







## L'aïllament tèrmic

En condicions climàtiques poc favorables, com ara a l'hivern o al pic de calor de l'estiu, és comprensible que intentem millorar la sensació de confort, tot modificant l'ambient amb una temperatura diferent a la del seu entorn. Per a fer-ho, caldrà proporcionar energia per activar un sistema de calefacció a l'hivern o de refrigeració a l'estiu. Un bon aïllament tèrmic ajudarà a mantenir la temperatura de confort assolida a l'interior dels habitatges i locals. Per això, aïllar adequadament un local, és una opció:

-  **estalviadora:** Ja que redueix el consum d'energia i, per tant, la despesa econòmica en electricitat o gas.
-  **sostenible:** Perquè possibilita una reducció important del consum d'energies no renovables, simplement aplicant certes mesures pràctiques.
-  **racional:** Perquè ens permet mantenir la qualitat de vida i el nivell de confort sense augmentar excessivament el consum energètic.
-  **eficient:** Amb un bon aïllament, s'aprofiten al màxim les instal·lacions existents al local i l'energia que s'hi consumeix.

---











## Sabíeu que...

... petites millores en l'aïllament poden fer que estalviem fins a un 30% del nostre consum energètic?

fitxa elaborada pel Servei d'Informació de Recursos per a la Sostenibilitat



## Què podeu fer?

-  Evitar les entrades innecessàries d'aire (tant calent com fred) al local. Per a fer-ho, podem utilitzar mètodes senzills com la silicona, la massilla o els rivets.
-  Evitar pràctiques malbaratadores com tenir la calefacció o l'aire condicionat en marxa mentre es ventila l'espai.
-  Facilitar que la radiació solar que entra per les finestres escalfi directament terres i parets durant l'hivern.
-  Utilitzar materials naturals com el suro, les llanes, minerals de roca o vidre per aïllar el local.
-  Aïllar les finestres durant la nit amb finestrans o cortines per reduir la pèrdua de calor.
-  Mantenir la temperatura a 20°C a l'hivern i a 25°C a l'estiu és suficient per garantir el confort ambiental.
-  Fer un manteniment adequat dels sistemes de climatització: una caldera bruta té dificultats per a fer la combustió correctament i consumeix més energia.
-  Utilitzar sistemes de regulació als aparells de climatització, així podem adequar la temperatura a les nostres necessitats en cada moment.
-  Instal·lar finestres amb doble vidre o dobles finestres i tancaments amb trencament de pont tèrmic.
-  Les persianes exteriors enrotllables són molt eficients gràcies a l'ajust entre les làmines i el marc que provoca un millor aïllament.

## Webs d'interès

**Més informació i materials necessaris per adequar l'aïllament del vostre local:**

Energüia. Ahorro y eficiencia energética

<http://energuia.com/>

Agenda de la construcció sostenible

[www.csostenible.net](http://www.csostenible.net)

ICAEN - Institut Català de l'Energia

<http://www20.gencat.cat/portal/site/icaen>

Fitxa UPC. Materials aïllants tèrmics

<http://tecno.upc.edu/c1/Tema-05/AïllamentTermic.htm>

**Empreses que treballen l'aïllament i la climatització de locals:**

Wanner y Vinyas Aislamientos

<http://www.wanneraislamientos.com/>

Associació de Fabricants d'equips de climatització

<http://www.afec.es>

Aïllament en vidre

<http://www.vidresif.com/cat/vidre-aïllament-termic.html>

més fitxes disponibles a <http://www.crajbcn.cat/practiques-sostenibles>



BARCELONA21BCN



Ajuntament  
de Barcelona  
Adolescència  
i Joventut

**cjb**  
CONSELL DE LA JOVENTUT  
DE BARCELONA