

# Manual del comercio sostenible y eficiente

TALLER D'OCUPACIÓ DONES DE NULES II



# Índice

## **DESARROLLO SOSTENIBLE**

**1**

¿QUÉ ES EL DESARROLLO SOSTENIBLE?

## **EFICIENCIA ENERGÉTICA**

**2**

¿POR QUÉ ES IMPORTANTE LA EFICIENCIA  
ENERGÉTICA PARA EL COMERCIO?

## **USOS EFICIENTES**

**3**

EN LA ILUMINACIÓN  
EN LA CLIMATIZACIÓN  
EN LOS EQUIPOS DE FRÍO  
EN EL AISLAMIENTO

## **GESTIÓN DEL AGUA**

**4**

¿POR QUÉ PRESTAR ATENCIÓN A LA  
GESTIÓN DEL AGUA EN EL  
COMERCIO?

## **BUENAS PRÁCTICAS**

**5**

BUENAS PRÁCTICAS PARA QUE TU  
COMERCIO SEA EFICIENTE Y SOSTENIBLE

# Desarrollo sostenible

## ¿QUÉ ES EL DESARROLLO SOSTENIBLE?

Una definición básica pero bastante representativa del concepto de sostenibilidad sería aquel desarrollo y crecimiento que satisface las necesidades económicas y sociales presentes con respeto al medio ambiente y sin poner en riesgo la capacidad de las generaciones venideras y el futuro de los recursos naturales.

El desarrollo sostenible es aquél que debe garantizar el equilibrio entre el crecimiento económico, el cuidado del medio ambiente y el bienestar de la sociedad.

¡Tan sencillo y tan complicado al mismo tiempo!

El concepto aparece por primera vez en 1987 con la publicación del Informe Brundtland que alertaba de las negativas consecuencias que sobre el medio ambiente tiene el desarrollo económico y la globalización.



En la actualidad muchos de los retos a los que se enfrenta el ser humano, como el cambio climático, las desigualdades, el déficit de agua...solo pueden resolverse desde una perspectiva global y promoviendo el desarrollo sostenible y su apuesta por el progreso social, el crecimiento económico y el equilibrio medioambiental.

En el mencionado informe se apuntaban posibles soluciones a los problemas derivadas de la industrialización y del crecimiento de la población.

# Eficiencia energética

## ¿POR QUÉ ES IMPORTANTE LA EFICIENCIA ENERGÉTICA PARA EL COMERCIO?

La eficiencia energética es aquella práctica que tiene como objetivo reducir el consumo de energía y optimizar su uso en el desarrollo de la actividad económica sin que merme sus prestaciones y servicios.

El pequeño comercio está evolucionando en la dirección adecuada reduciendo progresivamente el impacto de sus operaciones.

Esto responde en gran medida a la adaptación creciente a la regulación medio ambiental, al desarrollo de tecnologías cada vez más eficientes y también a las propias decisiones éticas de los empresarios y a su capacidad de proyectar las preferencias de los consumidores que valoran de forma creciente los productos considerados ecológicos y sostenibles, o los llamados productos verdes.

Además para un comercio son muchos los beneficios que tiene ser sostenible y comprometido y aquí te dejamos algunos de ellos:

- Es más rentable y permite ahorrar en las facturas .
- La utilización de materiales de construcción y el diseño sostenible permiten alargar la vida útil de las instalaciones, amortizando la inversión en un período más corto.
- El consumo responsable es una motivo de compra cada vez más extendido.
- El compromiso con el medio ambiente es cada vez más necesario.

*La economía circular es un concepto muy relacionado con la eficiencia y con el aprovechamiento al máximo de los recursos como agua y energía, así como conceder una segunda oportunidad a aquellos productos que deseamos.*

Los ámbitos más destacados en los que el comercio debe incidir en la eficiencia energética porque son los que concentran los principales problemas medioambientales son:



# Usos eficientes

Para que un comercio sea sostenible es necesario que establezca un plan de ahorro energético orientado a reducir el consumo energético y su gestión de residuos adoptando medidas en su escala.

Es conveniente que se trace un plan de ahorro energético basado en objetivos realistas que permitan el control real del consumo, por ejemplo de forma mensual, en las diferentes áreas del establecimiento.

Te proponemos un plan de ahorro energético sencillo basado en usos eficientes en:

ILUMINACIÓN

CLIMATIZACIÓN

FRÍO INDUSTRIAL

AISLAMIENTO



## ILUMINACIÓN

En el comercio hay que prestar atención a la iluminación porque el consumo energético es, en la mayoría de los casos, el mayor gasto que tiene un establecimiento. Pero además una buena iluminación influye en la experiencia de compra, crea diferentes espacios y visibiliza productos por lo que facilita el trabajo tanto de los potenciales clientes como de los propios compañeros.

Disminuir el consumo en electricidad es un objetivo que debe contemplarse en el plan de ahorro energético de cualquier comercio.

CONFÍA EN LOS PROFESIONALES PARA REVISAR TUS EQUIPOS, TU INSTALACIÓN, POTENCIA Y FACTURAS, ASÍ COMO PARA QUE ESTABLEZCAN LOS PUNTOS FUERTES Y DÉBILES DE TU ESTABLECIMIENTO.

CON LA INFORMACIÓN PODRÁN ESTABLECER UN PLAN DE REDUCCIÓN DEL CONSUMO Y, POR LO TANTO, DEL GASTO QUE SUPONE PARA TU COMERCIO.

### ¿CÓMO PUEDES REDUCIR EL CONSUMO ELÉCTRICO EN TU COMERCIO?

- **REVISAR TU INSTALACIÓN ELÉCTRICA Y LA POTENCIA CONTRATADA**

Es conveniente realizar una auditoría para comprobar el estado de la instalación e identificar las necesidades de las distintas áreas de tu establecimiento, dado que cada una requerirá de un tratamiento de iluminación y consumo diferentes.

- **INSTALAR UN ALUMBRADO EFICIENTE Y ADECUADO A LAS NECESIDADES DE CADA ESPACIO**

Hay distintas soluciones que pueden adaptarse a tu modelo de negocio: las lámparas de bajo consumo y el sistema led permiten grandes ahorros en el consumo.

- **PON EN MARCHA LAS MEDIDAS Y COMUNÍCALAS AL PERSONAL**

Pon en marcha todas las medidas adoptadas para que faciliten tu objetivo de reducir el consumo energético.

Los cambios, por pequeños que parezcan, pueden ser muy valiosos en la reducción de tu factura. Es importante que tu entorno los conozca y los aplique.

- **ELIGE BIEN LAS LAMPARAS A INSTALAR PARA GANAR EN EFICIENCIA**

Tienes que elegir lámparas que se adecuen a tus necesidades. Ten en cuenta la reproducción del color, que se mide mediante el Índice de Rendimiento en Color (IRC o Ra). El valor máximo que reproduce la luz natural del sol equivale a 100. Menos de 60 IRC es una iluminación pobre mientras que entre 60 y 80 es buena; entre 80 y 90 muy buena y superior a 90 es excelente. En espacios interiores no es aconsejable utilizar índices por debajo de 80 Ra.

- **BUSCA SIEMPRE LA ETIQUETA ENERGÉTICA**

En la caja de la lámpara que decidas adquirir debe figurar la etiqueta energética. En una escala por abecedario, la más eficiente es la clase A y la F la menos. Las lámparas de bajo consumo o led son más caras inicialmente, pero duran más y gastan menos.

- **APUESTA POR ENCENDIDOS AUTOMÁTICOS Y SISTEMAS REGULADOS**

Puedes utilizar sensores de presencia en zonas donde no haya un tránsito continuo; instalar interruptores dirigidos; o lámparas en zonas concretas del establecimiento para no mantener encendidas, de forma simultánea, luminarias que no necesitamos. Así mismo puedes instalar reguladores de uso en función de la luz natural recibida; o temporizadores y sistemas de luminosidad en el escaparate, por citar algún ejemplo.

- **LIMPIEZA Y MANTENIMIENTO**

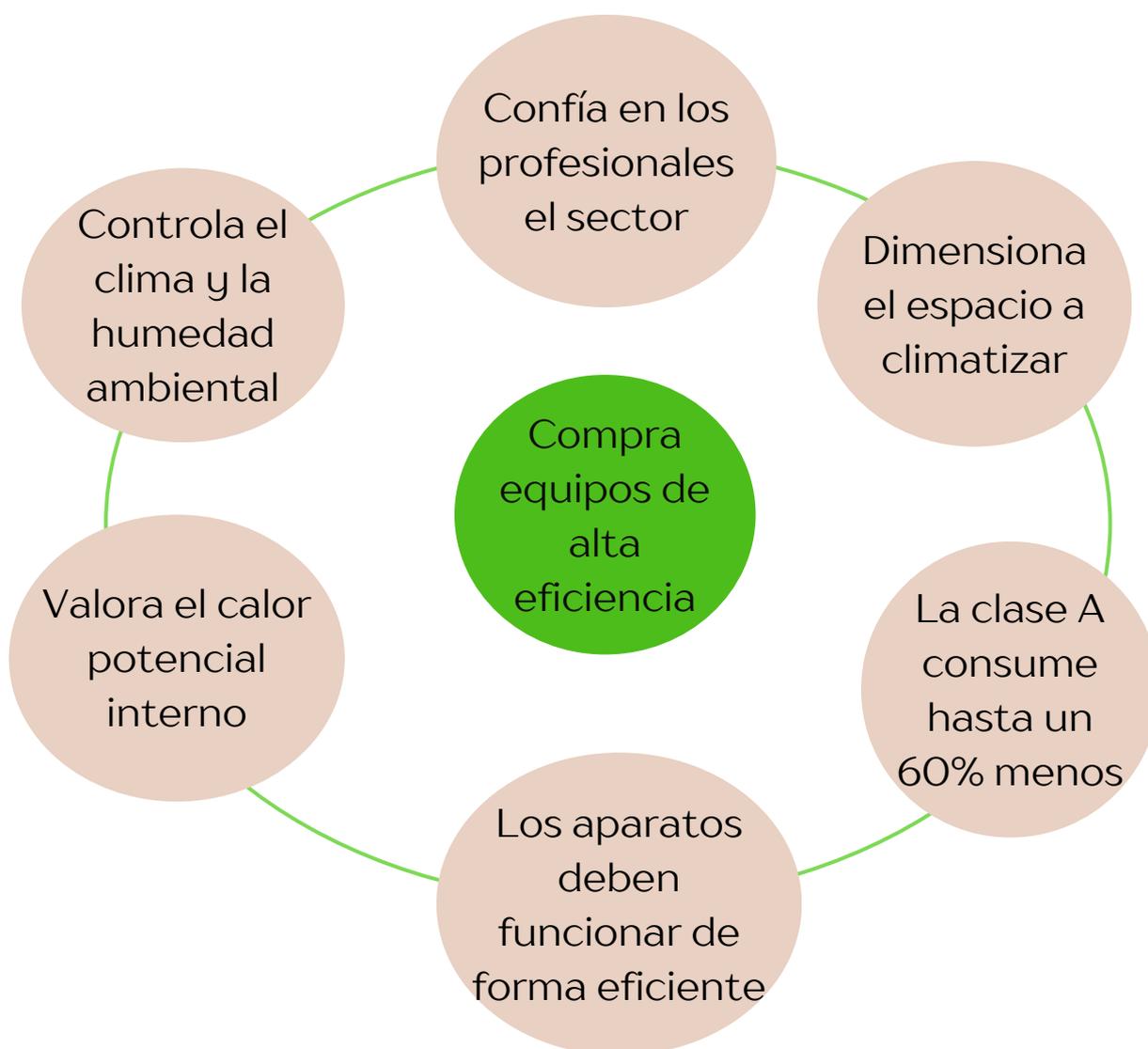
Es conveniente que limpies y mantengas las luminarias y las lámparas de forma habitual con el objetivo de conseguir un mejor rendimiento de los sistemas de iluminación y, a la vez, prevenir el deterioro de la instalación.

## CLIMATIZACIÓN

La climatización no es un tema baladí para el comercio puesto que ayuda a:

- Crear atmósfera
- Influir en el grado de confort del establecimiento
- Mejorar el rendimiento del equipo de trabajo

### RECOMENDACIONES PARA REDUCIR EL CONSUMO



## ASPECTOS A TENER EN CUENTA

Una vez comprado un aparato de climatización y/o refrigeración es conveniente tener en cuenta los siguientes aspectos :



### **Temperatura**

Hay que ajustarla correctamente en cada espacio y en cada momento para conseguir un beneficio económico y ambiental. La diferencia de un grado centígrado puede suponer una variación de hasta un 8% del consumo total de energía.



### **Sistemas de gestión**

Puedes regular el acondicionamiento térmico de tu local con termostatos a 20° en invierno y a 25° en verano; e instalar un regulador para la caldera o programar una desconexión de 30 minutos en el sistema de climatización.



### **Tarifa horaria**

Si tienes sistema de calefacción eléctrico por acumulación y lo utilizas solo algunas horas durante la jornada, recuerda que con una tarifa de discriminación horaria consumes la misma energía pero reduces tu factura de forma considerable.



### **Ventilación**

A primeras horas de la mañana conviene abrir en verano y cerrar en invierno. En verano con la ayuda de un ventilador se reduce la sensación de temperatura entre 3°C y 5°C, con lo que consigues un menor consumo eléctrico y una reducción de tu factura.



### **Calderas de condensación**

Aunque las calderas de condensación requieren inicialmente de una inversión, lo cierto es que con su uso se consigue un ahorro de hasta un 25% , por lo que el resultado es un plazo de amortización relativamente corto.



### **Mantenimiento**

Es importante que realices un mantenimiento adecuado de los sistemas de calefacción y refrigeración con la limpieza de filtros al menos una vez al mes, de condensadores y evaporadores. Evita una mal aislamiento.

## FRÍO INDUSTRIAL

¿Por qué es importante prestar atención a los equipos que generan frío de el comercio?



Puede representar un porcentaje muy elevado de la factura; en el sector de la alimentación por citar un ejemplo supone el 65% del consumo total de la energía.

La optimización de los equipos de frío tiene una repercusión directa en el ahorro energético y favorece el consumo responsable.

¿Cómo se puede reducir el consumo generado por los equipos de frío en los establecimientos?



Consulta siempre su eficiencia energética; recuerda que si tienes instalado un equipo de frío con más de 10 años de vida, ya no es tan eficiente y su consumo será más elevado.

No sobredimensiones el equipo de frío. Si consideras que no lo vas a llenar al completo, es preferible adquirir uno más pequeño.

Ajusta la temperatura de los aparatos de frío industrial, ya sean frigoríficos, congeladores o arcones, entre otros. Recuerda que el control del termostato evita el aumento de consumo y que una cámara frigorífica programada 5° por debajo de lo necesario incrementa su consumo de energía en un 25%.

Instala tu equipo de frío alejado de fuentes de calor porque esto facilita que trabajen mejor y que consuman menos.

Intenta abrir lo menos posible el equipo de frío y solo el tiempo que sea estrictamente necesario. Ten en cuenta que las frigorías salen al exterior y para conservar la temperatura, no pueden hacerlo de otra forma que incrementando el consumo.

Es importante, pues, programar la apertura de las cámaras frigoríficas en la medida de lo posible.

También has de tener en cuenta el mantenimiento de los equipos de forma periódica, ya que esto permite un mejor funcionamiento, una vida útil más extensa y un consumo mínimo.

Adquieren importancia las revisiones periódicas para garantizar el buen estado de los cerramientos que eviten escapes de frío como la programación del desescarche: una máquina con hielo consume más energía.

No olvides confirmar que el contrato con la compañía comercializadora es la mejor opción. Dado que las instalaciones de frío están en funcionamiento durante 24 horas tener un buen contrato, con una tarifa beneficiosa, puede suponer un importante ahorro.



Las innovaciones tecnológicas aplicadas a mejorar la eficiencia de los aparatos eléctricos nos han llevado a importantes reducciones de consumo y para minimizar el cambio climático y la degradación ambiental.

Iluminación  
led

Termostatos  
inteligentes

Paneles  
solares

Redes  
inteligentes

Sistemas de  
gestión  
inteligentes

## AISLAMIENTO

### USOS EFICIENTES



### MEJORA DEL RENDIMIENTO

REVISAR EL ESTADO DE LAS VENTANAS, PUERTAS Y CRISTALES, ESPECIALMENTE, EN LAS ZONAS DE CIERRE

SUPERVISAR EL AISLAMIENTO DE PAREDES, MUROS, FACHADA, TECHO...

## PRESTA ATENCIÓN A LOS PUNTOS DE ACCESO AL ESTABLECIMIENTO PARA EVITAR LAS FUGAS DE CALOR Y FRÍO

Los sistemas de cierres automático reducen la pérdida de calor

Una doble puerta o un vestíbulo minimiza la entrada de aire

Las cortinas de aire en las puertas reducen la pérdida de energía

## INVIERTE EN EL AISLAMIENTO DE VENTANAS Y CRISTALES

Los cristales de dos o más capas aumentan el aislamiento termal

La baja emisividad reduce la pérdida de calor en un 11%

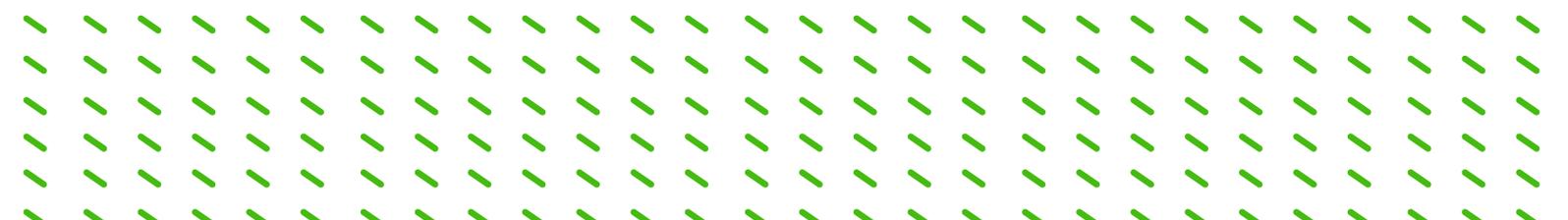
Hay cristales y láminas de baja emisividad en tonalidad transparente

## CUIDA EL AISLAMIENTO DE PAREDES Y SUELOS

Un falso techo aislante puede suponer hasta un 15% de ahorro de energía

Aísla el suelo si debajo tienes un sótano; el ahorro puede ser de hasta un 8%.





# Gestión del agua

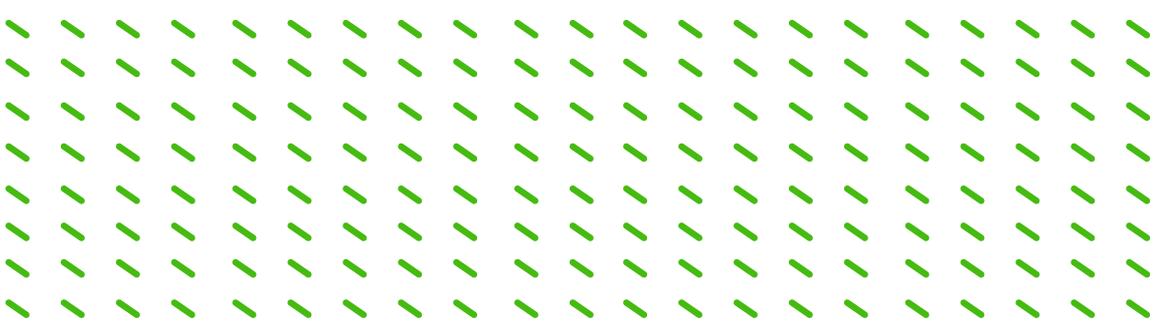
## ¿POR QUÉ ES IMPORTANTE LA GESTIÓN DEL AGUA EN EL COMERCIO?

- ES UN RECURSO NATURAL VITAL Y EL MÁS ESCASO.
- LA REDUCCIÓN DE SU CONSUMO SUPONE BENEFICIOS ECONÓMICOS Y VENTAJAS AMBIENTALES.
- CUANTO MENOS SE CONSUME, MENOS CAUDAL HAY QUE DEPURAR TRAS SU USO.
- EL CONSUMO DE AGUA CALIENTE ESTÁ ASOCIADO AL AHORRO DE ENERGÍA.

## ¿CÓMO GESTIONAR DE FORMA ADECUADA EL AGUA EN UN ESTABLECIMIENTO?

- LOCALIZA EL CONTADOR, LAS LLAVES DE PASO Y LA LLAVE GENERAL.
- DETECTA POSIBLES FUGAS OCULTAS.
- VIGILA EL ESTADO DE LAS INSTALACIONES.
- IMPLANTA HÁBITOS RESPONSABLES EN CLIENTES Y EMPLEADOS.

- SUSTITUYE MANGUERAS DE AGUA POR ASPIRADORAS, ESCOBAS...EN LOS PROCESOS DE LIMPIEZA.
- UTILIZA LA TECNOLOGIA PARA RACIONALIZAR EL CONSUMO.
- INSTALA DISPOSITIVOS DE AHORRO: AIREADORES PARA LOS GRIFOS; PULSADORES DE PARADA VOLUNTARIA PARA LOS INODOROS...
- APLICA MEJORAS QUE FACILITEN EL TRATAMIENTO DE AGUA RESIDUAL.
- EVITA EL VERTIDO POR EL SUMIDERO DE SUSTANCIAS QUE OBSTACULICEN EL TRABAJO DE LIMPIEZA DEL AGUA.
- UTILIZA DETERGENTES SIN FOSFATOS NI CLORO EN CANTIDADES MÍNIMAS
- UTILIZA DISPENSADORES DE JABÓN RELLENABLES.



# Buenas Prácticas

Podríamos definir las Buenas Prácticas medioambientales como aquellas acciones que tienen como objetivo reducir el impacto ambiental negativo que causan los procesos productivos.

La aceptación de las Buenas Prácticas responde, básicamente, a la simplicidad de las mismas y a su bajo coste, así como a la obtención de una respuesta rápida.

La implantación de estas medidas permite:

- Reducir el consumo y el coste de la gestión de residuos como agua o energía, así como identificar los posibles subproductos.
- Minimizar las emisiones a la atmósfera, los ruidos y los vertidos de aguas.
- Mejorar la competitividad de la empresa.
- Potenciar la imagen de empresa eficiente y sostenible con el impacto positivo en la influencia en la tendencia de consumo.

## IMPORTANTE TENER EN CUENTA



### ***Diseño y construcción***

- Los espacios diáfanos permiten una distribución de la luz y una climatización adecuadas, siempre haciendo un uso inteligente de la luz natural.
- Utilizar un buen aislamiento térmico evita la pérdida del calor a través de fachadas, cubiertas, suelos y puertas.
- Usar materiales respetuosos con el entorno.



### ***Eficiencia energética***

- Utilizar detectores de presencia en las zonas menos transitadas.
- Mejorar la iluminación con balastos electrónicos que alargan la vida de las lámparas.
- Optimizar la climatización con programadores horarios y con láminas adhesivas u otros elementos de protección solar.



### ***Reducir, reutilizar y reciclar***

- Emplear bolsas y embalajes que sean reutilizables.
- Comprar productos con envases biodegradables o de fácil reciclaje y de fácil valorización.
- Usar dispensadores de alimentos a granel, evitando los individualizados, para evitar en la mayor medida posible los envases plásticos desechables.



### ***Implicación de tus empleados y clientes***

- Es conveniente conseguir la implicación y el compromiso, tanto de los empleados como de los clientes con la realización de acciones que les motiven
- Favorecer iniciativas como la denominada compra-trueque, de manera que al comprar un producto nuevo, pueda depositarse en el establecimiento otro que no se utilice y pueda ser reciclado o reutilizado por alguna ONG. Nos referimos a ropa, juguetes, libros...

