

Programa de Think Energy

Guía para la familia

CenterPoint Energy | Xcel Energy®

Querido alumno,

La energía es una parte importante de nuestra vida cotidiana. ¿Alguna vez has pensado de dónde viene, o cómo llega a donde la necesitas? ¡Estás a punto de descubrirlo!

Recibirás un *Kit de Take Action* con productos que ayudan a ahorrar energía en el hogar. Al instalar estos productos, comparte con tu familia lo que has aprendido sobre la energía en la escuela. Luego utiliza esta guía para descubrir otras formas de conservar energía y agua.

¡Gracias por hacer una diferencia!



Este icono aparecerá cuando un administrador de propiedades puede ayudarle a los inquilinos con eficiencia energética.



Recibe una recompensa al completar la *Verificación de energía doméstica* de una de dos maneras:

- Completa la hoja de trabajo en papel y devuélvela a tu maestro.
- Escanea el código QR y visita el sitio web para completar la hoja de trabajo en línea.

ThinkEnergy.org/XcelEnergy-CenterPointEnergy

Actividad
1

El uso de energía en tu hogar

La mayoría de las familias en los Estados Unidos usan alrededor del 30% de la energía para iluminar la casa y para usar electrodomésticos y aparatos electrónicos, el 51% para calentar y enfriar sus hogares, y el 19% para calentar el agua.

Colorea el gráfico circular con tres colores de tu elección. Las porciones de pastel deben ser iguales a los porcentajes anteriores.

- Iluminación, electrodomésticos y aparatos electrónicos
- Calefacción y refrigeración
- Calentar agua

(Fuente: **eia.gov/energyexplained/use-of-energy/homes.php**, accedido febrero de 2025)

La energía es la capacidad de realizar un trabajo. Necesitamos energía para calentar y enfriar el aire y el agua en nuestros hogares. También necesitamos energía para darle poder a nuestros accesorios y dispositivos eléctricos. ¿Sabías que nuestra energía proviene de recursos **renovables** y **no renovables**?

Renovables	No renovables
sol	petróleo
viento	carbón
agua	gas natural
geotermia	uranio
biomasa	
gas natural renovable	
hidrógeno verde	



Cuando somos **eficientes**, usamos menos energía para realizar la misma cantidad de trabajo. Para ser más eficientes, ¡Piensa! sobre cómo se usa la energía, ¡Habla! con tu familia sobre cómo usar la energía sabiamente y **¡Toma acción!** con los productos en el *Kit de Take Action**. *¡Las Instrucciones de Instalación* en el kit o los videos de instalación **ThinkEnergy.org/XcelEnergy-CenterPointEnergy** pueden ayudarte!

Las fuentes no renovables pueden liberar contaminantes como el dióxido de carbono (CO_2). Por eso Xcel Energy y CenterPoint Energy están trabajando para aumentar la energía renovable: Xcel Energy con el objetivo de construir un futuro sin carbono y servir a los clientes con electricidad 100% libre de carbono para 2050 y CenterPoint Energy mediante el desarrollo de recursos innovadores de energía limpia como el gas natural renovable y el hidrógeno renovable. Visite **xcelenergy.com/Carbon** y **CenterPointEnergy.com/FutureMN** para ver cuánto progreso se ha logrado con la ayuda de estudiantes y familias.



Comencemos. Haz un recorrido de esta casa que usa la energía de manera eficiente. Marca las casillas junto a los consejos que has usado para ver qué tan eficientemente estás viviendo.

*No todos los artículos de bajo consumo de energía en este folleto estarán en el *Kit de Take Action*.

Cocina

Aireador de cocina

- [ ] Instala un aireador eficiente en la cocina.
- [ ] Usa una bolsa de prueba de flujo para medir la rapidez con que sale el agua de la llave vieja y de la nueva. ¿Cuánta agua estás ahorrando con el nuevo aireador?

Escanee el código QR para ver videos de instalación.



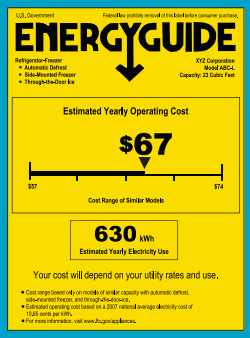
Ventiladores

- [ ] Usa ventiladores para ahorrar energía. Si utilizas aire acondicionado, un ventilador de techo te permitirá elevar el termostato y todavía permitir que te sientas a gusto.

Refrigerador

- [ ] Recicla el modelo viejo ineficiente, en vez de usarlo como repuesto o extra.
- [ ] Decide lo que buscas antes de abrir la puerta.

Busca las etiquetas amarillas de EnergyGuide las cuales muestran la eficiencia de un electrodoméstico y el costo para usarlo.



Al cocinar

- [ ] Para cocinar o recalentar porciones pequeñas, utiliza el microondas o un horno tostador.
- [ ] Siempre usa una olla de un tamaño proporcional al del quemador y usa tapas para acortar el tiempo de cocinar.
- [ ] Al hornear, mantén la puerta del horno cerrada tanto como sea posible.

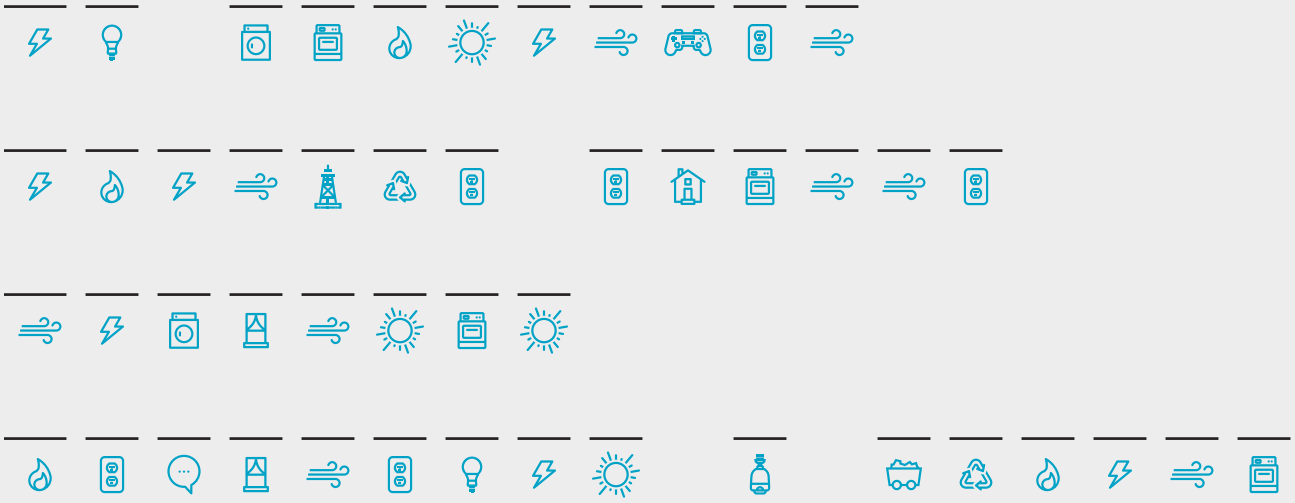


Lavavajillas

- [ ] Sólo haz funcionar el lavavajillas cuando esté lleno.
- [ ] Apaga la opción de secado y deja los platos secar al aire.
- [ ] Elije un modelo de ENERGY STAR® cuando estés comprando un nuevo lavavajillas.

Actividad
2

¡Encuentra el código de eficiencia energética!



KEY

a b
c d
e f
g h
i j
k l
m n
o p
q r
s t
u v
w x
y z

Sala de estar

- [ ] Instala bombillas LED. Estas usan hasta 90% menos energía y duran hasta 25 veces más tiempo que las bombillas incandescentes.

¿Qué tienen en común apagar las luces y un equipo de béisbol?

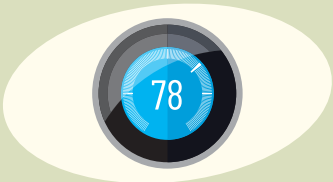
Respuesta: Ambos necesitan un bateador ambidiestro.

Chimenea

- [ ] Mantén siempre el tiro de la chimenea cerrado cuando no esté en uso. Las puertas de vidrio de una chimenea también ayudan a mantener el frío afuera.

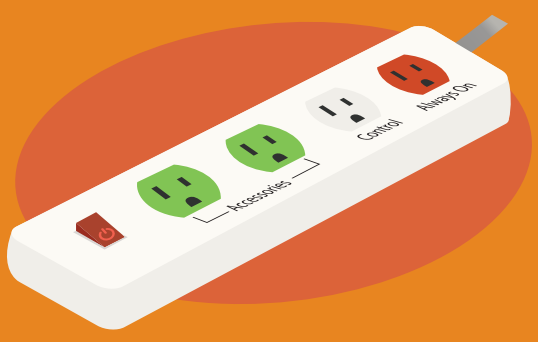
Termostato

- [ ] Instala un termostato programable o inteligente para regular la temperatura de tu hogar de acuerdo a tu horario. Este artículo de bajo costo es fácil de instalar y ahorrará energía y dinero.
- [ ] Programa el termostato entre 68 a 70 F en el invierno y hasta donde sea cómodo en el verano.



Regleta avanzada

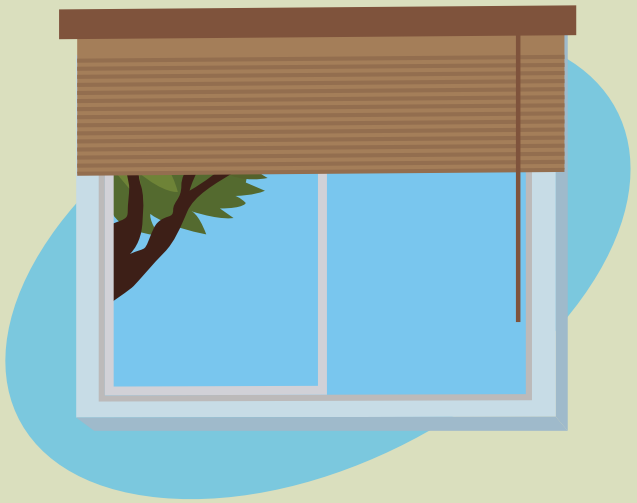
- [ ] Usa una regleta avanzada. Existen varios tipos de regletas que puedes usar para ahorrar electricidad. Todas cumplen con la misma función de desconectar el suministro de energía a los artículos que no están en uso. Si el televisor está enchufado a la regleta, los accesorios del televisor se apagan cuando el este apagado.



- [ ] Sella pequeños agujeros alrededor de las ventanas y puertas utilizando sellador, espuma en spray o burlete.

Ventanas

- [ ] Mantén las ventanas cerradas cuando la calefacción o el aire acondicionado estén encendidos.
- [ ] Cierra las cortinas y las persianas para evitar la luz del sol y el calor.



¿Qué tienen en común un horno y un avión?

Respuesta: Ambos necesitan un piloto.

Dormitorio

- [ ] Apaga las luces cuando salgas del dormitorio.
- [ ] Desenchufa los cargadores cuando no estén en uso ya que continúan utilizando electricidad aún cuando la batería está completamente cargada.
- [ ] Utiliza una luz nocturna de bajo consumo.



Actividad 3

¡Hagamos una búsqueda del tesoro de energía! Busca cada uno de estos artículos en tu casa.

Lo encontré aquí.

LED

Ventilador de techo

Regleta avanzada

Sellador, espuma en spray o burlete

Platos o ropa secándose al aire libre

¿Por qué el jardinero plantó una bombilla?

Respuesta: Quería cultivar una planta de energía.

Baño



- [ ] Ahorra agua instalando inodoros de WaterSense®

Para más información visita **epa.gov/watersense**.

- [ ] Cierra el agua cuando te cepilles los dientes.
- [ ] Siempre repara los grifos que gotean.

Cabezal de ducha

- [ ] Usa una bolsa de prueba de flujo para medir que tan rápido sale el agua del cabezal de la ducha existente.
- [ ] Instala un cabezal de ducha eficiente.
- [ ] Una vez más, usa una bolsa de prueba de flujo para ver cuánta agua puedes ahorrar cada minuto que la ducha está encendida.

Temporizador de ducha

- [ ] Utiliza un temporizador de ducha y recuérdale a tu familia sobre el reto de tomar una ducha de 5 minutos.

Aireador del baño

- [ ] Instala aireadores eficientes diseñados para grifos de baño para reducir el consumo de agua por 30% o más.

¿Qué fuente de energía renovable usan los estudiantes?

Respuesta: El poder del cerebro

Escanea el código QR para ver videos de instalación.

Lavandería



Lavadora y secadora

- [ ] Lava con agua fría.
- [ ] Siempre lava cuando tengas una carga completa.
- [ ] Seca la ropa al aire libre cuando sea posible.
- [ ] Añade bolas de lana para la secadora a tu carga para un secado más eficiente.

Actividad
4

Encuentra las palabras misteriosas por completando el rompecabezas.



1 _ _ _ _ _ _ _

2 _ _ _ _ _ _ _ _ _ _

3 A _ _ _ _ _ _ _ _ T _

4 C _ _ _ _ _ _

5 T _ _ _ _ _ _ _ _ _

6 _ _ _ _ _ _ _ _ _ _

7 _ _ _

8 R _ _ _ _ _ _ _ _ _ _ R

9 A _ _ _ _ _ _ R

10 _ _ _

Cuarto de utilidad

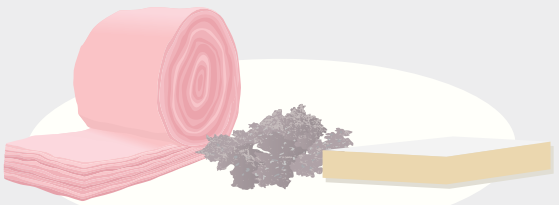
Como el gas natural es inodoro, un olor a podrido llamado mercaptano se agrega como una medida de seguridad. Preste atención a este olor a huevo podrido si tiene aparatos de gas natural como estufa, calentador de agua u horno.

Calentador de agua

- [ ] Normalmente el calentador de agua se debe configurar a 120 F. Prueba hacer otro experimento científico divertido. Utiliza un termómetro para medir la temperatura del agua caliente que sale del grifo. ¿Está correctamente configurado el calentador de agua? Si no es así, haz que un adulto haga los ajustes necesarios.
- [ ] Agrega envoltura de tubería al calentador de agua convencional. ¿Qué tipo de calentador de agua tienes? ¿Es de gas natural, eléctrico u otro tipo? ¡Al reducir el uso de agua, también se reduce la energía que se necesita para calentarla!

Aislamiento

- [ ] Tu casa se sentirá más cómoda durante todo el año si utilizas aislamiento en el ático, paredes exteriores y sótano para detener la transferencia de calor.



Rollo de fibra de vidrio Relleno suelto Espuma rígida

Calefacción y enfriamiento

- [ ] Instala un silbato para filtro de caldera que te recordará cuando el filtro necesite ser reemplazado. Un filtro de caldera limpio ahorra la energía ya que ayuda a que la caldera funcione de manera más eficiente.
- [ ] Limpia y acondiciona los equipos de calefacción y aire acondicionado una vez al año.
- [ ] Si el equipo tiene más de 10 años, considera sustituirlo por un modelo calificado ENERGY STAR®.
- [ ] ¿Vives en un departamento? Pregúntale al dueño si la caldera recibe mantenimiento de manera regular.

Escanee el código QR para ver videos de instalación.



Cuenta las marcas para determinar tu puntaje.

30 o más — **¡Felicitaciones!** Eres una superestrella de la energía.

20 a 29 — **¡Bien hecho!** Puedes tomar unos pocos pasos más para ahorrar aún más energía.

Menos de 20 — **¡Continúa intentando!**

Recibe una recompensa al completar la *Verificación de energía doméstica* en una de dos maneras:

- Visita **ThinkEnergy.org/XcelEnergy-CenterPointEnergy** para completar una encuesta en línea. Utiliza la herramienta de búsqueda de maestros para encontrar la identificación del maestro.
- Completa la encuesta y entrégasela a tu maestro.

¡Es fácil, escanea el código QR!

*Si no puedes usar un producto del kit, entrégaselo a un vecino, amigo o familiar que viva cerca. La *Verificación de energía doméstica* debe reflejar el uso de todos los productos del kit, incluso si se usa en la casa de otra persona.

Ahorra energía y dinero a tu manera

Si estás realizando mejoras en el hogar, comprando nuevos electrodomésticos o buscando formas de ser considerado con el planeta, probablemente sepas que la eficiencia energética y los productos renovables y mejoras pueden ayudar a reducir los costos de energía y emisiones de carbono. Ofrecemos programas de eficiencia energética y de energía renovable con reembolsos para brindarle más opciones, flexibilidad y control sobre su energía.

Visita **xcelenergy.com/HomeRebates** y **CenterPointEnergy.com/SaveEnergy** para obtener más información.

Presentado por

National Energy Foundation

Think! Energy y todos los personajes y elementos relacionados que se muestran en esta guía son marcas registradas o no registradas del National Energy Foundation.

© 2026 National Energy Foundation