

## ECONOMÍA

CAMBIO HORARIO »

## ¿De verdad se ahorra energía con el cambio de hora?

Este domingo los relojes se retrasan una hora para volver al horario de invierno

LAURA DELLE FEMMINE | Madrid | 22 OCT 2015 - 20:08 CEST

Archivado en: Cambio horario Ministerio de Industria IDAE Sol Ahorro energético Eficiencia energética Planes energéticos Consumo energía Política energética Ministerios Sistema solar Mercado energético UE Universo Organizaciones internacionales Europa Astronomía Administración Estado



JAVIER ALVAREZ

El próximo domingo, 25 de octubre, tendremos que echar una hora para atrás las agujas del reloj: a las 3.00 de la madrugada volverán a ser las 2.00. Con este cambio se implantará otra vez el horario de invierno —o “estándar”—, que en primavera había dejado paso al llamado horario de verano. Entonces “perdimos” 60 minutos de sueño para ganar en luz.

El cambio horario, que se aplica en varios países —unos 70 en todo el mundo—, no tiene nada que ver con la alquimia. En Europa se ha convertido en una práctica obligatoria desde 1981 a golpe de

directiva comunitaria. Después se estableció que [el último domingo de marzo y de octubre fueran los días elegidos](#) para pasar de un sistema horario a otro y que estos cambios tuvieran carácter permanente. ¿La razón? Lograr un ahorro energético que está cada vez más cuestionado.

## Los números del ahorro energético

Los críticos del cambio de hora alegan que los estudios existentes al respecto son incompletos o contradictorios. La misma [Comisión Europea](#) reconoce que el ahorro brindado por retrasar una hora las agujas del reloj en primavera es “relativamente pequeño”. En un informe publicado el año pasado, detalla que, aunque hay literatura que estima que el ahorro pueda alcanzar un 0,5% sobre el consumo nacional de un país, también hay un número relevante de publicaciones que mantienen que su efecto es nulo o hasta negativo.

Hasta 13 países afirmaron, en el marco de una encuesta dirigida por el organismo comunitario a los Estados miembro, que el horario estival sí sugiere una ligera reducción en el consumo de energía, pero que no es posible cuantificarla.

El cambio horario en los países europeos, Alemania fue el primer país que empezó a [Primera Guerra Mundial](#). La medida contó con el apoyo de los países vecinos, aunque España decidió prescindir del cambio horario a partir de 1973 —como muchas otras naciones—, como consecuencia de la primera crisis del [petróleo](#).

La medida se remonta a la segunda década del 1900: se adelantaron las agujas del reloj para ahorrar carbón durante la [primera guerra mundial](#). Posteriormente, se volvió a introducir definitivamente en los años 50. Lo volvió a introducir definitivamente como consecuencia de una circunstancia extraordinaria: la [primera crisis del petróleo](#).

Hoy día los escenarios han mutado, pero el cambio de hora “se sigue haciendo y ya está”, dice Miguel Gironés, *trader* del mercado eléctrico. Mientras, los organismos oficiales calculan el menor gasto energético con tiempos condicionales. Según las estimaciones del [Instituto para la Diversificación y](#)

NOTICIA A

**Ahorro de la Energía (IDAE)**, entidad pública adscrita al **Ministerio de Industria, Energía y Turismo**, el “potencial de ahorro en iluminación por el cambio de hora podría llegar a representar un 5% del consumo eléctrico en iluminación, equivalente a unos 300 millones de euros”.

Las previsiones de IDAE añaden que, “de esa cantidad, 90 millones correspondería al potencial de los hogares españoles”. Esta cifra —la misma desde hace años— supone, según el organismo, un ahorro de seis euros por hogar, “mientras que los otros 210 millones de euros restantes se ahorrarían en los edificios del terciario y en la industria”. Tanto **la patronal eléctrica, Unesa**, como **la transportista del sistema, Red Eléctrica de España (REE)**, se remiten a estas previsiones.

El turismo y el ocio están entre los sectores más beneficiados por el cambio de hora, ya que pueden aprovechar de 60 minutos más de luz durante la temporada alta. El consumidor final, al contrario, se fija más en **cómo han ido levitando sus facturas durante los últimos años** que en los seis euros que se podría ahorrar. “El cambio de hora se pensó para el país, en un momento que es la primera crisis del petróleo y con un interés macroeconómico”, apunta Gironés.

## España y el huso horario

De acuerdo con la **Asociación de Consumidores Eléctricos (ANAE)**, en abril “siempre se producen caídas drásticas de consumo obteniéndose, de media, el mínimo anual”. Entre las razones más relevantes para explicar este descenso no está solo el cambio de hora, sino “factores estacionales, como el aumento de temperaturas” o “los calendarios laborales”, habiendo más fiestas en abril que en marzo.

## *El desfase de España con el horario solar es muy grande”*

**Francisco Valverde, analista del mercado eléctrico**

Francisco Valverde, analista del mercado eléctrico y expresidente de la asociación, explica que en primavera sí se observa una reducción de la demanda, pero que “este efecto, como mucho, se nota durante dos semanas”. Esto porque, en el caso del horario invernal, la energía que no se gasta por la mañana se acabará consumiendo por la tarde, con el cambio de temperatura y el ajuste de los hábitos.

Y sin contar que España ya tiene la hora desplazada, al conservar un huso horario —el mismo que Berlín o París, impuesto durante la dictadura franquista— que no le corresponde: en términos geográficos y solares **debería de volver al del meridiano de Greenwich**, que tenía antes de 1943. “El desfase del país con el horario solar es muy grande”, argumenta Valverde. Basta con pensar que el sol se pone con una hora de diferencia según estemos en Galicia o en Cataluña. “Quizás el cambio horario beneficie más a otros países, por ejemplo los del norte de Europa, que tienen menos horas de luz”.

También hay asociaciones ambientalistas críticas con el cambio de hora, ya que alegan que el eventual ahorro conseguido no compensa los trastornos del reloj biológico, sobre todo de niños y ancianos. Juan Antonio Madrid, responsable del **laboratorio de Cronobiología de la Universidad de Murcia**, explica que el cuerpo humano tarda en adaptarse a cualquier cambio brusco de horario. “**Cuando cambia la hora es como tener jet lag**: en primavera es como si hiciéramos un pequeño viaje hacia el este y en otoño hacia el oeste. Se tarda unos días en adaptarse”, explica.

En su opinión, se podría vivir tranquilamente sin este cambio. “Además, a causa del huso horario de España, tenemos dificultades para acostarnos pronto y la falta de luz por la mañana es antinatural”, explica Madrid.

Para Gironés, hay otro factor a tener en cuenta: el avance tecnológico. “Antes tenía una bombilla que gastaba 100 y la apagaba durante una hora al día para ahorrar. Pero ahora tengo una que gasta 50. Y pronto llegarán las que gastan 10. En ese momento, el cambio de horario se volverá obsoleto”, ejemplifica. El punto, dice, es decidir si el ahorro tiene que medirse en dinero o en kilovatios. “Habría que hacer un balance, y ver cuánto cuesta en términos de productividad este *jet lag* que tenemos dos veces al año”.

