**Aislamiento.** El aislamiento está más bien pensado para retener calor durante el invierno, pero puede también ayudar a proteger la vivienda del calor en los meses más cálidos. Se puede trabajar en techos, paredes y suelos y existen diferentes técnicas —con diferentes precios—. Una manera relativamente barata y poco invasiva para aislar las paredes es el insuflado, pero será aplicable solo si existe una cámara de aire que separa la pared interior de la exterior. También es posible abrigar las paredes por dentro o por fuera, pero en este último caso, sobre todo si vivimos en un piso, el proceso será más laborioso. En Habitissimo aconsejan también apostar por la obra vista en el interior, “ya que el ladrillo, almacena el calor y por tanto, aísla la vivienda de las altas temperaturas”. La inversión media en los proyectos de aislamiento realizado por la plataforma suele ser de 1.500, “pero dependerá del tipo de intervención”, matizan.

**Pequeños trucos.** La decoración también puede ayudarnos a sobrellevar el calor de los meses estivales. Quitar alfombras y en general telas sintéticas y de lana, o sustituirlas por otras de fibra natural, mejorará la condición térmica de la vivienda. “Recomendamos apostar por tejidos más frescos como el lino o el algodón”, sugieren en Houzz. Los colores claros de las paredes, así como las plantas, también ayudarán a mantener una temperatura más agradable en el hogar. También es recomendable sustituir las bombillas convencionales por LED: no solo ahorraremos en el recibo de la luz, sino rebajaremos también los grados, ya que con esta tecnología prácticamente no hay pérdida de calor.

Por un precio muy bajo se pueden también colocar burletes (gomas o espumas que llenan los huecos en los marcos de las ventanas) y bajos de puerta —aunque su verdadera función es para retener el calor durante el invierno, ayudarán a que este no entre en verano—.

En Leroy Merlin recuerdan que existen diferentes tipos de burletes: además de los clásicos que adhieren al hueco de puertas y ventanas, podemos usar sistemas de espuma, indicados para cavidades de entre uno y cuatro milímetros, de caucho o silicona, para huecos más amplios. “Si vivimos en una casa unifamiliar con un jardín, un truco buenísimo en las fachadas que dan al sur es poner un árbol de hoja caduca: en invierno se caen las hojas y deja entrar el calor, mientras en verano protege”, sugiere Hernández. “Más barato que eso no hay nada: lo más

eficiente es lo que no consume".

## ARCHIVADO EN:

Verano · Obras reforma · Empresas reformas · Estaciones año · Calor · Ahorro · Eficiencia energética · Temperaturas · Consumo energía · Vivienda · Mercado energético

## CONTENIDO PATROCINADO



**Los pilotos odian aterrizar aquí, ¿quieres saber por**  
(SNAPMUNDO)



**10 Mejores Cuentas SIN Nómina: Libertad y Grandes Ventajas**  
(HELPMYCASH.COM)



**10 Maneras rápidas para deshacerte de las Arañas Vasculares**  
(BELLA Y SALUDABLE)



**Conoce tu perfil enológico mediante este test**  
(VIGNERONS)

## Y ADEMÁS...



**¿Sabes para qué sirve la parte azul de la goma de borrar?**  
(CADENA DIAL)

