App iOS (http://itunes.apple.com/br/app/the-huffington-post/id306621789?mt=8) Entrar | Crie sua conta
App Android (https://play.google.com/store/apps/details?id=com.huffingtonpost.android&hl=pt_BR) Mais canais (/big-news/#brazil)

Booking.com

Mirante Hotel by Windsor
R$ 886
Reservar

Golden Tulip Ipanema Plaza
R$ 529
Reservar

JW Marriott Rio de Janeiro
R$ 785
Reservar

26 janeiro 2015

(http://www.brasilpost.com.br/2015/01/21/agua-vai-acabar-sp_n_6514850.html)
Saiba exatamente o que vai acontecer quando a água acabar em São Paulo (http://www.brasilpost.com.br/2015/01/21/agua-vai-acabar-sp_n_6514850.html)

(http://www.brasilpost.com.br/2015/01/25/sair-de-sao-paulo_n_6534418.html)
Eles decidiram fugir de São Paulo (http://www.brasilpost.com.br/2015/01/25/sair-de-sao-paulo_n_6534418.html)

(http://www.brasilpost.com.br/2015/01/23/problemas-penis_n_6534766.html)
6 problemas no pênis que aparecem com a idade (http://www.brasilpost.com.br/2015/01/23/problemas-penis_n_6534766.html)

O Brasil (e o bolso) agradece: 21 dicas fáceis e baratas para economizar luz e energia em casa

Brasil Post | De Luiza Belloni (/luiza-belloni/) (/user/http://twitter.com/luizabelloni)

Publicado: 23/01/2015 13:46 BRST | Atualizado: 26/01/2015 08:17 BRST

Água e energia. Duas das necessidades mais básicas para a sobrevivência contemporânea estão em **crise no Brasil**. E ela não parece ser passageira.

Na semana passada, pela primeira vez, o ministro de Minas e Energia, Eduardo Braga, admitiu a **possibilidade de racionamento** se a seca persistir no Sudeste, Centro-Oeste e Nordeste do País. Na última sexta-feira (23), a ministra do Meio Ambiente, Izabella Teixeira classificou a situação de **"sensível e preocupante"**, após se encontrar com mais cinco ministros no Palácio do Planalto para discutir sobre a crise hídrica, conforme informou o jornal O Globo (http://oglobo.globo.com/rio/diante-de-crise-no-sudeste-ministra-pede-que-populacao-economize-agua-energia-eletrica-15138625).

No Cantareira, principal reservatório da Grande São Paulo, nem a maior chuva de 2015, que caiu entre sexta-feira e sábado, ajudou o manancial, que perdeu 0,2 ponto percentual de sua capacidade, passando para 5,1% em apenas um final de semana. Essa foi a **14ª queda consecutiva** no nível do reservatório. Um simulador mostra que o Cantareira pode secar em setembro deste ano (http://www.brasilpost.com.br/2015/01/25/cantareira-pode-secar-em-setembro_n_6540710.html?utm_hp_ref=brazil).

No Rio de Janeiro, a situação não é diferente. O principal reservatório da cidade, o **Rio Paraíba do Sul**, já atingiu o volume morto e o governador pediu à população para evitar o desperdício de água (http://www.brasilpost.com.br/2015/01/23/crise-agua-sudeste_n_6530776.html). Já o **Paraopeba**, que abastece a Grande Belo Horizonte, em Minas Gerais, está operando atualmente com 30,25% de sua capacidade. Há um ano, o nível era de 78%.

"Vivemos em um momento muito crítico. Falta gestão do governo estadual e federal e falta informação ao consumidor. É preciso diminuir o consumo, tanto de água quanto de energia", alerta a pesquisadora do Idec (Instituto Brasileiro de Defesa do Consumidor), Renata Amaral.

Segundo a pesquisadora, existem diversas **maneiras fáceis e baratas de economizar** energia e água em casa, no condomínio e até no trabalho. Um restritor de vazão em uma torneira, por exemplo, **diminui em até 76% o consumo da água**, segundo a Sabesp (Companhia de Saneamento Básico do Estado de São Paulo).

"Além de ajudar sua cidade, o consumidor poderá ter descontos na conta de água, medida instaurada pelo governo de São Paulo no ano passado para incentivar o uso consciente do recurso natural."

E aí, vamos economizar?

Os principais órgãos de defesa do consumidor, como a Proteste e o Idec, e a Sabesp publicaram cartilhas que mostram maneiras de economizar o consumo de luz e de água. Que tal seguir os passos abaixo?

Para economizar água:

- Utilize arejadores (peneirinhas acopladas na saída de água), restritores e reguladores de pressão nas torneiras;
- Reduza o tempo no banho. Cinco minutos são suficientes. Molhe o corpo, feche a torneira, ensaboe-se, coloque xampu e enxague o corpo rapidamente;
- Reaproveitamento de água: a água do banho ou da máquina de lavar roupa também pode ser reaproveitada para lavar quintais;
- Feche a torneira ao escovar os dentes, fazer a barba e ao ensaboar a louça;
- Adote descarga de caixa acoplada no vaso sanitário (todas fabricadas a partir de 2001 utilizam 6 litros de água). O vaso sanitário com a válvula e tempo de acionamento de 6 segundos gasta cerca de 15 litros. Quando a válvula está defeituosa, pode chegar a gastar até 30 litros;
- Só ligue a máquina de lavar louça ou a máquina de lavar roupa quando ela estiver cheia;
- Use um regador para molhar as plantas ao invés de utilizar a mangueira. No verão, a rega deve ser feita de manhãzinha ou à noite, o que reduz a perda por evaporação;
- Adote o hábito de usar a vassoura, e não a mangueira, para limpar a calçada e o quintal da sua casa. A mangueira ligada por 15 minutos gasta cerca de 280 litros de água;
- Lave o carro com balde e um pano ao invés de uma mangueira. Se possível, não lave o carro durante a estiagem (época do ano em que chove menos).

PUBLICIDADE

Para economizar energia:

- Abra janelas, cortinas e persianas durante o dia;
- Troque as lâmpadas incandescentes por lâmpadas fluorescentes compactas, pois a economia de eletricidade proporcionada por ela pode chegar a 80%.
- Adote dispositivos de detecção de presença para lâmpadas em áreas externas, por exemplo;
- Ao sair do ambiente, sempre apague as luzes;
- Use cores claras no teto e nas paredes internas. Elas refletem melhor a luz e deixam o ambiente mais claro;
- Mantenha luminárias, globos e arandelas sempre limpos;
- Avalie a possibilidade de adotar o aquecimento solar de água. A substituição dos chuveiros elétricos por aquecimento solar possibilitaria a diminuição de 30% a 50% da conta de energia do consumidor residencial;
- Evite equipamentos ligados quando não necessário. Desligue os equipamentos da tomada, em vez de desligar apenas no comando, se você ficará períodos longos sem utilizá-los. Os aparelhos em modo stand-by continuam consumindo energia;
- Antes de comprar um novo equipamento, verifique a etiqueta de consumo de energia e o selo do Procel e escolha aquele que consome menos energia;
- Não deixe a televisão ligada se não estiver usando. Programe para que desligue sozinha se for dormir com ela ligada;
- Verifique as borrachas de vedação da geladeira e do forno. Coloque uma folha de papel entre a borracha e a porta: se a folha ficar solta, a porta não está fechando de forma eficiente;
- Programe as definições do seu computador para ele se desligar automaticamente (hibernar) após um tempo sem ser utilizado.

Confira abaixo quanto é possível diminuir o consumo instalando simples **economizadores de água**:

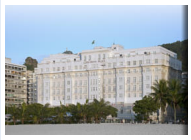
Equipamento Convencional	Consumo	Equipamento Economizador	Consumo	Economia
Bacia com caixa acoplada	12 litros/descarga	Bacia VDR	6 litros/ descarga	50%
Bacia com válvula bem regulada	10 litros/descarga	Bacia VDR	6 litros/ descarga	40%
Ducha (água quente/ fria) - até 6 mca	0,19 litros/seg	Restritor de vazão 8 litros/min	0,13 litros/ seg	32%
Ducha (água quente/ fria) - 15 a 20 mca	0,34 litros/seg	Restritor de vazão 8 litros/min	0,13 litros/ seg	62%
Ducha (água quente/ fria) - 15 a 20 mca	0,34 litros/seg	Restritor de vazão 12 litros/min	0,20 litros/seg	41%
Torneira de pia - até 6 mca	0,23 litros/seg	Arejador vazão cte (6 litros/min)	0,10 litros/seg	57%
Torneira de pia - 15 a 20 mca	0,42 litros/seg	Arejador vazão cte (6 litros/min)	0,10 litros/seg	76%
Torneira uso geral/ tanque - até 6 mca	0,26 litros/seg	Regulador de vazão	0,13 litros/seg	50%
Torneira uso geral/ tanque - 15 a 20 mca	0,42 litros/seg	Regulador de vazão	0,21 litros/seg	50%
Torneira uso geral/ tanque - até 6 mca	0,26 litros/seg	Restritor de vazão	0,10 litros/seg	62%
Torneira uso geral/ tanque - 15 a 20 mca	0,42 litros/seg	Restritor de vazão	0,10 litros/seg	76%
Torneira de jardim - 40 a 50 mca	0,66 litros/seg	Regulador de vazão	0,33 litros/seg	50%
Mictório	2 litros/uso	Válvula automática	1 litro/seg	50%

Fonte: Sabesp

(https://www.facebook.com/braspost) Curta a gente no Facebook (https://www.facebook.com/braspost) |
(https://twitter.com/brasilpost) Siga a gente no Twitter

PUBLICIDADE

Booking.com

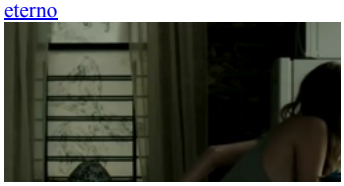


Belmond Copacabana Palace
Melhor Preço Garantido
★★★★★
R$ 1487 Reservar

Miramar Hotel by Windsor
Melhor Preço Garantido
★★★★★
R$ 886 Reservar

BOMBANDO

- 2. Quando o beijo grego alheio incomoda e o sexo anal como tabu eterno



5 days ago brasilpost.com.br Huffington Post International Thaís Pontes Thaís Pontes beijo grego

- 1. Uma cena de 'Girls' causou – e muito. Saiba por que

5 days ago brasilpost.com.br Huffington Post International Caio Delcolli Caio Delcolli anilingus

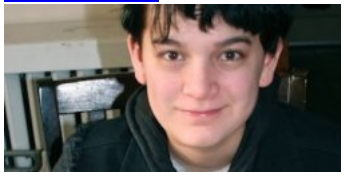
- 3. Esta é a posição sexual mais perigosa para os homens...

2 days ago brasilpost.com.br Huffington Post International Rodolfo Viana Rodolfo Viana pênis

- 4. 10 momentos em que Fernanda Gentil foi MARAVILHOSA

4 days ago brasilpost.com.br Huffington Post International Andréa Martinelli Andréa Martinelli famosos

- 5. Este adolescente transexual fala sobre sua transformação – mas de forma sensacional



3 days ago brasilpost.com.br Huffington Post International James Nichols James Nichols trans

- 6. Passageiro reclama de aparência de aeromoças e a resposta foi... incrível!

(https://twitter.com/brasilpost)

LEIA TAMBÉM:

- **Cantareira pode secar em setembro, mostra simulador (http://www.brasilpost.com.br/2015/01/25/cantareira-pode-secar-em-setembro_n_6540710.html?utm_hp_ref=brazil)**

- **Quase 77 milhões de brasileiros de São Paulo, Rio de Janeiro e Minas Gerais vivem o medo de ficar sem água nos próximos meses (http://www.brasilpost.com.br/2015/01/23/crise-agua-[illegible]_n_6530776.html)**

181 (javascript:void(0))

VEJ Curtir BRASIL POST:

54 *5 APPs para economizar água* 1 de 6 Close

Post

4

Compartilhar

MAIS: Dinheiro, País, EconomíA, Água, Luz, Crise Hídrica, Crise De Energia, Crise Elétrica, Apagão, Governo, Dicas Para Economizar, Conta De áGua, Conta De Luz, São Paulo, Rio De Janeiro, Minas Gerais, Reservatório Cantareira

Sugira uma correção

RECOMENDADO PARA VOCÊ

5 motivos para você fazer sexo com seu marido todas as…

(http://www.brasilpost.com.br/meg-conley/sexo-todo-dia_b_5679611.html)

A tese sobre o Fim do Brasil se provou em velocidade… (Empiricus)

(http://www.empiricus.com.br/fdb2-yt/?key=b32ba18d-4956-4cee-971c-ed1b957eb308&utm_source=outbrain&utm_medium=artigo&utm_campaign=outbrain-artigo-videocopy-fdb2-outbrain16)

O que é uma mulher 'boa de cama'? Eles respondem

(http://www.brasilpost.com.br/nathalia-ziemkiewicz/mulher-boa-de-cama_b_6276428.html)

ProUni abre inscrições nesta segunda-feira; Sisu divulga…

(http://www.brasilpost.com.br/2015/01/26/prouni-abre-inscricoes_n_6541762.html)

Daminha de honra e pajem se casam 20 anos após entrarem…

(http://www.brasilpost.com.br/2015/01/22/dama-pajem-casamento_n_6524972.html)

(http://www.brasilpost.com.br/2015/01/23/machucar-penis_n_6533792.html)

4 days ago brasilpost.com.br Huffington Post International Gabriela Bazzo Gabriela Bazzo viagem

- 7. Você vai rever seus conceitos sobre a terceira idade depois destas fotos

3 days ago brasilpost.com.br Huffington Post International Damon Scheleur e Yagana Shah Damon Scheleur e Yagana Shah retratos

- 8. Daminha de honra e pajem se casam 20 anos após entrarem juntos na igreja

4 days ago brasilpost.com.br Huffington Post International Isabella Otto Isabella Otto histórias de amor

- 9. FOTOS: Estas imagens mostram que qualquer corpo pode ser maravilhoso

SEGUIR BRASIL POST

Endereço de e-mail Inscreva-se

Newsletters

Envie as principais notícias e postagens de blog para meu e-mail diariamente..

Booking.com

Miramar Hotel by Windsor
Melhor Preço Garantido
★★★★★
R$ 886 Reservar

Porto Bay Rio Internacional
Melhor Preço Garantido
★★★★
R$ 782 Reservar

Esta é a posição sexual mais perigosa para os homens...

Regulamentação da mídia volta à cena em 2015
(http://www.brasilpost.com.br/2015/01/26/regulamentacao-midia_n_6545352.html)

(http://www.brasilpost.

10 momentos em que Fernanda Gentil foi MARAVILHOSA

rnanda-gentil-corpo-

tr

t.

53

osos-

Você vai rever seus conceitos sobre a terceira idade depois...

Crise da água: Comércio e indústria ensaiam êxodo com...

t.com.br/2015/01/26/crise-agua-industrias-sp_n_6546086.html)

Estas são as 22 cidades paulistas com homicídio zero

t.com.br/2015/01/25/homicidio-sao-

nl)

Beth postou estas fotos no Facebook e perdeu 103 amigos

t.com.br/rebecca-sparrow-

/mastectomia-

fotos_b_4823845.html)

Recomendado por

Conversas

Comentar...

Comentar

Plug-in social do Facebook

Booking.com

Miramar Hotel by Windsor
R$ 886
Reservar

JW Marriott Rio de Janeiro
R$ 785
Reservar

Windsor Atlântica
R$ 745
Reservar

Pesquisa no Brasil Post

©2015 Abril Comunicações S.A. ou seus licenciadores (em especial, o The Huffington Post International). Todos os direitos reservados. | "Brasil Post" é uma marca registrada da TheHuffingtonPost.com, Inc. Todos os direitos reservados.

Parte de **HPMG News**