

LA EFICIENCIA ENERGÉTICA PERMITE AHORRAR HASTA 870 € EN UNA FACTURA AMENAZADA POR OTRA CRISIS

Con motivo del Día Mundial de la Eficiencia Energética, que se celebra mañana 5 de marzo, Kelisto.es ofrece una guía de consejos de ahorro energético en el hogar

- Algunas medidas de ahorro y eficiencia energética en el hogar **no implican ningún coste** para el consumidor y permiten un **ahorro anual de hasta 420 euros al año**
- Actuaciones a **largo plazo**, como la mejora del aislamiento del edificio o el cambio de la caldera, suponen un **ahorro adicional de casi 450 euros**
- Aunque no implica una reducción del consumo, **la diferencia entre una tarifa de luz cara y otra barata** es de **207 euros anuales**: comparar es vital a las puertas de una posible crisis energética
- El cierre del estrecho de Ormuz **podría encarecer el término de energía de la tarifa regulada de luz hasta en un 50%**, pasando de un recibo promedio de 47 euros a los 64 euros

Madrid, 4 de marzo de 2026. Pequeñas medidas de ahorro energético, de bajo o nulo coste, pueden suponer un ahorro de 420 euros anuales, una cifra se dispara **hasta los 870 euros¹** si se **parte de una situación de poca o nula eficiencia y se toman medidas que suponen un gasto inicial alto al principio, pero que serán amortizadas en pocos años**, según los cálculos realizados por **Kelisto.es** (www.kelisto.es), la web del ahorro, con motivo de la celebración del Día Mundial de la Eficiencia Energética, que tiene lugar mañana jueves, 5 de marzo. **El contexto vuelve a invitar, o más bien obligar, al ahorro: el ataque de Estados Unidos e Israel a Irán y el consecuente cierre del estrecho de Ormuz, vía de paso del 20% del suministro global de gas natural licuado y petróleo, amenaza de nuevo con una crisis energética.** Los suministros del país, por el momento, están garantizados; no así su asequibilidad.

“El mercado del gas ha reaccionado de manera rápida y brutal al estallido de la guerra. El índice ibérico se sitúa en los 54,18 euros el MWh cuando hace solo unos días rondaba los 30; un aumento vertiginoso del 80%². Los analistas advierten de que si el cierre del estrecho de Ormuz se mantiene durante las próximas semanas puede disparar el MWh de gas natural a los 90 euros³, lo que incrementaría tanto el coste minorista de dicho combustible como el de la electricidad. En cálculos de Kelisto, dicho aumento supondría una subida del 50% en el término de energía de la tarifa regulada de luz, con un recibo promedio que puede pasar de los 47 euros al mes a los 64⁴. Tomar cartas en el asunto y recuperar el control de nuestro gasto energético, con pequeños cambios, se antoja indispensable para el equilibrio de las finanzas del hogar”, explica Javier Martínez, portavoz de Energía de Kelisto.

Las copiosas lluvias con las que estrenamos 2026 –que llevaron a los embalses del país a máximos de llenado– y el nuevo diseño de la tarifa regulada, que cuenta con sus cálculos con los mercados de futuros, ayudarán a amortiguar el golpe de una posible nueva crisis energética si continúan las hostilidades y el bloqueo del suministro. Es previsible, también, que la Tarifa de Último Recurso (TUR) de gas vuelva a toparse para evitar un encarecimiento súbito en la próxima revisión de abril. Pero a expensas de las posibles medidas del Gobierno, el consumidor no tiene por qué esperar: **tenemos herramientas en nuestra mano para lograr ahorros considerables en los recibos energéticos.**

Hay cambios que no conllevan un coste adicional y que pueden desahogar nuestras finanzas personales; sin olvidar que **un simple cambio de tarifa (gratuito, rápido y en la mayoría de los casos completable de manera 100% online) puede ahorrarnos en torno a 200 euros al año tanto en luz como en gas⁵**, si contamos con un suministro demasiado caro. Si estamos en la tarifa regulada y queremos evitar los posibles aumentos, **cambiarse al mercado libre** siempre es una opción para ganar en tranquilidad: **estas ofertas tardan mucho más en contagiarse de la inestabilidad y las comercializadoras están obligadas a respetar durante un año el precio que contrates ahora.**

11 MEDIDAS DE EFICIENCIA ENERGÉTICA PARA AHORRAR

MEDIDA	AHORRO ANUAL (€)	COSTE
Subida de dos grados en el aire acondicionado	40,35	Bajo o nulo
Bajada de dos grados en la calefacción	54,50	Bajo o nulo
Apagar el 'standby'	32,91	Bajo o nulo
Elegir bombillas LED	174,02	Bajo o nulo
Retirar la escarcha del congelador	21,30	Bajo o nulo
Mantenimiento adecuado de la caldera	97	Bajo o nulo
Total ahorro medidas coste bajo o nulo	420,08	
Cambiar a un combi (frigorífico + congelador) más eficiente	59,76	Medio-alto
Cambiar a una lavadora más eficiente	8,21	Medio-alto
Cambiar a un horno más eficiente	4,28	Medio-alto
Mejorar el aislamiento de ventanas y fachada	181,92	Medio-alto
Cambiar a una caldera de condensación	193,50	Medio-alto
Total ahorro medidas coste medio-alto	447,67	
AHORRO TOTAL	868,47	
<i>Cambiar a la tarifa más barata de electricidad (máx.)</i>	<i>207</i>	<i>Bajo o nulo</i>
<i>Cambiar a la tarifa más barata de gas (máx.)</i>	<i>183</i>	<i>Bajo o nulo</i>
AHORRO TOTAL + cambio de tarifas	1.258,47	

Fuentes: Kelisto.es a 27/02/2026. Todos los detalles en el apartado "Fuentes y metodología".

MEDIDAS DE BAJO O NULO COSTE

Ajusta el termostato. Una bajada de dos grados en la calefacción de gas natural supone un ahorro medio de 54,5 euros anuales para un consumo promedio⁶, al lograr **descender el consumo un 16%**⁷. Según el Instituto para la Diversificación y el Ahorro de la Energía (IDAE), una temperatura de 20-21 °C es más que suficiente para mantener el confort en el hogar. En cuanto al aire acondicionado, dos grados de subida suponen un ahorro de más de 40 euros al año⁸, teniendo en cuenta que el uso de estos aparatos es menor que el de la calefacción. La cifra aumentará si se limita su utilización a las horas de más calor y se mantiene la temperatura con un buen aislamiento, o si se sube aún más el termostato: a 25 grados se puede estar a gusto en casa.

Usa bien los radiadores. Nunca **obstaculices los radiadores poniendo muebles demasiado cerca**, o ropa encima para que se seque: los aparatos necesitan espacio suficiente para funcionar de manera eficiente. Antes de que llegue el frío, recuerda expulsar el aire que se ha acumulado dentro de ellos, lo que comúnmente se conoce como 'purgarlos'.

Dile adiós al 'stand-by'. Muchos creen que es un gasto superfluo, **pero se pueden ahorrar hasta 33 euros al año**⁹ **apagando del todo los aparatos del hogar que se quedan en 'stand-by'**: es decir, en espera para un rápido funcionamiento. Sumado a otros buenos hábitos, podemos ahorrarnos un buen pico en la factura de la luz.

Elige bombillas LED. Las bombillas LED consumen un 23% menos que las halógenas y hasta un 90% menos con respecto a las incandescentes¹⁰, ya fuera de circulación por su alto gasto y baja eficiencia. Podemos ahorrar **entre 30 y 200 euros al año**¹¹ si instalamos bombillas LED en sustitución de halógenas o incandescentes, respectivamente. Debido a que su coste es más alto, lo ideal es cambiarlas progresivamente, conforme se estropeen las ya instaladas.

Trata bien a tu frigorífico. El frigorífico y el congelador son dos de los electrodomésticos que más consumen en un hogar promedio: no consumen mucho, pero necesitamos mantenerlos encendidos todo el día. Evitar introducir platos calientes, distribuir bien los alimentos (utilizando la bandeja de mayor frío para la carne o el pescado) o limpiar el polvo tras el aparato para asegurar una buena ventilación son trucos sencillos para gastar menos. Y recuerda que, **si tu congelador genera escarcha**, retirar una capa de 3 milímetros le hará consumir **un 30% menos (unos 21 euros al año)**¹².

Revisa periódicamente tu caldera. El mantenimiento adecuado de tu caldera puede reducir hasta un 15%¹³ el consumo innecesario de gas natural, consiguiendo **un ahorro de hasta 97 euros al año**¹⁴.

MEDIDAS DE COSTE MEDIO-ALTO, PARA PLANIFICAR A LARGO PLAZO

Cámbiate a electrodomésticos más eficientes. Aunque la inversión inicial sea alta, puede

merecernos la pena a largo plazo **adquirir nuevos electrodomésticos que consigan el mismo resultado consumiendo menos**: la definición literal de 'eficiencia'. Una adquisición de un frigorífico 'combi' (con congelador incluido) con la etiqueta de eficiencia energética B (la anteriormente conocida como A+++) **nos ahorrará hasta 60 euros al año de media** con respecto a un aparato con la etiqueta D. El ahorro con otros aparatos, como la lavadora (8 euros al año) o el horno (4 euros al año)¹⁵, son más discretos, pero todo suma: tenlo en cuenta cuando toque renovar los electrodomésticos, por antigüedad o por funcionamiento deficiente.

Mejora el aislamiento de fachada y ventanas. Un buen aislamiento térmico en nuestras ventanas y nuestra fachada podría conseguir **un ahorro de, ojo, 182 euros anuales**, reduciendo en un **50% el consumo en calefacción**¹⁶. Una reforma de este tipo no es barata y suele requerir el acuerdo de la comunidad de vecinos, si vives en un piso. Sin embargo, **existen varias ayudas del Gobierno para abaratar hasta en un 80% la obra**, por lo que merece la pena plantearse y, con el precio del gas al alza, amortizar en unos pocos años el desembolso inicial.

Una opción barata y sencilla, si no quieres meterte en grandes obras para mejorar la eficiencia, es poner **burletes** en los marcos de puertas y ventanas: pequeñas tiras adhesivas, que se adquieren en cualquier ferretería por unos cuantos euros, para evitar la entrada de aire.

Adquiere una caldera de condensación. Este tipo de calderas aprovechan el calor que se genera al enfriar el vapor de agua contenido en los humos de la combustión antes de que se vayan por la chimenea. **Consumen un 30% menos**¹⁷, con lo que **se puede ahorrar hasta 193 euros al año en gas**¹⁸.

NO TE OLVIDES DE COMPARAR

Aunque no supone un ahorro energético de por sí, **comparar tarifas y optar por una oferta más asequible** es vital para pagar menos a final de mes por la luz y el gas. **Hay una diferencia de 207 euros anuales, un 26,47%**⁵ **más, entre la tarifa eléctrica de precio fijo más barata y la más cara** de las analizadas por Kelisto. Y en cuanto al gas, la Tarifa de Último Recurso (TUR), la opción regulada, sigue siendo la más barata del mercado; pero si prefieres quedarte en el mercado libre y contar con precio fijo y servicios adicionales, **la tasa de ahorro máximo es del 36% (183 euros al año)**⁵.

AYUDAS GUBERNAMENTALES PARA EL AHORRO ENERGÉTICO

El **bono social eléctrico** ofrece descuentos de un **35% para consumidores vulnerables y de hasta el 50% para vulnerables severos**, toda vez que el Congreso ha rechazado el decreto del Gobierno que ampliaba los descuentos hasta el 57,5% de máximo¹⁹. Ten en cuenta que **contratar el Precio Voluntario para el Pequeño Consumidor (PVPC), la tarifa regulada, es requisito indispensable**: su coste cambia cada hora y cada día, aunque con menos vaivenes que antes por su rediseño, que tiene en cuenta el mercado de futuros. Comprobar si cumples los requisitos y solicitar el bono es la mejor manera de obtener un ahorro rápido y muy

considerable en la factura de la luz.

Si te otorgan el bono social de la luz, tendrás derecho a recibir el **bono social térmico**, que ofrece ayudas directas de entre 35 y 370 euros para pagar la calefacción. El importe final depende del grado de vulnerabilidad y la zona climática de residencia.

Más información en www.kelisto.es

Kelisto.es es una compañía independiente de cualquier compañía de seguros o entidad financiera y, por este motivo, todas las informaciones emitidas desde Kelisto.es son completamente imparciales y objetivas. Esto nos permite ser libres a la hora de informar al consumidor para que ahorre en sus facturas del hogar y lograr que las compañías sean más competitivas.

Kelisto.es no promueve ninguna marca ni oferta por motivos comerciales; la información (ya sea del comparador o de los contenidos propios) se basa en hechos y datos, de manera que la plataforma es 100% objetiva.

FUENTES Y METODOLOGÍA

1. Cálculos de Kelisto sumando el ahorro de todas las medidas de eficiencia energética planteadas.
2. Página del Mercado Ibérico del Gas (MIBGAS): <https://www.mibgas.es/>
3. “El cierre de Ormuz pondrá al gas europeo en los 92 €/MWh”. En El Periódico de la Energía: <https://elperiodicodelaenergia.com/el-cierre-de-ormuz-pondra-al-gas-europeo-en-los-92-mwh>
4. Cálculos de Kelisto teniendo en cuenta la predicción de la consultora ICIS y teniendo en cuenta el precio del coste de la energía en la tarifa regulada durante febrero de 2026. Para la factura promedio se ha tenido en cuenta un consumo anual de 2.540 kWh y una potencia contratada de 4,2 kW.
5. Cálculos de Kelisto de ahorro máximo entre la tarifa más cara de luz y gas de entre las analizadas por el comparador en febrero de 2026 y la más barata del mes, de precio fijo.
6. Cálculo de Kelisto teniendo en cuenta el gasto medio en calefacción que calcula el Instituto para la Diversificación y el Ahorro de Energía (IDAE) y el precio medio de las tarifas más baratas de gas de febrero de 2026.
7. Porcentaje de ahorro que calcula la Asociación Nacional de Ahorro y Eficiencia Energética (ANAE).
8. Cálculo de Kelisto teniendo en cuenta el gasto medio en aire acondicionado que calcula la Organización de Consumidores y Usuarios (OCU) y el precio medio de las tarifas más baratas de luz de precio fijo de febrero de 2026.
9. Cálculo de Kelisto en base a los datos del informe ‘Consumos del Sector Residencial en España’ del IDAE.
10. Cálculo de la comercializadora Pepeenergy.
11. Cálculo de Kelisto teniendo en cuenta las cifras de Pepeenergy y las tarifas del comparador de ofertas de precio fijo en febrero de 2026.
12. Cálculo de Kelisto en base a las estimaciones de la OCU y las tarifas del comparador de precio fijo en febrero de 2026.
13. Estimación del Gobierno en el plan ‘Más Seguridad Energética’, presentado en octubre de 2022.
14. Cálculo de Kelisto en base a las estimaciones del Gobierno y teniendo en cuenta el precio medio de las tarifas de gas analizadas por Kelisto en febrero de 2026.
15. Cálculos de la Asociación Nacional de Fabricantes e Importadores de Electrodomésticos (Anfel) en base al consumo medio de cada aparato que estima el IDAE.

16. Porcentaje de ahorro calculado por la empresa Danosa. Consumo medio en calefacción estimado por el IDAE.

17. Estimación de Junkers.

18. Cálculo de Kelisto en base al consumo medio de gas estimado por el IDAE y el precio medio de las tarifas más baratas de gas en febrero de 2026.

19. "Qué ha votado hoy el Congreso: así quedan los desahucios, los autónomos, las pensiones y el bono social eléctrico". En Europa Press:

<https://www.europapress.es/economia/noticia-votado-hoy-congreso-asi-quedan-desahucios-autonomos-pensiones-bono-social-electrico-20260226175535.html>

SOBRE KELISTO.ES

Con más de 10 años de recorrido en el mercado español, Kelisto.es es uno de los comparadores online más grandes del panorama nacional. Nuestro objetivo es ayudar a los consumidores a ahorrar dinero en las facturas del hogar con ofertas personalizadas de distintos servicios:

- **Telecomunicaciones:** telefonía móvil, Internet y televisión
- **Seguros:** seguros de coche, de moto, de salud, de hogar y de vida
- **Finanzas personales:** hipotecas, cuentas bancarias, préstamos, tarjetas y depósitos
- **Energía:** electricidad y gas

Kelisto.es ofrece un servicio online gratuito e independiente, con información útil, veraz e imparcial. Para ello, facilita a sus usuarios:

- **Procesos de ayuda** en los que, con ayuda de nuestros expertos y de la tecnología, seleccionamos para ti solo aquellas ofertas o productos que realmente se adaptan a lo que necesitas, al mejor precio.
- **Herramientas de comparación**, objetivas y fáciles de usar, que permitan comparar un gran número de productos en un único lugar y elegir aquel que mejor se adapte a las necesidades de cada consumidor.
- **Contenido de calidad** imparcial, didáctico y elaborado por expertos para ayudarte a hacer grande la letra pequeña de los productos y servicios que comparamos.

SOBRE EL INSTITUTO DEL AHORRO DE KELISTO

El [Instituto del Ahorro de Kelisto](#) es el espacio donde recopilamos todos nuestros recursos sobre ahorro y consumo inteligente. A través de guías, análisis, *rankings* y contenido audiovisual, el Instituto ayuda a los usuarios a tomar decisiones informadas en áreas clave como finanzas personales, seguros, telecomunicaciones y energía. Este espacio también refleja nuestra evolución hacia un enfoque más personalizado del ahorro, consolidando nuestro papel como expertos en todos los sectores en los que trabajamos y ofreciendo un servicio único, profesional y objetivo.

Visítanos en www.kelisto.es



NOTA DE PRENSA

PARA MÁS INFORMACIÓN:

Javier Martínez Portavoz de Energía

- javier.martinez@kelisto.es - prensa@kelisto.es
- Teléfono: 658 61 55 66

Sara Perales Directora de Comunicación y Contenido

- sara.perales@kelisto.es - prensa@kelisto.es
- Teléfono: 654 70 62 05