



UNC
CONSUMATORI.IT

Condizionatore e non solo per resistere all'afa

21 Giugno 2017

Con queste temperature da record l'utilizzo del condizionatore è spesso necessario, ma non bisogna esagerare per evitare pericolosi sbalzi di temperatura, dolori articolari e anche brutte sorprese in bolletta.

Ecco quindi dieci semplici consigli per resistere all'afa:

- 1) **No agli abusi!** Stare tutto il giorno tappati in casa con l'aria condizionata è uno spreco di energia e sicuramente non rappresenta un toccasana per la nostra salute, meglio riservarlo alle ore più calde della giornata e quando è possibile provare delle soluzioni alternative.
- 2) Durante il giorno tenete tende e **finestre** chiuse in modo da **mantenere la temperatura** all'interno dell'abitazione; di sera invece, aprite le finestre il più possibile in modo da far circolare l'aria e rinfrescare l'ambiente.
- 3) **Spegnete le luci** quando non servono e non lasciate i vari apparecchi elettronici in **standby** in quanto producono una quantità minima di calore.
- 4) Vestitevi in maniera adeguata con **abiti freschi e larghi** e non dimenticate di bere molto e mangiare cibi leggeri.
- 5) In alcuni casi, poi, basta un **deumidificatore** che abbassa il livello di umidità nell'aria rendendola più respirabile.
- 6) Quando tutto ciò non basta, il condizionatore rappresenta una salvezza, senza però esagerare: la temperatura va impostata intorno tra i **23 e i 26 gradi** per non creare un'eccessiva escursione termica tra interno ed esterno.
- 7) Accendere il condizionatore e tenere la finestra aperta è un grosso spreco da evitare!
- 8) Attenzione anche alla **direzione dell'aria**: mai puntarlo addosso e meglio "giocare" con alette per orientare il gettito.
- 9) Di notte non è il caso di dormire con l'apparecchio in funzione, meglio accenderlo due ore prima di andare a dormire oppure, se è proprio necessario, optare per la **modalità notturna** che regola la temperatura in maniera adeguata senza sprechi.

10) Non dimenticate, infine, la **manutenzione**: ad inizio stagione i filtri andrebbero cambiati per evitare la formazione di muffe e batteri pericolosissimi per la salute e dopo, la pulizia andrebbe fatta ogni 15 giorni per evitare l'inquinamento dell'aria e l'incremento dei consumi. Anche il tubo di drenaggio dell'acqua va pulito almeno una volta al mese. Con tutti questi accorgimenti fronteggiare la calura estiva sarà più semplice.

Autore: Simona Volpe

Data: 21 giugno 2017