



Quanto costa dormire con il condizionatore acceso? La verità dell'esperto

Descrizione

(Adnkronos) -

Quanto costa dormire tutta la notte con il condizionatore acceso? La risposta arriva direttamente dai social media. Qui Alex Bermudez, un consulente energetico molto attivo soprattutto su TikTok, ha spiegato come lasciare l'aria condizionata accesa mentre si dorme non incida quasi per nulla sulla bolletta elettrica. Quello che fa aumentare i consumi infatti non è tanto il tempo di funzionamento, bensì impostare la temperatura che si imposta. Ogni grado in meno sul termostato infatti aumenta i consumi tra il 6% e l'8%.

Il consiglio, quindi, è di mantenere una temperatura costante tra i 23°C e i 25°C e di non modificarla fino alla mattina successiva. Il consulente ha spiegato come, di fatto, dormire con il condizionatore acceso costa meno di un caffè la mattina, e ha stimato che il costo di una notte intera sia di pochi centesimi, sostenendo come invece molti temono una bolletta che non esiste nemmeno.

Il secondo consiglio dell'esperto va contro un'abitudine diffusa: alzarsi per spegnere il condizionatore e poi riaccenderlo quando il caldo diventa insopportabile. Bermudez sconsiglia vivamente questa pratica e, per spiegarlo, usa un paragone con un'auto che viaggia in autostrada a 120 km/h con un consumo di carburante costante.

La logica alla base di questo processo è quella dell'avvio. Ogni volta che l'unità si avvia da ferma, deve abbassare rapidamente la temperatura ambiente, e questo sforzo iniziale rappresenta una parte significativa del consumo di energia elettrica. Mantenere una temperatura costante permette invece al compressore di funzionare a bassa velocità, senza picchi.

-

economia

webinfo@adnkronos.com (Web Info)

Categoria

1. Comunicati

Tag

1. Ultimora

Data di creazione

Agosto 28, 2026

Autore

redazione

default watermark